Atalante
L'ESPRIT TREK

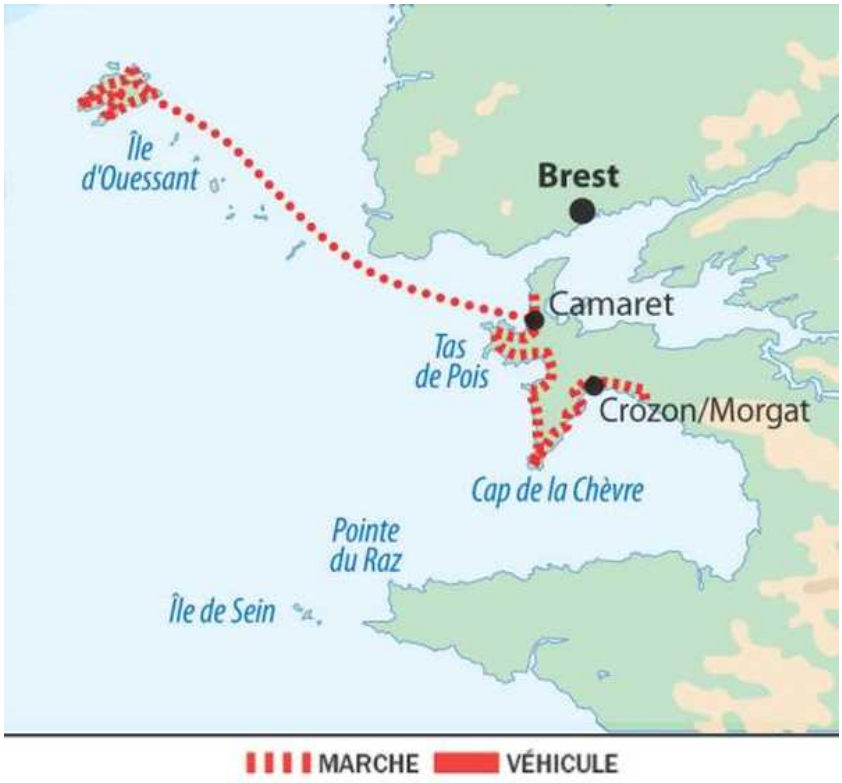
BRETAGNE

Presqu'île de Crozon et île d'Ouessant

- Crozon et Ouessant, deux étapes, 2 ambiances en liberté.
- De belles randonnées au bout de la Bretagne.
- Toutes les traversées maritimes incluses !

À PARTIR DE	**680 €**
DURÉE	6 jours
TYPE	Voyage en liberté
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Randonnée

Déchiquetée par l'assaut des vagues, la presqu'île de Crozon est très appréciée pour la richesse de son paysage et est l'un des sanctuaires de la nature les mieux préservés du sud de la Bretagne. Cette plate-forme rocheuse en forme de croix, isolée par des falaises, est peu cultivée et laisse régner une lande d'ajoncs qui l'emporte sur les cultures. Les paysages sont grandioses. L'île d'Ouessant ajoute une touche supplémentaire au parfum de bout du monde qui entoure ce voyage.
La presqu'île de Crozon à l'extrémité occidentale de la Bretagne recèle de paysages à couper le souffle : aux falaises du Cap de la Chèvre ou celles de la pointe de Pen Hir, succèdent les longues plages de Morgat ou de la Palue. Du charmant port de Camaret, où vous séjournez, le bateau traverse l'archipel de Molène (classée réserve naturelle) pour débarquer à Ouessant l'île sentinelle, avant le Grand Large.



Itinéraire

JOUR 1

Brest

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Arrivée à Brest dans l'après-midi (à votre convenance).

JOUR 2

L'île d'Ouessant , côte nord

TRANSPORT : BATEAU (2H30) | MARCHE : 4H-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 140 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 130 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Embarquement à Brest et traversée pour Ouessant (environ 2h30). Randonnée sur la côte nord de l'île, où vous découvrez au large l'île Keller, le phare de Créac'h, l'écomusée… .

Nuit à Ouessant.

