

# NOUVEL AN au Cap Fréhel et la Côte d'Émeraude

## FRANCE - BRETAGNE



Le littoral de la côte d'Émeraude vous réserve la découverte de lieux emblématiques et de paysages uniques à chaque étape de votre séjour. De la majestueuse baie de la Fresnaye au fascinant Château du Guildo, en passant par le charmant village de Saint-Jacut-de-la-Mer et le spectaculaire Cap d'Erquy, votre itinéraire sera riche en découvertes. Pour conclure en beauté cette année, votre guide vous conduira jusqu'au célèbre Cap Fréhel, suivi d'une visite du mythique Fort La-Latte, un château fort perché sur un piton rocheux.



5 jours / 4 nuits  
3 jours de marche



5 à 15 personnes



En étoile



★★



Hôtel



Code : 1063

### LES POINTS FORTS :

- Les splendides falaises du Cap d'Erquy recouvertes de lande sauvage
- La visite du Fort La Latte dominant la mer
- La réserve d'oiseaux marins du Cap Fréhel
- L'hébergement dans un hôtel 2\* confortable et chaleureux



## **PROGRAMME JOUR PAR JOUR**

### **JOUR 1 : SAINT CAST LE GUILDO**

Accueil à 18h à l'hôtel pour une présentation du séjour par notre accompagnateur.

### **JOUR 2 : LA BAIE DE LA FRESNAYE**

Votre journée commence par une randonnée le long de la majestueuse Baie de la Fresnaye, un trésor naturel préservé. Tout au long de cette excursion, vous découvrirez les nombreuses criques et plages, dont celles de la Fosse et de la Pissotte, qui jalonnent cette côte accidentée, offrant des vues à couper le souffle. Chaque pas vous rapprochera de la spectaculaire pointe de Saint-Cast-le-Guildo, où le paysage côtier déchiqueté et la vue panoramique vous éblouiront.

### **JOUR 3 : LE CAP D'ERQUY**

La journée débute par le majestueux cap d'Erquy, classé site depuis 1977. Lors de cette randonnée, vous serez captivé par les falaises et les rochers en grès rose, la lande sauvage, les bois de pins, les dunes, et les plages désertes baignées par la mer d'émeraude. Enfin, vous profiterez d'une vue exceptionnelle sur l'îlot Saint-Michel avant de passer par la station balnéaire de Sables-d'Or-les-Pins en fin de parcours.

### **JOUR 4 : LE CAP FREHEL ET FORT LA LATTE**

Cette journée constitue l'un des moments forts de votre séjour. Vous débuterez votre randonnée depuis la Pointe de la Guette, suivant le GR34 en direction du Cap Fréhel. Ce site, avec sa réserve ornithologique et sa pointe de grès rose, est véritablement emblématique de la côte d'Émeraude. Vous continuerez ensuite vers le Fort La-Latte, que vous aurez l'occasion de visiter. Enfin, pour clôturer cette belle journée, vous profiterez du dîner de la Saint-Sylvestre dans un restaurant situé non loin de la grande plage de Saint-Cast, à 10 minutes à pied de votre hôtel.

### **JOUR 5 : SAINT CAST LE GUILDO**

Fin du séjour après le petit-déjeuner. Transfert à la gare SNCF de Lamballe (en option et sous réserve de disponibilité), pour une arrivée à Lamballe vers 10h15.

### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

### **PERSONNALISER SON VOYAGE :**

Un autre séjour existe dans cette même région : [La Côte d'Emeraude, de Cancale au Cap Fréhel](#)

Ce séjour existe aussi en formule Liberté, cliquez sur ce lien pour en savoir plus : [De Saint Malo au Cap Fréhel en liberté](#)

## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

- Marcheur Occasionnel
- Pour tout randonneur en recherche d'un rythme de marche tranquille, avec un niveau physique et technique restant accessible.
- Etapas de 8 à 17 km par jour, soit 3h à 3h30 de marche effective en moyenne avec faibles dénivelés.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Aucune difficulté technique particulière. Prévoir des bâtons de marche, utiles si le temps est pluvieux.

### **ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur connaissant bien la Bretagne.

### **HÉBERGEMENT :**

Hôtel 2\* chaleureux et convivial, surplombant la mer et le port de Saint-Cast-le-Guildo.



