



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

BRETAGNE

De Saint-Malo à Saint-Brieuc

La Côte d'Emeraude et le Cap Fréhel



C'est au fil du GR34 que vous découvrirez un paysage littoral de toute beauté : Erquy et ses splendides falaises de grès rose, Fréhel et sa surprenante réserve d'oiseaux marins, sans oublier le Fort La-Latte, un site escarpé extrêmement pittoresque et chargé d'histoire dominant la baie de la Fresnaye.



8 jours - 7 nuits - 7 jours de randonnée

JOUR 1 : SAINT-MALO

Dès le premier soir dans la cité, le souvenir des marins, des corsaires et des explorateurs est très présent. Une promenade vers et sur les remparts offre le panorama complet de leurs découvertes et l'audace qui toujours caractérisa ceux qui, pas tout à fait bretons, se définissent comme "Malouins". Installation à l'hôtel, et dîner libre.

JOUR 2 : DE SAINT-MALO A SAINT-BRIAC-SUR-MER

17 Km

4h30 environ

+225 m / -230 m

Vous quittez les remparts de Saint-Malo et prenez le bateau-bus pour Dinard, haut lieu de l'élégance Art-nouveau, avec ses demeures Belle Epoque. Cette randonnée à "fleur de mer" vous mènera de criques en criques avec l'île de Cézembre à l'horizon. En fin de journée, vous atteignez Saint-Briac-sur-Mer, authentique joyau plébiscité par de nombreux artistes. Dîner libre.

JOUR 3 : DE SAINT-BRIAC-SUR-MER A SAINT-JACUT-DE-LA-MER

20 Km

5h environ

+130 m / -145 m

Vous rejoignez en début de randonnée Lancieux, petite station balnéaire aux huit plages. Puis pour atteindre Saint-Jacut-de-la-Mer, il vous faut remonter une vaste baie qui, tel un ancien fjord, vous conduit vers l'intérieur des terres. C'est l'Argoat, le pays des cultures, des chemins creux et du parfum des sous-bois. Dîner et nuit.

JOUR 4 : DE SAINT-JACUT-DE-LA-MER A SAINT-CAST-LE-GUILDON

18 Km

4h30 environ

+275 m / -275 m

De l'autre côté de la baie, suivant toujours le GR34, la terre fait à nouveau place au sable. En point de mire, le superbe panorama de l'archipel des Hébihens. Vous goûtez au contraste entre l'Argoat et l'Armor, en suivant le cours d'eau de l'Arguenon qui peu à peu devient un petit fleuve, dont les eaux douces rencontrent le flot salin des marées. Selon les coefficients et les horaires de la marée, le paysage change totalement : du bras de mer à l'estran dont la vase, riche de coquillages et de vers, constitue le garde-manger des échassiers. Dîner et nuit.



JOUR 5 : DE SAINT-CAST-LE-GUILDON A PETIT-TRECELIN

19 Km

5h environ

+350 m / -300 m

L'immense baie de la Fresnaye, profonde de 6km, a spécialement été choisie par les ostréiculteurs et les mytiliculteurs. Grâce à la qualité des eaux douces et marines qui se mêlent, c'est un espace idéal pour l'affinage des huîtres et des moules. C'est un travail exigeant, par tous les temps, sur mer et à terre, pour sélectionner un produit dont la saveur s'accorde parfaitement à son terroir. Dîner et nuit.

JOUR 6 : DE PETIT-TRECELIN A SABLES-D'OR-LES-PINS

25 Km

6h30 environ

+360 m / -440 m

Vous surplombez la mer par un sentier d'ajoncs et de bruyères. Le légendaire Cap Fréhel mérite pleinement sa réputation. Réserve ornithologique, ses falaises dominant la mer à plus de 70 mètres. En chemin, le fameux Fort La Latte qui a servi de décor à de nombreux films : il domine les vagues comme un éperon rocheux armé par la volonté d'être imprenable. Puis, une falaise de grès rose descend en pente douce vers la vaste étendue de Sables-d'Or-les-Pins. Dîner et nuit.

JOUR 7 : DE SABLES-D'OR-LES-PINS A PLENEUF-VAL-ANDRE

24 Km

6h30 environ

+ 440m / -440m

Le cap d'Erquy propose une variété de criques aux eaux particulièrement limpides. Ses falaises vous permettent de mieux y plonger le regard. Sauvages, elles sont adoucies par le rose du grès et alternent avec de longues plages désertes. Les anciennes carrières témoignent d'une histoire mise en valeur grâce à un parcours pédagogique. Vous poursuivez le sentier vers l'île aux Oiseaux du Verdelet, face au Val-André. Le Cap d'Erquy est un site classé de 170 ha, propriété du Conseil Général des Côtes d'Armor depuis 1977. Dîner libre.

