



FFRandonnée 
les chemins, une richesse partagée
Comité départemental
Manche



AU PAYS DU MONT SAINT MICHEL ET DES GRANDES MAREES

« *SPECIAL MAREES D'EQUINOXE & MASCARET* »



DU SAMEDI 31 AOUT AU MARDI 3 SEPTEMBRE 2019

Renseignements et inscriptions
02 33 55 34 30 – manche@ffrandonnee.fr – www.rando50.fr

CE SEJOUR EST UNIQUEMENT OUVERT AUX DETENTEURS D'UNE LICENCE FFRANDONNEE

*Ce séjour nécessite d'être en bonne condition physique et s'adresse aux randonneurs confirmés
Programme du séjour (*sous réserve de modifications)*

1^{er} jour (linéaire) 9 km :



- > Accueil et présentation du déroulement du séjour.
- > Traversée commentée de la Baie avec guide. Pique nique sur l'estran rocheux à Tombelaine.
- > Visite et quartier libre sur le Mont Saint Michel
- > Observation du remplissage de la Baie



2^{ème} jour (linéaire) 20 km :



- > Observation du mascaret dans l'estuaire du fleuve « la Sélune »
- > Découverte de la côte rocheuse bretonne par le Sentier littoral GR 34 de la Pointe de Meinga à la Pointe du Grouin. Quartier libre à Cancale

3^{ème} jour (linéaire) 15 km :



- > Découverte du sentier du littoral GR 223 de Saint-Pair à Granville et du site historique de Granville (Jardin Dior, Haute Ville, Pointe du Roc)
- > Transfert par bateau aux îles Chausey. Pique-nique suivi du tour commenté de l'île.
- > Repas « fruits de mer » puis animation



Photo-T.Abiven@Sy.M.E.L.

4^{ème} jour (boucle) 18 km :



- > Découverte des falaises de Champeaux par le sentier des douaniers avec sa vue imprenable sur la baie et le Mont-Saint-Michel, la cabane Vauban.
- > Apéritif et pique nique traiteur en salle
- > Retour à Carolles Plage par la vallée des peintres



www.rando50.fr

Au pays du Mont-Saint-Michel à pied, édition 2019

Le nombre de places est limité

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Date de naissance : Mail :

Tél : Portable :





n° de licence FFRandonnée : Club :

> Le prix du séjour est fixé à 395 € par personne, en pension complète, en chambre double en village vacances La Porte des Iles à SAINT PAIR SUR MER.





> Sont compris :

-  La pension complète (3 jours, prévoir le pique-nique du 1^{er} jour)
-  Les transferts en car
-  La traversée en vedette A/R de Granville à l'île de Chausey
-  La traversée avec guide de la baie du Mont-Saint-Michel
-  L'apéritif et le pique-nique traiteur en salle du dernier jour.
-  Le supplément pour le dîner "fruits de mer" avec animation du 3^{ème} jour

> Ne sont pas compris :

-  Le transport A/R pour se rendre sur le lieu du séjour
-  Le pique-nique du 1^{er} jour
-  Les assurances facultatives (annulation, interruption,...)
-  D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué comme "compris"

> Dès réception de ce bulletin de demande d'inscription nous vous transmettrons :

-  Les conditions générales de vente et d'annulation du séjour
-  Le programme détaillé du séjour
-  Les options d'assurances facultatives
-  Le contrat de vente (un acompte de 100 € vous sera demandé)

A retourner, avant le 30 juin 2019, au CDRP 50 - 1 rue du 8 mai 1945 - 50570 Marigny (règlement possible par chèque, virement ou chèques vacances)

LA BAIE DU MONT SAINT MICHEL A PIED



Le séjour au Pays du Mont-Saint-Michel, édition 2019, revient avec ses incontournables : découverte de la Baie par le sentier littoral dit «des douaniers», la traversée guidée et commentée des grèves vers le Mont-Saint-Michel, la découverte de l'abbaye, les grandes marées d'équinoxe, du phénomène du mascaret, du Patrimoine Historique Maritime et Culturel avec visite du Mont-Saint-Michel, des Îles Chausey, du site historique la Haute Ville à Granville et du Jardin Christian Dior.



Guidés et accompagnés par les animateurs brevetés du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre et des associations locales, vous pourrez randonner dans une ambiance détendue et chaleureuse. Des commentaires vous permettront de découvrir la géographie et l'histoire de notre région. Parcours linéaire avec transfert par car pour favoriser la découverte du littoral.

Pratique :

Prévoir le pique-nique du 1er jour

Les transferts lors du séjour vers les lieux de départ ou depuis les lieux d'arrivée se feront en car.

Prévoir une tenue légère, des sandales, une serviette et un change pour la traversée de la baie du 1er jour.

Recommandation : chaussures de randonnée obligatoires, prévoir un sac pour le transport du pique-nique, eau, lunettes de soleil, jumelles, appareil photo,...



Contact et renseignements :

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de la Manche (CDRP 50) - 1, rue du 8 mai 1945 - 50570 Marigny -
Tél/Fax : 02 33 55 34 30 - manche@ffrandonnee.fr -
www.rando50.fr

Comité bénéficiaire de l'Immatriculation Tourisme de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre 64, rue du Dessous des Berges 75013 Paris N° IM075100382
Tél. 01 44 89 93 90 - CENTRE D'INFORMATION : tél. 01 44 89 93 93

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la vie associative et le Ministère de l'Ecologie et du Développement durable.

Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre. Code APE : 913E – SIRET : 30358816400044.