JOUR 3

Ouessant, côte sud - Brest

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 120 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 130 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Départ vers l'extrémité sud de l'île pour apercevoir au large le phare de la Jument (47 m). L'itinéraire continu alors le long de hautes falaises où nichent de nombreux oiseaux marins. Traversée retour vers Brest, en fin d'après-midi ou de journée (environ 2h30 de traversée, horaire variable).

Nuit à Brest.

JOUR 4

Les "Tas de Pois" - Port de Camaret - Morgat

TRANSPORT : BATEAU | MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 290 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 290 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Traversée Brest – Le Fret puis transfert à Camaret. Randonnée vers l'extrémité ouest de la presqu'île avec des points de vue spectaculaires : les Tas de pois, énormes rochers qui s'avancent dans la mer, la pointe de Pen Hir, la pointe du Toulinguet, port de Camaret. Transfert pour Morgat. Nuit à Morgat.

JOUR 5

Le Cap de la Chèvre

MARCHE : 5H30-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 775 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 775 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Le Cap de la Chèvre, des falaises hautes qui tombent à pic dans la mer et une vue sur la baie de Douarnenez.

Nuit à Morgat.

JOUR 6

Morgat - Telgruc-sur-mer - Brest

TRANSPORT : BATEAU (0H30) | MARCHE : 4H-5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 280 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 280 M | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Départ de l'hôtel pour une belle balade en direction de Telgruc-sur-Mer sur un sentier où se succèdent de charmantes plages : Postolonnec, plage de l'Aber, Trez-Bellec. Transfert vers le Fret puis bateau pour Brest en fin d'après-midi.

Fin du séjour.

À NOTER

- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.
- Attention 2 versions existent pour ce séjour Presqu île de Crozon et Ile d'Ouessant, adaptées aux rotations des bateaux (les randonnées sont similaires)
- *Pour la version basse saison (avril à juin et septembre/octobre), départs possibles uniquement les vendredis, samedis et dimanches.*
- *Pour la version haute saison (juillet-août) , départs possibles tous les jours*

Programme version haute saison (juillet-août) :

Jour 1 : Arrivée à Brest et traversée pour Crozon Rendez-vous à l'embarcadère sur le port de Brest. Traversée pour la presqu'île de Crozon et petit transfert pour rejoindre l'hôtel.

Jour 2 : Le Cap de la Chèvre - 22 km - +775 m/-775 mLe Cap de la Chèvre, des falaises hautes qui tombent à pic dans la mer et une vue sur la baie de Douarnenez. Nuit à l'hôtel à Morgat.

Jour 3 : De Telgruc-sur-Mer à Morgat - 15 km - +510 m/-510 mCourt transfert le matin vers Telgruc-sur-Mer. Puis, une belle balade sur un sentier où se succèdent de charmantes plages : Trez-Bellec, plage de l'Aber, Postolonnec encadrées par d'impressionnants promontoires rocheux.Nuit à l'hôtel à Morgat.

Jour 4 : Les « Tas de Pois » et le port de Camaret - 19 km - +290 m/-290 mPetit transfert à Camaret. Randonnée vers l'extrémité ouest de la presqu'île avec des points de vue spectaculaires : les Tas de pois, énormes rochers qui s'avancent dans la mer, la pointe de Pen Hir, la pointe du Toulinguet. Nuit à l'hôtel à Camaret

Jour 5 : L'île d'Ouessant, côte nord - 16 km - +140 m/-130 m Traversée pour Ouessant (1h). Randonnée sur la côte nord de l'île, où vous découvrez au large l'île Keller, le phare de Créac'h, l'écomusée ... Nuit à Ouessant.

Jour 6 : Ouessant, côte sud - 14 km - +120 m/-130 mDépart vers l'extrémité sud de l'île pour apercevoir au large le phare de la Jument (47 m). L'itinéraire continue alors le long de hautes falaises où nichent de nombreux oiseaux marins. Traversée retour vers Brest, en fin d'après-midi ou de journée (environ 2h30 de traversée, horaire variable).Fin du séjour

NB : Les traversées 2024 ne sont pas validées au moment de la rédaction de ce document, aussi les programmes pourront être modifiés en fonction des dates de départ.