JOUR 8 : DE PLENEUF-VAL-ANDRE A MORIEUX

17 Km

4h30 environ

+400 m / -350 m

Le paysage, jusqu'à ce jour de plages et de falaises, laisse place à un étroit sentier jalonné de deux petits ports naturels ; celui de Dahouët, parfait refuge pour les anciens terre-neuvas dont le souvenir reste inscrit dans la simplicité presque austère de leurs demeures. Puis, plus discret encore, celui de Jospinet, avec ses alignements de bouchots. Ici, la mer se retire très loin et profitant des fortes marées, la silhouette des pêcheurs à pied indique que l'estran n'est pas uniquement un garde-manger pour les oiseaux... **Transfert à Saint-Brieuc et fin du séjour.**



Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Les itinéraires n'empruntent pas toujours les sentiers balisés mais sont facilement repérables grâce aux tracés sur cartes.

ATTENTION : Lorsque certains hébergements sont complets, nous sommes contraints de vous faire passer 2 nuits au même hébergement et d'organiser un transfert (ce qui ne change en rien le contenu de votre randonnée) ; ces précisions vous seront indiquées dans votre carnet de route si le cas se produit. Un supplément peut éventuellement vous être demandé avec votre accord, avant la confirmation de réservation



- La réserve d'oiseaux marins du cap Fréhel
- Erquy et ses splendides falaises de grès rose
- Le Fort La Latte, un château fort surplombant la mer et dominant la baie de la Fresnaye
- Une nuit dans l'intra-muros de Saint Malo.

> DATES

Départs tous les jours d'avril à octobre 2025.

> LE PRIX COMPREND

- La demi-pension sauf les J1 à St Malo, le J2 à St Briac et le J7 à Pléneuf-Val-André
- Le bus de mer du J2
- Le transfert de personnes du J8
- Le transfert des bagages entre chaque étape de marche
- Un carnet de route (1 par chambre réservée)
- Le transport de vos bagages
- La taxe de séjour

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas du midi
- Les dîners les J1 à St Malo, le J2 à St Briac et le J7 à Pléneuf-Val-André




- Les boissons et dépenses personnelles
- Les transferts de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion
- Les éventuelles visites
- Les assurances
- Les frais d'inscription (+15€ par personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (+20€ par dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€ par dossier)

> ACCUEIL / DISPERSION

Votre séjour débute la veille de votre premier jour de marche, en fin de journée à l'hôtel à Saint-Malo (dans l'intra-muros).

Votre séjour se termine après votre dernier jour de marche, en fin d'après-midi, à Saint-Brieuc.

> NIVEAU

 **Niveau 3** avec quelques dénivellations aux caps d'Erquy et de Fréhel où les falaises atteignent 70 m de hauteur. Marche essentiellement sur sentier côtier (GR34) ; le linéaire du GR emprunte également des petites routes secondaires.

> HEBERGEMENTS ET RESTAURATION

6 nuits en hôtels 2** et 3*** et 1 nuit dans une abbaye (avec un confort hôtelier) en formule demi-pension (fauf les J1, J2 et J7).

A noter :

Pour les soirs où les dîners ne sont pas inclus, il y a un large choix de restaurants. Le dîner au Petit-Trécelin, est servi sous forme de bocaux locaux.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Nous vous demandons de déposer vos bagages dans le hall de chaque hébergement le matin avant votre départ en randonnée et de ne prévoir **qu'un seul bagage par personne ne dépassant pas 13 kg.**



Nous vous invitons à vous munir d'un petit sac à dos (30 litres) pour transporter vos effets personnels de la journée.

> ACCES

ALLER



Gare SNCF de Saint-Malo. Pour rejoindre votre hébergement dans l'intra-muros de Saint-Malo : bus de la gare à l'intra-muros (1,35 € le ticket - www.reseau-mat.fr/fr) ou possibilité de prendre un taxi, compter environ 10 € la course aller-simple.



Voici où vous pourrez stationner votre véhicule pendant le séjour :

- Parking Paul Féval à l'entrée de la ville, environ 3.30 € par jour (le tarif inclut le bus ou la navette vers l'intra-muros).
- Parking longue durée, non surveillé, à Saint-Malo, à la gare maritime du Naye. Prévoir environ 10 € par jour.
- Parking sous-terrain saint Vincent, esplanade Saint-Vincent (Tél : 02 99 40 82 57), compter environ 30 €/jour, à réserver en ligne

pour bénéficier de ce tarif : [parking St-Vincent](#)

RETOUR



Gare SNCF de Saint-Brieuc.



Pour récupérer votre véhicule en fin de séjour :

- Navette Renault Mouv Saint-Brieuc - Saint-Malo, à réserver en ligne sur <https://www.renaultmouv.fr/>
- Train via Rennes en tenant compte de la période et de la correspondance, prévoir environ 2h-2h30 de trajet et environ 29,50€/personne en plein tarif (prestation hors forfait, à régler sur place).

> DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons, au versement du solde, un dossier de voyage comprenant : un programme (précisant les coordonnées des prestataires, le déroulement du séjour, et des informations pratiques pour se



restaurer le midi), le tracé précis des itinéraires sur fond de carte et un carnet détaillant l'itinéraire de chaque étape.

Si vous souhaitez un dossier de voyage supplémentaire il vous sera facturé 20€/dossier.

› 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 (conseillés) mais avec embouts en caoutchouc, 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).

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

FICHE TECHNIQUE PLUS DÉTAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

