

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :

Josyane DELBART : 02 40 66 04 73 ou 06 24 12 86 38

josyanedelbart@orange.fr

Encadrement du séjour : Aurélien LEBRUN (06 99 09 13 46) à joindre en cas d'extrême nécessité.

- Séjour et adhésion doivent être réglés par **chèques distincts**.
- Tous les règlements doivent être envoyés **au siège de l'association**.
- Le solde du séjour doit être réglé **15 jours avant le départ**.

Matériel à emporter (10 kg maximum)

Couchage : duvet, matelas de camping, couverture de survie, lampe de poche...

Bagages et matériel de randonnée :

- ✓ pour tous : grand sac (type sac de sport mais de valise), gourde, grand sac plastique, maillot de bain.
- ✓ Pour les passagers en joëlette, pas besoin de petit sac à dos (affaires de la journée), des sacoches sont à disposition sur la joëlette.
- ✓ Pour les accompagnateurs : chaussures de randonnée indispensables (à ne pas confondre avec des « baskets »), petite tente de randonnée (individuelle déconseillée), sac à dos (pour la journée), gants type cycliste facultatifs.

Protection contre * le froid : ensemble chaud (haut et bas), vêtements polaires si possible gants, bonnet, chaussettes chaudes.

* **la pluie et le vent :** cape de pluie, coupe-vent...

* **le soleil :** lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres...

Et puis : médicaments personnels, instruments de musique, carnets de chants, jeux de société, tout ce qui peut servir à l'animation des soirées...

Pour les passagers Joëlette : prenez un fauteuil manuel (non électrique). Vous pouvez, si vous le souhaitez, emporter un casque type cycliste. Ne pas oublier **bassin ou urinal** si vous en avez besoin (surtout pour la nuit).

Matériel collectif fourni

Joëlettes, 2 grandes tentes, 1 bâche bivouac, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, 1 tente et chaise WC et 1 véhicule pour le transport des bagages d'une étape à l'autre.

Handi Cap Evasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr>

hce@free.fr



Handi
Cap
Evasion
la randonnée pour tous !



1ère étape

De Quimper à Brest

Découvrir cette belle nature du Sud au Nord de la Bretagne avec des équipes qui se passent le relais d'étape en étape, tel est ce beau projet du Grand Tour de Bretagne 2010 et 2011. Besoin d'authenticité, de dépaysement... ? La Bretagne vous tend les mains ! Cadre contrasté offrant des paysages de bord de mer changeant au rythme du vent et une nature verdoyante recelant de véritables trésors patrimoniaux.

La première étape de ce Grand Tour de Bretagne partira du Nord de la Cornouaille à Locronan, petite cité de caractère et un des plus beaux villages de France (berceau du Kouign Amann – un fameux dessert !) pour se terminer à Brest, métropole bretonne. Tout en empruntant le GR 34 et ses sentiers côtiers, nous passerons par les villes de Douarnenez, Pont Croix, Audierne pour aller jusqu'au bout du monde : la Pointe du Raz et admirer la Mer d'Iroise !

Après un transfert voiture, nous nous attaquerons à la deuxième partie du séjour : la presqu'île de Crozon avec des passages techniques.

Nous finirons en beauté avec une traversée en bateau de la rade de Brest où se termine le Canal de « Nantes à Brest ».

Du 08 août au 19 août 2010

GTB 1 – de Quimper à Brest

◆ Rendez-vous :

Début du séjour : dimanche 8 août 2010 à 16 h, camping de Locronan
rue de la Troménie à Locronan (tel : 06 28 80 44 74)

Fin du séjour : mercredi 19 août 2010 à 10 h, camping du Goulet à Brest
près de Ste Anne de Portzic (tel : 02 98 45 86 84)

Localisation : Finistère (29)

Accès :

* **Par la route :** Accès via Quimper (N 165-E 60), puis prendre la D 39 vers Locronan. Contourner la ville pour arriver au camping.

* Par le train :

Arrivée : Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Quimper, le dimanche 8 août à 16h.

Départ : Gare SNCF de Brest, le jeudi 19 août à partir de 10h.

◆ Descriptif du séjour

- Etapes de 15 à 18 km
- Difficulté : séjour itinérant sur le GR 34, sentiers des douaniers et ses « montagnes russes ».
- Hébergement uniquement sous tente.

◆ Tarifs

Participants	Tarifs	Arrhes
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	500 €	200 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	250 €	100 €
Accompagnateur Actif (AA)	80 €	
Simple Accompagnant (SA)	180 €	

Tarifs tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour.
Pour les accompagnateurs, la totalité de la participation doit être réglée lors de l'inscription.

L'adhésion est obligatoire pour participer à nos activités.

Le montant de la cotisation est à rajouter aux tarifs ci-dessus.

Programme :

1^{er} jour : Accueil du groupe et installation au camping de Locronan. Présentation du séjour, repas et nuit au camping.

2^{ème} jour : Une étape de mise en jambe pour rejoindre la ville de Douarnenez en passant par son célèbre port. Nuit au camping municipal du Bois d'Isis.

3^{ème} jour : Nous repartons de Douarnenez pour aller en direction de la pointe du Milier, en passant par le sentier des douaniers. Superbes panoramas et passages aériens nous attendent. Camping sauvage à la ferme.

4^{ème} jour : Départ vers Pont Croix, petite cité de caractère où la visite de la collégiale s'impose. Après-midi sur les rives du Goyen pour rejoindre Audierne et passer la nuit dans le camping de Loquéran, près du port.

5^{ème} jour : Nous attaquons la côte sud rocheuse et découpée de la Pointe du Raz pour aller vers Primelin. Nuit au Camping de Kermalero.

6^{ème} jour : Une petite journée en perspective avec seulement 8 km. Baignade et bronzette au programme. Nuit au camping de Kerguidy.

7^{ème} jour : Après un délicieux p'tit déj' et quelques passages techniques, nous atteignons la Pointe du Raz, haut lieu de Bretagne avec vue sur l'île de Sein. Direction Baie des Trépassés. Nuit au camping de Lescleden.

8^{ème} jour : Petit transfert voiture pour nous permettre un pique-nique au sommet de la Bretagne, le Menez Hom : 330m d'altitude, attention...puis direction la presqu'île de Crozon, le bout du monde ! Nuit en camping de Morgat.

9^{ème} jour : Après un court transfert, une bonne et belle journée avec le passage au Cap de la chèvre, de belle grimpettes en perspective, mais bon ! c'est pas les Alpes ! Nuit au camping de la Plage.

10^{ème} jour : De Goulien, nous rattraperons Camaret et son célèbre curé... ! Nuit au camping de Trez Rouz.

11^{ème} jour : De Camaret, nous rejoindrons le Fret pour une traversée en bateau de la rade de Brest. En longeant la côte, nous arrivons au camping du Goulet, près de Ste Anne de Portzic pour y accueillir l'équipe du GTB 2 et passer la soirée ensemble.

12^{ème} jour : Petit déjeuner collectif, rangement et passage de relais à l'équipe suivante. Le GTB 1 se termine ainsi ! Transfert en gare de Brest, vers 10h.