

## Cotentin : Tour de la presqu'île de La Hague

du Mercredi 29 mai 2019 au Dimanche 2 juin 2019

Organisateur(s) : Isabelle Real	Niveau : <b>moyen</b> ▲
Avec accord : <b>non</b>	<b>Itinérant avec portage</b>
Effectif maximum : <b>8</b>	<b>Gîtes d'étapes, chambres d'hôtes</b>

Randonnée itinérante dans la presqu'île du Cotentin. Sur 5 jours, nous effectuerons une boucle autour de la presqu'île de La Hague.

Dans ce petit pays, la côte prend toutes les formes que la nature a imaginées : dunes, falaises, plages de sable fin ou de galets, côtes rocheuses tapissées de landes, bruyère et ajoncs.



Ces paysages grandioses laissent place à l'intérieur du bocage à des vallées paisibles, des petits bois et des ruisseaux, ponctués de discrets hameaux ou de riches manoirs.

Cette randonnée forte en contrastes nous conduira du Nez de Jobourg, classé parmi les plus hautes falaises d'Europe, au port Racine, le plus petit port de France, chaque étape apportant de nouvelles découvertes.



## Niveau et esprit

Sans être sportive, cette randonnée demande de l'endurance. L'étape du troisième jour notamment, présente un dénivelé non négligeable. Aucune longue montée, certes, mais nous serons amenés à monter et descendre sans arrêt. Pas de difficulté technique non plus, mais certains sentiers en bord de falaises peuvent être étroits et vertigineux. Des passages dans les galets sont également à prévoir. Cette sortie demande donc une bonne condition physique. Pour autant, les pauses ne seront pas absentes.

## Participation aux frais

245 €

**Incluant** : les demi-pensions, la contribution aux frais de fonctionnement du CAF, les transports locaux (bus à Cherbourg), les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc...), les frais de l'organisateur (transport...).

**N'incluant pas** : les repas des midis (pris en pique-nique), les en-cas et boissons diverses, le transport depuis Paris.

Un décompte individuel des frais sera fait en fin de sortie.

## Transport

**Mercredi 29 mai : Rendez-vous à la gare SNCF de Cherbourg, à 10h13, à l'arrivée du train en provenance de Paris.**

**Aller** : Train recommandé (horaires à vérifier) : départ de Paris St-Lazare à 7h06, arrivée à Cherbourg à 10h13.

Nous prendrons un taxi au départ de Cherbourg, qui nous amènera sur le lieu de départ de notre randonnée.

**Retour** : Train recommandé (horaires à vérifier) : départ de Cherbourg à 18h36, arrivée à Paris St-Lazare à 21h46.

## Hébergement et repas

Hébergement en gîtes d'étape et en chambres d'hôtes. Lits individuels en chambres ou dortoirs. Prendre son drap sac.

Repas : en demi-pensions. Mercredi soir à Sciotot, nous dînerons dans un restaurant proche du gîte. Vendredi et samedi soir, les repas seront préparés par un traiteur. Prévoir deux pique-niques d'avance par prudence.

**Ravitaillements possibles : à préciser.** Le sentier longe la côte qui est protégée de toute construction, et de ce fait, nous ne croiserons que quelques petites épiceries de villages. Certaines sont fermées à l'heure où je prépare cette fiche, mais pourraient ré-ouvrir. Je ferai donc une mise à jour dès que j'aurai plus d'informations.

## Programme

**Mercredi 29 mai : de Cherbourg Octeville à Sciotot. 24 km +350m -450m en 6h hors pauses.**

Pour cette première journée, nous traverserons le bocage normand. De village en hameau, nos pas nous mèneront jusqu'à Sciotot, où nous découvrirons la mer.

Dîner au restaurant, et nuit dans un gîte d'étape.

Aux Pieux, en fonction de l'horaire, nous pourrions faire quelques courses rapides.



**Jeudi 30 mai : de Sciotot à Biville. 21 km +500m -500m 5h30 environ hors pauses**

Première journée sur le chemin des douaniers. Nous quittons Sciotot et atteignons le Cap de Flamanville, où nous devons contourner l'usine du même nom. Nous atteindrons alors Port Diélette, ancien village de pêcheurs typique. Le chemin s'écarte alors de la mer, laissant entre elle et notre chemin, une étendue de dunes.

Dîner et nuit en chambre d'hôtes à Biville (chambres de 2 ou individuelles).

**Attention : Jour férié, pas de ravitaillement possible.**



**Vendredi 31 mai : de Biville à Jobourg. 21 km +900m -950m 6h environ hors pauses**



Ce matin, nous débuterons la journée dans les dunes de Biville. Le chemin est parfois sableux, fait de montées et de descentes.

En passant à Vauville, nous pourrions nous ravitailler dans l'épicerie bar du village, avant d'aborder la partie de falaises. La végétation change, laissant la place à la lande, aux bruyères et aux ajoncs. L'érosion rapproche parfois le sentier du bord de la falaise, et il vaut mieux ne pas être sujet au vertige.

Dîner et nuit à l'auberge de jeunesse privée de Jobourg.

*Ravitaillement possible à l'épicerie de Vauville dans la matinée ??? à préciser*

**Samedi 1<sup>er</sup> juin : de Jobourg à Gréville Hague. 27 km +600m -500m 7h environ hors pauses**

De Jobourg, nous rejoignons la côte et découvrons le phare d'Auderville, avant d'arriver sur les plages de galets de la côte nord de la presqu'île.

Un peu plus tard dans la journée, nous marcherons sur les pas de Millet. C'est effectivement sur ces sentiers et face à la Manche, qu'il a peint de nombreux tableaux, tels « Les falaises de Gréville ».

Dîner et nuit au gîte de Gréville Hague.

*Ravitaillement possible à Omonville la Rogue si elle est ré-ouverte. → A préciser*



**Dimanche 2 juin : de Gréville Hague à Cherbourg. 27 km +600m -700m 7h environ hors pauses**

Après un début de journée en bord de mer, nous délaisserons la côte, trop bétonnée, pour rejoindre Cherbourg par des chemins de traverse, au milieu de la campagne normande.

*Ravitaillement possible en arrivant à Gréville Hague ? (Epicerie bar L'Angélus) → à préciser*

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

### Équipement et matériels à emporter :

Protections efficaces contre la pluie, le froid, le soleil. Chaussures de randonnée crantées, gourdes, affaires de toilette et de rechange, serviette, drap sac, pharmacie personnelle, bouchons d'oreille, chaussures légères pour le soir, deux pique-niques d'avance et votre eau pour la première journée, le tout le plus léger possible. Prévoyez un sac de 30 à 40 litres.

Si vous prenez des bâtons, prévoyez des embouts pour préserver les sentiers.

Téléphone mobile et chargeur, lampe frontale, sifflet (sécurité)

Ne pas oublier sa bonne humeur.

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne.

Les places seront attribuées à partir du **Mardi 26 février 2019** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.