Budget

(informations au 03/05/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : AVRIL À JUIN SEPTEMBRE À OCTOBRE

PRIX 2024 A PARTIR DE

Du 01 AVRIL au 30 JUIN
Du 01 SEPTEMBRE au 15 OCTOBRE
(Départs uniquement les vendredis, samedis et dimanches, sous réserve de disponibilité)

Base 2 personnes (*en chambre double*) : 680 € *par personne*

Du 01 JUILLET au 31 AOUT
(Départs possibles tous les jours, sous réserve de disponibilité)

Base 2 personnes *(en chambre double)* : 760 € *par personne*

Tarifs indiqués sous réserve de disponibilités dans les hébergements. En cas de modification du séjour (hébergements, transferts…), nous vous ferons une nouvelle proposition.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en chambre pour 2 personnes en hôtel 2* et 3*
- Les petits déjeuners du jour 02 au jour 06
- Les transferts de bagages (**1 bagage de 13kg maximum** et un par personne)
- Le transfert de personnes
  * Port-hôtel à Morgat
  * Telgruc-Morgat
  * Morgat-Camaret
- Les traversées maritimes
  * Brest–Presqu'île de Crozon (J1 version HS, J4 version BS)
  * Camaret-Ouessant (J5 version HS) ou Brest - Ouessant (J2 version BS)
  * Ouessant-Brest (J6 version H, J3 version BS)
- Le carnet de route numérique (GPS inclus)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- L'accès à la gare maritime de Brest
- Les frais de parking

À payer sur place :

- Les repas durant le séjour: compter 6 à 7 €/pers pour un pique nique, 10 à 12€ pour un déjeuner dans un petit restaurant).
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les entrées dans les sites et musées (maison des minéraux, env. 5€/pers. et musée des phares et balises, env. 5€/pers.)

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

VOYAGE EN TRAIN

Nos prix sont calculés hors acheminement. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver vos trains pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ, etc.).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.

OPTIONS

- Le supplément chambre individuelle : 230 euros pour avril-mai-juin-septembre-octobre
- Le supplément pochette voyage : 35 euros par pochette (1 pochette pour 4 personnes). Ces documents seront envoyés à votre domicile si vous résidez en France métropolitaine ou au premier hôtel pour les non-résidents en France (dans ce cas, une partie des informations sera envoyée par e-mail avant le départ)

Détail du voyage

NIVEAU

Circuit de niveau modéré. Randonnées à pied sur des sentiers côtiers et quelques petites routes peu fréquentées. Difficulté moyenne.

Comptez une moyenne de 5 à 6h de marche par jour.

ENCADREMENT

séjour sans accompagnateur avec **carnet de route numérique remis avant votre départ**

1 road book pour un groupe de 2 à 5 personnes

votre carnet de route est composé :

- d'un descriptif de l'itinéraire jour/jour
- 1 carte au 1/25000ème
- un guide pour les balades

ALIMENTATION

Les petits déjeuners sont inclus du jour 02 au jour 07.

Les déjeuners et dîners ne sont pas inclus.

Les boissons restent à votre charge.

HÉBERGEMENT

- **Version basse saison** : hôtel 2** à Morgat (2 nuits), 2** à Brest (2 nuits) et 3*** à Ouessant (1 nuit). Nuit et petit-déjeuner.
- **Version haute saison :** hôtel 2** à Morgat (3 nuits), 3*** à Camaret (1 nuit) et 3*** à Ouessant (1 nuit). Nuit et petit-déjeuner.

Vous êtes logés en chambre double, triple ou individuelle (selon la composition de votre groupe) avec salle de bain privative.

