

Code : 14-RW65

Niveau : SO

Organisateur : Jean-Philippe DESPONGES
Vous pouvez m'envoyer un courriel via le "kifaikoi" sur le site web

Nombre de participants à la sortie (organisateur compris) : 8

Au cœur de la côte de Granit rose Week-end 12, 13 et 14 juillet 2014

Iles et ilots, petites criques isolées, aplombs rocheux, étranges formations de granit... la côte de **Granit rose** forme un cadre magnifique. Durant ce week-end du 14 juillet, au départ de **l'Anse de Guermel** via **Perros-Guirec** et **Trégastel**, le Trégor nous offrira ses richesses.

En plein cœur de la réserve naturelle des Sept-Iles, nous poursuivrons notre randonnée tout le long du sentier des douaniers. Nous remonterons la rivière Léguer pour terminer ce week-end à **Lannion**, où cette fois-ci le Trégor rural nous surprendra en parcourant les rues et venelles pavées de cette cité de caractère.



PROGRAMME :

Vendredi 11 juillet :

Départ par TGV à 17h28 de Paris Montparnasse pour Lannion 21h54.

RV à l'arrivée du train. Hébergement à l'hôtel Cerise à Lannion (tél : 02.96.37.51.18)

Samedi 12 juillet : De l'Anse de Guermel à Perros-Guirec par le GR

Petit déjeuner à l'hôtel puis transfert en taxi pour l'Anse de Guermel départ de notre randonnée par le sentier des douaniers vers l'ouest pour Buguelès – l'Anse de Pellinec – Port Blanc – Trestel – Port l'Epine – Nantouar - Pont ar Sauz pour une arrivée à Perros-Guirec.

Hébergement à l'hôtel Les Sernes à Perros-Guirec (tél : 02.96.91.03.38)

Distance étape : 28 km, environ 7h de marche

Dimanche 13 juillet : De Perros-Guirec à Toënno par le GR

Départ de Perros-Guirec toujours par le sentier des douaniers pour Men Ruz (panorama sur la réserve des Sept-Iles) – Maison du Littoral – Ploumanac'h – Plage de Tourony – Baie de Sainte Anne – Trégastel – Ile Renote – Coz Porz – La Grève Blanche – Le Golven – Landrellec – Ile Grande pour une arrivée à Toënno.

Hébergement à l'Auberge de Jeunesse de Toënno (tél : 02.96.23.52.22)

Distance étape : 32 km (environ 8h de marche) incluant le tour de l'Ile Grande (7km). Possibilité pour ceux qui le voudraient de la réduire à 25/26 km.

Lundi 14 juillet : De Toënno à Lannion par le GR

Départ de Toënno par le sentier des douaniers pour Le Castel – Trébeurden Plage – Pointe de Bihit – Plage de Porz Mabo – Pointe de Beg Léguer – Pointe Servel – remontée de la rivière Léguer pour une arrivée à Lannion gare fin de notre randonnée.

Distance étape : 22 km, environ 5h de marche

Retour par départs au choix : TER à 18h32 de Lannion pour Guingamp arrivée 19h06, puis correspondance TGV à 19h17 pour une arrivée à Paris Montparnasse à 22h54 ou TGV direct départ à 19h16 pour une arrivée à 23h13.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de la météo, et pour d'autres raisons de sécurité. Sortie de niveau Soutenu, sans difficultés spécifiques du point de vue dénivelé mais avec des étapes assez longues.

Equipement et matériels à emporter :

Protections efficaces contre la pluie, le vent et le froid, bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves) et chaussures légères pour le soir. Gourde pour l'eau, barres énergétiques. Affaires de toilette et de rechange, pharmacie personnelle. Papiers d'identités. **Carte CAF obligatoire.**

Hébergement + repas du soir :

Prévoir le repas tiré du sac dans le TGV le vendredi lors du voyage aller.

Hébergement à l'hôtel à Lannion et à Perros-Guirec et en Auberge de Jeunesse à Toënno (prévoir un drap sac).

Repas (boissons comprises) des deux soir pris au restaurant de l'hôtel à Perros-Guirec et à l'AJ de Toënno.

Repas du midi:

Les repas du midi sont à votre charge. Prévoir les pique-niques des trois midi.

Possibilité de ravitaillement à Perros-Guirec le dimanche soir (avec le lundi 14 juillet férié, l'organisateur ne garantit aucune possibilité de ravitaillement ce jour).

Pour en savoir plus :

IGN top 25 – 0714 OT (Lannion Perros-Guirec Les Sept Iles) et 0814 OT (Paimpol Tréguier Bréhat)

IGN 1/100.000 n°14 Saint Brieuc - Morlaix

Inscription :

Auprès du secrétariat du CAF ou par internet dès la parution de cette fiche **après accord de l'organisateur.**

Il existe une assurance annulation. Se renseigner auprès du secrétariat du CAF pour plus de renseignements.

Coût prévisionnel : 185€

Comprenant les trois nuitées d'hébergement en hôtels et en AJ en 1/2 pension (boissons comprises), le transport local en taxi, les frais CAF, les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc..) mais ne comprenant pas les repas des midis, le repas tiré du sac le vendredi soir, les en-cas et boissons diverses en journée, **ni les transports SNCF A/R.**

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Courriel : accueil@clubalpin-idf.com

Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C