### **RESTAURATION :**

Les petits déjeuners et dîners sont pris au restaurant de l'hôtel (sauf le dîner du réveillon).

Pique-nique les midis.

Le dîner du Réveillon (sans animation) aura lieu dans un restaurant près de la grande plage de Saint-Cast-le-Guildo (à 10 minutes à pied de l'hôtel).

### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

### **GROUPE :**

de 5 à 15 personnes.

### **RENDEZ-VOUS :**

Le jour 1 à 18h à l'hôtel à Saint Cast le Guildo.

### **DISPERSION :**

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Possibilité de réserver en option le transfert de l'hôtel jusqu'à la gare SNCF de Lamballe : arrivée prévue à Lamballe vers 10h15/10h20 (réservation à l'inscription).

Attention le bus de la Ligne 31 du réseau BreizhGo ne circule pas les jours fériés, donc le mercredi 1er Janvier 2025.

### **MOYENS D'ACCÈS :**



#### **PARKING**

Parking privé dans l'enceinte de l'hôtel (8€ par jour - places limitées - réservation vivement conseillée auprès de l'hôtel Port-Jacquet au 02 96 41 97 18) ou possibilité de stationner à proximité de l'hôtel.



#### **EN TRAIN**

➤ Gare SNCF de Lamballe.

De la gare SNCF de Lamballe, prendre le bus de la Ligne 31 du réseau BreizhGo jusqu'à l'Office de Tourisme de Saint-Cast-le-Guildo : départ à 10h15 ou 14h20 (compter 45 min de trajet).

Ces transferts en bus doivent impérativement être réservés ; la réservation s'effectue jusqu'à 2h avant l'heure de passage prévue à l'arrêt souhaité en appelant le 02 99 300 300.

[www.breizhgo.bzh/sites/default/files/inline-files/horaires-cotes-darmor-hiver-ligne31\\_2.pdf](http://www.breizhgo.bzh/sites/default/files/inline-files/horaires-cotes-darmor-hiver-ligne31_2.pdf)

De l'Office du Tourisme, remonter vers le port de Saint-Cast-le-Guildo (environ 800m se terminant par une montée).

Nous vous proposons uniquement la navette retour entre Saint Cast le Guildo et la gare de Lamballe au tarif de 20€ (à réserver à l'inscription).

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

#### Privilèges Chemins du Sud

Pour plus de détails concernant vos remises, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : [www.cheminsdusud.com/remises-privileges](http://www.cheminsdusud.com/remises-privileges)

#### Remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

#### Remise FFRandonnée – remise -5%

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

#### Remise Salons – remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

#### Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

### NOTRE PRIX COMPREND :

- 4 nuits en hôtel 2\*
- La pension complète dont le dîner du réveillon de la Saint-Sylvestre (sans animations)
- La visite du Fort La Latte
- Les transferts en bus ou taxi
- L'encadrement par un accompagnateur connaissant bien la région

### NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Le transfert hôtel / gare de Lamballe le jour 5 (en option avec supplément)
- Votre transport aller / retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"



### **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 à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

### **EN OPTION :**

Supplément chambre individuelle : 165€ (sous réserve de disponibilité)

Navette le dernier jour Saint-Cast / Lamballe (gare SNCF) : 20€



## **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

### **BAGAGES :**

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

- ✓ 1 sac à dos de 30 litres minimum à armature souple et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photos ...
- ✓ 1 sac de voyage souple pour les affaires de la semaine (attention, il ne doit pas dépasser 15 kg).



## VÊTEMENTS :

### VETEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche)
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



## **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 avec embouts en caoutchouc (facultatif, 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)

## **FORMALITÉS**

### **FORMALITÉS :**

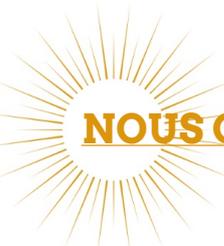
- Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

### **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 dossier (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du dossier.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du dossier.

Textes complets des assurances envoyés systématiquement avec nos emails de paiement d'acompte, et consultables lors de votre réservation en ligne (Document d'Information sur le Produit d'Assurance).



## NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h  
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](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



[http://](http://www.cheminsdusud.com)

[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 06/09/2024