Nous choisissons ces hébergements pour leur situation et leur confort.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

- **Pour la version basse saison** : RDV le J01 à votre hôtel à Brest
- **Pour la version haute saison** : RDV le J01 à l'embarcadère pour la presqu'île de Crozon (le Fret)

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

- **En train :** TGV Paris Montparnasse – Brest (direct – environ 4h00 ou avec une correspondance à Rennes) https://www.sncf-connect.com/

- **En avion** : Brest aéroport (vol direct de Paris). Navette puis tram pour rejoindre le centre-ville de Brest. https://www.brest.aeroport.bzh/visiteurs-comment-quitter-l-aeroport

- **En voiture :** Depuis Paris (environ 6h15 de route)
- Stationnement : Prévoir assez de temps pour garer votre voiture (en particulier si vous partez directement pour la presqu'île de Crozon – un seul bateau). Le parking Liberté est situé près de la gare de Brest (environ 30 € pour 7 jours), téléphone : 02 98 33 11 20 https://www.brest-park.fr/parkings/parking-liberte Il existe d'autres parkings sur Brest. Des forfaits séjour sont disponibles dans les parkings Liberté, Coat ar Gueven et Jaurès. Vous pouvez convertir votre ticket d'entrée en ticket "séjour" pour 1 jour, 7 jours ou 15 jours à la borne automatique à votre arrivée. Toutes les informations sur https://www.brest-park.fr

- **La gare SNCF de Brest** est située à 20 mn (1.3 km) du port de commerce pour rejoindre l'hôtel ou de l'embarcadère pour le Fret (selon la formule choisie). Vous avez la possibilité d'y aller à pied ou en bus (Ligne 5 - départ « arrêt Kennedy gare » et descendre à l'arrêt les Iles – environ 5 mn de bus) https://www.bibus.fr/se-deplacer/lignes/ligne-bus-5

DISPERSION

- **Pour la version basse saison et haute saison** : fin du séjour le J06 au port de Brest en fin de journée (généralement vers 19h30 / horaire variable selon les bateaux)

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nuits supplémentaires, nous consulter.

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Nous vous conseillons de laisser le Jour 1 votre véhicule à Brest et prendre le bus pour Landéda. Vous trouverez un parking payant et surveillé à Brest http://www.stationner-a-brest.com tél : 02.98.00.96.23. Quelque places de stationnement gratuites proches de l'embarcadère (non surveillées certains jours de la semaine en été stationnement interdit lors des manifestations organisées sur le port). Se renseigner auprès de l'office de tourisme de Brest.

DÉPLACEMENT

Les transferts des ports aux hébergements (et vice versa) sont assurés par des taxis locaux. Sur certaines randonnées, certains transferts sont également prévus pour vous emmener ou vous chercher. Les traversées Brest – Presqu'île de Crozon (A/R) puis Camaret - Ouessant (A/R) sont assurées par des bateaux-navettes.

Vous ne portez vos affaires que lors des transferts entre les hébergements. Pendant les randonnées, vous ne portez que vos affaires de la journée.

POURBOIRES

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Son montant dépend de l'appréciation du service rendu et doit tenir compte de l'économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram" ,
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,
- Shorts,
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex,
- Chapeau,
- Paire de gants et bonnet (appréciable si il fait un peu humide!),
- Maillot de bain et serviette de bain,

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Pochette à mettre autour du cou ou en ceinture pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination, votre carte européenne d'assurance maladie, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.
- Boite en plastique de taille moyenne avec couverts en plastique si vous souhaitez vous préparer certains repas.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.
- Sac à linge sale,
- Serviettes humidifiées type "Calinette",
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Bloc notes et stylo, livre, jeu de cartes
- Bâtons de marche (facultatifs).
- Paire de jumelles,
- Appareil photos,
- Téléphone portable,
- Trousse de toilette,
- Serviette de toilette,
- Paire de lunettes de soleil,
- Crème de protection solaire (visage et lèvre),
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange,
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme.
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Papier hygiénique et briquet,
- Gel hygiénique,

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans deux sacs :

- Un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 litres environ et de 15 Kg maximum.
- Un petit sac à dos d'une contenance d'environ 30 litres pour vos affaires de la journée : polaire, tee-shirt de rechange, gourde, lunettes, appareil photo, jumelles, petit matériel...

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).
Pensez également à votre traitement en cours.

Carte européenne d'assurance maladie (remplace le formulaire E111). Disponible sur demande auprès de votre bureau CPAM.

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.