



Nouvel An - Bien être et confort à Concarneau FRANCE - BRETAGNE



A la suite des peintres du 19ème siècle, puis des poètes et écrivains, venez apprécier un séjour de randonnée dont les nuances de couleur et de luminosité sont uniques sur la côte bretonne. Vous profiterez d'un hébergement 3, en bord de mer à Concarneau.*



4 jours / 3 nuits
3,5 jours de randonnée



5 à 15 personnes



En étoile



Hôtel



Code : 1368

LES POINTS FORTS :

- Hébergement confortable 3* près de la mer
- Dîner du réveillon au restaurant de l'hôtel
- Accès au Spa Marin et soins au centre de Thalasso en option



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : CONCARNEAU ET SA VILLE CLOSE

Accueil à 14h à la gare de Quimper ou à 14h45 directement à l'hôtel de Concarneau.

Vous retrouvez votre accompagnateur directement en tenue de randonnée à l'hôtel. Partant de l'hébergement, vous rejoignez la ville de Concarneau et sa célèbre ville close. Cette randonnée vous offrira un premier aperçu de la Baie de la Forêt. Retour à pied à l'hébergement. Installation à l'hôtel pour 4 nuits. Nuit et dîner à l'hôtel.

▲ 1 à 2h de marche; +50m/-50m de dénivelée

JOUR 2 : DE KERASCOËT A LA POINTE DE TREVIGNON

Transfert le matin au village de chaumière typique de Kerascoët.

Puis la randonnée fait face à l'océan alternant entre plages de sable fin et criques rocheuses.

Vous ferez le tour de l'île de Raguenez (accessible à marée basse selon période), et le sentier côtier longe la falaise pouvant atteindre 30 m de hauteur. Vous pourrez ainsi admirer au loin l'archipel des Glénan, voire l'île de Groix. Transfert en fin de randonnée de la Pointe de Trévignon.

Accès en fin de journée à l'espace Spa Marin du centre de thalasso situé à 300 m de l'hôtel (piscine, hammam, jacuzzi...) avec

un soin individuel pour les personnes ayant choisi cette option.

▲ 3h de marche; +250m/-250m de dénivelée

JOUR 3 : PONT AVEN

Transfert au charmant village de Pont Aven, la cité des peintres. Réputé pour avoir inspiré Gauguin et développé le fameux courant pictural de "l'école de Pont-Aven". Elle accueille aujourd'hui de nombreuses galeries de peinture.

Vous y découvrirez le cours tumultueux des chaos de l'Aven, contrastant avec la tranquillité du Bois d'Amour. Après le labyrinthe végétal, vous sortirez du Haut Bois sur les hauteurs, sillonnant la campagne en empruntant de petits chemins de terre vous conduisant à la chapelle de Trémalo, dont le christ jaune (en fait de couleur ivoire) a servi de modèle à Paul Gauguin.

Transfert de retour à Concarneau.

Accès en fin de journée à l'espace Spa Marin du centre de thalasso situé à 300 m de l'hôtel (piscine, hammam, jacuzzi...) avec

un soin individuel pour les personnes ayant choisi cette option.

▲ 2 à 3h de marche; +150m/-150m de dénivelée

JOUR 4 : DE LA FORÊT FOUESNANT A CONCARNEAU

Transfert à La Forêt Fouesnant, exposée plein sud au fond de la baie de la Forêt de Fouesnant. Vous longerez ensuite la côte boisée jusqu'à votre hébergement à Concarneau.

▲ 3h de marche; +250m/-250m de dénivelée

JOUR 5 :

Transfert le matin de Concarneau à la gare de Quimper (arrivée vers 9h45 à la gare) ou départ de l'hôtel. Fin du séjour.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

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. Nos accompagnateurs feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et professionnalisme.

FICHE PRATIQUE**NIVEAU PHYSIQUE :**

Facile

NIVEAU TECHNIQUE :

Facile sans difficulté technique particulière. La marche s'effectue sur le sentier côtier essentiellement mais aussi sur des petites routes tranquilles.

ENCADREMENT :

Accompagnateur de randonnée connaissant bien la Bretagne.

HÉBERGEMENT :

Hôtel 3* situé à Concarneau, en face de la mer.

Pique-nique le midi. Dîner au restaurant de l'hôtel le soir. Dîner du Réveillon dans le restaurant de l'hôtel

TRANSPORT DES BAGAGES :

Portage d'un sac à dos avec vos affaires pendant les randonnées (pique-nique, gourde...).

GROUPE :

15 personnes maximum.

RENDEZ-VOUS :

Soit le Mercredi 29 Décembre 2021, à 14h la gare de Quimper (un taxi vous déposera à l'hôtel à Concarneau). Soit directement à l'hôtel à Concarneau à 14h45.

DISPERSION :

Le dimanche 2 janvier 2022 transfert à la gare de Quimper pour les personnes prenant le train (arrivée à la gare vers 9h45) ou fin du séjour à l'hôtel.



MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

Parking gratuit à l'hôtel de Concarneau



EN TRAIN

Gare de Quimper

DATES ET PRIX

NOTRE PRIX COMPREND :

- 4 nuits en hôtel 3*** en pension complète, dont le dîner du réveillon.
- les transferts en taxi.
- l'encadrement par un accompagnateur connaissant bien la région

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- le trajet aller-retour depuis votre domicile
- les boissons
- les assurances
- le supplément chambre individuelle (en option, selon disponibilité)
- l'option accès Spa Marin et deux soins pour 2 après midi (30 et 31/12/21).

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite :

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne.
- Pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne.

EN OPTION :

Supplément chambre individuelle : 145 €

Option soins (1 gommage 20 min + 1 modelage 25 min) : 128 €

Thalasso située à 300 m à pied de l'hôtel

Le Spa Marin est un véritable cocon de bien-être. Face à la mer, dans une eau de mer chauffée à 32°C, vous passez d'un atelier aquatique à un autre. Quand l'envie vous prend, une escale au sauna ou au hammam vous réconforte de sa chaleur. Vous profiterez également de la tisanderie pour flâner et prolonger votre détente.

Le Jeudi 30 Décembre 2021

Gommage aquatique

Gommage du corps entier pour faire peau neuve, 20 minutes de soin + accès au Spa Marin sur la demi-journée de soin.

Le Vendredi 31 Décembre 2021

Modelage aromatique relaxant

Modelage doux et enveloppant de 25 minutes, dénoue les tensions, libère de la fatigue et du stress et laisse place à une douce

sensation de bien-être + accès au Spa Marin sur la demi-journée de soin.

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

VÊTEMENTS :

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



FORMALITÉS

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour. (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant le début du séjour justifiée).
 - Assurance rapatriement : 2% du montant du séjour.
 - Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.
- Textes complets des contrats d'assurances envoyées sur demande.



INFORMATIONS DESTINATION

CLIMAT :

Le climat se caractérise par des hivers doux et des étés tempérés : climat océanique.



NOUS CONTACTER



En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155

84 120 PERTUIS

Notre Agence est ouverte du Lundi au Samedi de 09h00 à 18h00



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 08/11/2021