

Pour tous compléments d'information, pour organiser votre voyage, joindre :
Marie-Claude THOMAS : 02 40 52 71 94 ou marie-claude.thomas4@orange.fr

Encadrement :

Aurélien LEBRUN (06 99 09 13 46) à ne joindre qu'en cas d'extrême nécessité.

Matériel à emporter (10 kg maximum)

Couchage : duvet de type montagne (classé « confort » jusqu'à 0°), matelas de camping, couverture de survie, lampe de poche...

Bagages et matériel de randonnée :

- ✓ Pour tous : grand sac (type sac de sport mais pas de valise) gourde, grand sac plastique. Pensez au 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 40 à 50 l (pour porter les affaires du bivouac), gants type cycliste facultatifs.

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

* **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 en 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, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, abri et chaise WC, 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



4^{ème} étape

La côte de Granit Rose

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 dernière étape de ce GTB nous emmènera de Morlaix à Perros Guirec. Tout au long de ce séjour, nous emprunterons les sentiers côtiers mais également les chemins de campagne à travers les champs de choux !!! Nous découvrirons également les abords de la rade de Morlaix et la fameuse Côte de Granit Rose.

Et tout ça bien sûr, en dégustant les nombreuses spécialités bretonnes...

Découvrir cette belle nature du Sud au Nord de la Bretagne avec des équipes qui se passent le relais de semaine en semaine, tel est le beau projet de notre association.

Du 05 juillet au 15 juillet 2011

➤Rendez-vous :

Début du séjour : mardi 05 juillet 2011 à 17 h au Château de Lannigou
(Commune de Taulé)

Fin du séjour : vendredi 15 juillet 10 h au Camping municipal de Buguëlès

➤Localisation :

Bretagne : départements du Finistère (29) et des Côtes d'Armor (22)

➤Accès :

Par la route : De Rennes, suivre St Briec/Guigamp. A St Briec, prendre la N12 jusqu'à Morlaix. Rester sur la N12 (contournement de Morlaix) et prendre la sortie Taulé. De Taulé prendre direction Lavallot puis Kergadoret. Et enfin Lannigou

Par le train : Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent), le mardi 05 juillet, à partir de 16 h, en gare SNCF de Morlaix. Retour en gare SNCF de Guingamp (ligne de St Briec), le vendredi 15 juillet à partir de 10h.

➤Descriptif du séjour :

Hébergement : majoritairement sous tente en camping aménagé ou chez l'habitant

Difficulté : séjour itinérant, sentiers côtiers principalement

➤Tarifs

Participants	Tarifs
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	400 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	200 €
Accompagnateur Actif (AA)	80 €
Simple Accompagnant	200 €

L'adhésion à l'association (obligatoire) et l'inscription au séjour, doivent être réglées par **chèques distincts**. Les tarifs d'inscription sont tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour.

Pour tous les participants, **la totalité du montant** doit être réglée **lors de l'inscription** (possibilité d'envoyer des chèques à encaissements différés dont la date doit être indiquée au dos de chaque chèque).

GTB 4 : la côte de Granit Rose

➤Programme :

1^{er} jour : Accueil au Château de Lannigou, soirée avec l'équipe du GTB 3.

2^{er} jour : Un circuit en boucle avec des sentiers accidentés nous menant sur un éperon rocheux, nous permettra une initiation à travers bois. Retour au Château pour une nuit « à la campagne ».

3^{ème} jour : Le parcours commence par les rives de la Baie de Morlaix pour se poursuivre sur les quais de cette jolie ville portuaire puis sur les bords de mer dans l'après midi. Nuit au Camping de la Baie à Térénez.

4^{ème} jour : De la baie de Térénez, nous partons en direction du Dibben. Entre sentiers côtiers et campagne bretonne. 19 km au programme. Nuit au camping de la mer à Primel.

5^{ème} jour : Journée « costaud » jusqu'à Locquirec, le long de sentiers côtiers magnifiques. Nuit au camping universitaire de Locquirec.

6^{ème} jour : De Locquirec nous reprenons nos joëlettes jusqu'à St Efflam. Passage par la Grève des curés. Petit transfert voiture jusqu'à l'île Grande. Nuit mystère.

7^{ème} jour : Petite journée en perspective. Rando à l'intérieur des terres pour rejoindre les plages de Landrellec. Pêche et baignade dans l'après midi. Nuit au camping municipal de Landrellec.

8^{ème} jour : La journée se passera exclusivement au bord de mer. En plein cœur du site classé, nous passerons au pied des célèbres blocs de granit rose de Ploumanac'h. Nuit au camping de Trestaou.

9^{ème} jour : Nous traverserons Perros Guirec et poursuivrons vers Trévou Tréguinec. Baignade dans l'après midi. Nuit au camping du Mât de Trestel.

10^{ème} jour : Petite journée qui va nous emmener au tout petit village de Buguëlès. Pêche et baignade au rendez vous. Dernière nuit et dernière soirée au minuscule camping de Buguelès.

11^{ème} jour : Fin du séjour, séparation de la joyeuse troupe vers 10h