

TOUR DE BRETAGNE D'Audierne à Bénodet : le pays Bigouden



De la baie d'Audierne à Concarneau, traversez le pays Bigouden, fleuron du terroir et des traditions bretonnes. Vous apprécierez la géographie si particulière qui fait le charme de la Bretagne. En passant par le phare d'Eckmühl, vous visiterez Pont-l'Abbé, capitale du pays Bigouden et Bénodet, source d'inspiration pour de nombreux artistes...



6 jours - 5 nuits - 4 jours de randonnée.

Jour 1 : Audierne

Arrivée et installation dans la ville d'Audierne, trait d'union entre le Cap Sizun et la mer d'Iroise. Ce port de pêche, situé de façon idéale à l'embouchure du Goyen, était aussi un port de commerce très actif sur les voies maritimes de l'Ouest de l'Europe. La ville s'est construite en petites rues étroites et pittoresques à l'arrière du quai qui enserre l'anse du port et s'est largement étalée sur les hauteurs avoisinantes.

Jour 2 : Audierne - Pouldreuzic

Au départ d'Audierne vous quitterez peu à peu le Cap Sizun pour partir à la découverte du Pays Bigouden. Vous terminerez votre excursion à Pouldreuzic, connue notamment pour abriter le siège social de la société Jean Hénaff SA, célèbre pour son pâté et l'espace muséographique consacré à la marque.

Montée 45m - Descente 50m – 19 km

Jour 3 : Pouldreuzic - St Guénolé

Vous vous dirigez vers la pointe de la Torche, formidable lieu d'entraînement pour les surfeurs bigoudens, adeptes de sensations fortes. Votre randonnée se termine dans le village de St Guénolé, situé sur la commune de Penmarc'h et faisant face à l'Océan Atlantique sur ses trois côtés.

Montée 5m - Descente 10m – 20 km

Jour 4 : St Guénolé - Lesconil

Au départ du Port de Pêche de St Guénolé dont les digues abritent les bateaux des vents du sud-ouest, vous découvrirez le phare d'Eckmülh (classé monument historique), la pointe de Penmarc'h. Votre randonnée se poursuit le long de la côte, jusqu'à Lesconil.

Montée 10m - Descente 10m – 18 km

Jour 5 : Lesconil – Bénodet

Au départ de Lesconil, une fois à Loctudy, vous embarquez pour l'île-Tudy (prestation à payer sur place : 1.50 €), ancien port de pêche et de commerce. Enfin, vous rejoignez Bénodet, l'une des stations balnéaires les plus en vogue de la Bretagne. Vous traverserez l'Odet sur le bac qui relie Sainte Marine à Bénodet.

Montée 30 m - Descente 20 m - 22 km



(Possibilité de ne pas prendre le bac Sainte Marine à Bénodet et de longer la côte pour la dernière traversée : - Montée 60 m - Descente 45 m - 28 km)

Jour 6 : Bénodet

Fin de séjour après le petit-déjeuner



- le pays bigouden, fleuron du terroir et des traditions bretonnes.
- les villes d'art et d'histoire : Bénodet, Concarneau ...
- la pointe de la Torche : site naturel classé et paradis des sports de lisse et de voile.

DATES

Départ d'avril à septembre.

Avril / mai / juin / septembre : tous les jours sauf le lundi, mercredi et dimanche.

Juillet / août : tous les jours sauf le dimanche.

Circuit soumis aux variations des traversées maritimes, ne pouvant s'effectuer qu'à certaines dates : nous consulter.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en formule demi-pension
- Les transferts de bagages
- Le carnet de route

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le trajet A/R depuis votre domicile,
- La traversée Loctudy - île Tudy (env. 2 €/pers)
- la traversée Sainte Marine - Bénodet le J5 (2€ / pers)
- Les boissons
- Les visites éventuelles
- Les assurances
- Les suppléments chambre individuelle
- Les frais d'inscription (+15€ par personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (+15€ par dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+35€ par dossier)



ACCUEIL / DISPERSION

Arrivée en fin d'après-midi à Audierne.

Départ en fin de journée à Bénodet.

NIVEAU

 Randonnées à pied linéaires.

HEBERGEMENTS

6 nuits en hôtel 2* et 3* en formule demi-pension.

Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

Vente en ligne : [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](http://lescheminsverscompostelle.fr)
[CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises \(clako-punaises.com\)](http://clako-punaises.com)

TRANSPORT DES BAGAGES



Le transfert des bagages entre chaque hébergement est assuré par nos soins. Attention, seul un bagage par personne est autorisé et il ne doit pas excéder les 13kg.

ACCES

 Nous vous conseillons de laisser votre véhicule à Quimper puis de prendre un bus jusqu'à Audierne (2,50 € par trajet à payer sur place, réseau Breizhgo, lignes 53/53B/52B).

A la fin de votre séjour à Bénodet => Connexions en car Quimper-Bénodet (Ligne 41) et en été Bénodet-Concarneau (Ligne 48) - Horaires et trajets sur réseau Breizhgo,

Stationnement du véhicule à Quimper :

- parking gratuit derrière la gare (parking Salle Omnisport).
- parking payant de la gare (tel : 08 06 00 01 15) – environ 40 € le forfait de 8 jours.



En train :

A l'aller : Gare SNCF de Quimper puis bus pour Audierne (2,50 € par trajet à payer sur place, réseau Breizhgo, ligne 53/53B/52B).

A noter, l'arrêt de bus d'Audierne (Quai Anatole France) se situe environ 1,5 km (environ 20 min à pied) de votre hébergement. !! ATTENTION : Un seul bus entre Quimper et Audierne le dimanche (le matin à 8h) !

Retour : gare SNCF de Quimper.

Liaison bus de Bénodet à Quimper (2,50€ par trajet à payer sur place, réseau BreizhGo, ligne 41)

DOSSIER DE VOYAGE

Un carnet de route vous sera adressé avant le départ, il comprend : une carte générale, un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour), le tracé précis des itinéraires sur fond de carte et un carnet réalisé par nos soins détaillant l'itinéraire de chaque étape.

LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Vos vêtements de marche (la liste doit être adaptée en fonction de la saison)



- de bonnes chaussures de randonnée (semelles cramponnées, chaussures pas forcément montantes, mais dans lesquelles vous vous sentez bien et que vous avez déjà utilisées),
- une paire de chaussures légères pour le soir (cela pourra être une paire de chaussures de sport qui pourra remplacer celle de randonnée en cas de douleurs aux pieds),
- chaussettes de sport ou de randonnée,
- pantalon de toile (séchage rapide),
- short ou jupe,
- pull ou veste polaire,
- tee-shirts ou chemises légères,
- une veste imperméable (type Goretex),
- cape de pluie ou poncho (qui protégera aussi le sac à dos)
- un chapeau et des lunettes de soleil,
- un bonnet,
- une paire de gants légers et un sur-pantalon imperméable (de l'automne au printemps),
- un maillot de bain et une petite serviette de bain,
- tenue de rechange confortable pour le soir.

Matériel divers

- paire de lunettes de soleil (toute saison),
- crème de protection solaire,
- 1 ou 2 gourdes de 1 litre,
- pour le pique-nique : couteau de poche, couverts, gobelet, boîte hermétique en plastique type Tupperware (à la place d'une assiette, très pratique notamment pour y ranger ses couverts), 1 serviette de table,
- affaires de toilette,
- petite pharmacie personnelle (désinfectant et pansements, crème protectrice pour les lèvres, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed, vos médicaments habituels),
- papier hygiénique, mouchoirs,
- 1 paire de lunettes de vue de rechange (ou des lentilles),
- 2 ou 3 sacs plastiques pour les restes des pique-niques,
- lampe torche ou lampe frontale,

Autres équipements facultatifs : bâtons de marche (conseillé), 1 paire de jumelles, appareil photos ...



Bagages

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

- 1 sac à dos 35/40 litres 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 13 kg).

TOURISME RESPONSABLE

Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- **Préparez-vous et prévoyez**
 - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.
 - Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
 - Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
 - Evitez les périodes de haute fréquentation
- **Laissez intact ce que vous trouvez**
 - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
 - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
 - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
 - Utilisez les sentiers aménagés existants
 - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
 - Favorisez les contenants réutilisables
 - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage



- **Respectez les autres usagers**

- Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
- Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier

ASSURANCES

Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. **La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur.** Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, et si vous n'avez pas souscrit à notre assurance annulation, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.



3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.

4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation **avant le départ**, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au **05 32 09 21 81**.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

FICHE PLUS DETAILLE LORS DE L'INSCRIPTION

