

# Le GR34 N°16 Sentier des douaniers

De Lorient à Quiberon : la côte sauvage de Quiberon et l'île de Houat

Référence : RP80

Circuit en itinérance, en liberté, en hôtels

7 jours 6 nuits avec 5 jours de marche



<b>Activité :</b>	Randonnée
<b>Niveau :</b>	3/5
<b>Période :</b>	D'avril à octobre
<b>Encadrement :</b>	En liberté

#### Les points forts :

- ✓ Port-Louis et sa citadelle, face au port de Lorient
- ✓ Les paysages « entre terre et mer » de la ria d'Etel
- ✓ La côte sauvage de Quiberon
- ✓ La découverte de l'île de Houat

De la ria d'Etel, un labyrinthe où terre et mer se cherchent, se trouvent et parfois se rejoignent, à la presqu'île de Quiberon et sa côte sauvage, l'itinéraire vous séduira par sa diversité. Vous découvrirez une véritable perle posée sur l'Atlantique : l'île d'Houat. Elle vous offrira toutes les facettes de la Bretagne, petites criques, hautes falaises et longues plages.



# Programme

## Jour 1 : Arrivée à Lorient puis Port Louis

Arrivée dans la ville de Lorient. Court transfert en bus jusqu'à l'embarcadère puis bateau-bus jusqu'à Port-Louis. Le nom ancien de la ville est Blavet puis devint Port-Louis en l'honneur du roi Louis XIII qui voulut en faire une ville fortifiée en 1618. La ville comprend de nombreux monuments du fait d'une riche activité historique : la citadelle de Port-Louis, le bastion et la tour du bastion.

## Jour 2 : De Port-Louis à Etel

Distance : 25km Montée : 75m - Descente : 75m

Au départ de Port-Louis et de sa Baie de Locmalo vous sillonnerez la petite mer de Gâvre. À l'origine, l'extrémité rocheuse était une île qui fut rejointe par le continent par un cordon dunaire appelé tombolo. Celui-ci est parallèle avec le continent et forme à marée haute la petite mer de Gâvres, une lagune s'étendant sur 350 hectares, zone traditionnelle de pêche à pied de palourdes et coques. Sur le chemin vous rencontrerez un Dolmen, vestige d'un passé lointain. Enfin vous poursuivrez sur le GR jusqu'à atteindre la Ria d'Étel que vous traverserez en bateau pour entrer dans la ville même d'Étel.

## Jour 3 : Boucle d'Étel

Distance : 17,5km Montée 75m – Descente 75m

Secrète mer d'intérieur, la ria d'Étel est un véritable havre de paix où la mer s'invite dans le courant de la rivière. Au départ d'Étel, point de départ de la Ria vous suivrez la rivière pour atteindre la commune de Belz et la très célèbre île Saint-Cado avec sa maison solitaire plantée au milieu. La randonnée se poursuivra dans les terres en empruntant les petits sentiers.

## Jour 4 : D'Étel à Plouharnel

Distance : 17km Montée : 40m - Descente : 40m

Lors de cette randonnée vous rencontrerez dolmens et menhirs. L'alternance entre paysage maritime et paysage d'intérieur vous emmènera jusqu'à Plouharnel, dernière ville entre les terres et l'immense presqu'île de Quiberon.

## Jour 5 : De la baie de Plouharnel à Quiberon

Distance : 20 km Montée : 70m - Descente : 70m

Court transfert à l'entrée de la Baie de Plouharnel. À l'entrée de la presqu'île, vous traverserez l'isthme de Penthièvre qui mesure moins de 100 mètres de large. Vous continuerez à descendre par l'ouest, face aux houles de l'océan Atlantique, appelé aussi la Côte Sauvage. Vous découvrirez un paysage minéral de falaises face à l'océan devenu sauvage car battue par les vents et les lames de fond. Ces attaques des éléments naturels ont découpé la côte en une suite extraordinaire de falaises abruptes dans lesquelles se cachent de petites criques, qui à marée basse, laissent apparaître grottes, cavernes et autres sculptures magistrales. Vous descendrez au plus bas pour atteindre la ville de Quiberon.

## Jour 6 : L'île de Houat

Distance : 15km Montée : 90m - Descente : 90m

Bateau jusqu'à l'île de Houat. Vous ferez le tour de ces 13.5 km de circonférence. On y distingue nettement deux espaces : d'abord l'Ouest qui représente le dernier vestige perdu en mer des crêtes autrefois élevées du Massif Armoricaïn. La côte y est particulièrement déchirée. Vous découvrirez de minuscules criques se nichant dans la roche qui dresse ses remparts parfois vingt mètres au-dessus. La pointe de Beg-Er-Vilaine vous offrira un panorama unique, à la fois sur la Baie de Quiberon et sur le littoral Nord de l'île. Au sommet des falaises, vous apercevrez le plateau présentant ses étendues inhabitées et sans arbres. L'Est est à l'inverse sableux et c'est sans doute la partie la plus pittoresque de l'île. Retour et nuit à Quiberon.

## Jour 7 : Quiberon

Fin du séjour après le petit-déjeuner à Quiberon.

# Pendant votre séjour

## Encadrement

### En liberté

Vous partez en couple, en famille ou entre amis. Nous nous occupons de l'hébergement et du transfert des bagages.

Vous avez une bonne expérience de la randonnée et vous savez vous orienter avec une carte. D'une étape à l'autre, vous suivez le topo guide que nous avons préparé avec soin.

Partir en liberté, c'est randonner léger, au rythme de chacun et profiter pleinement des plaisirs de la nature sans se préoccuper de la logistique du séjour.

## Portage des bagages

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule.

**Merci de prévoir 1 bagage par personne, de maximum 13kg/bagage.**

## Hébergement

Hébergement en hôtels 2\* et 3\* en formule nuit et petit-déjeuner + le dîner du J4.

Les draps et serviettes sont fournis.

## Nourriture

Vous êtes en formule nuit + petit-déjeuner durant votre séjour + le dîner du J4.

La formule demi-pension est proposée en option pour tout le séjour.

Les pique-niques (repas de midi) ne sont pas compris.

## Nombre de participants

A partir de 2 participants.

# Avant votre départ

## Tarifs

Voir la grille des prix sur notre site Internet <http://www.larebenne.com>

## S'inscrire

LaRébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages LaRébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide.

✉ [contact@larebenne.com](mailto:contact@larebenne.com)

☎ +33(0)5 61 65 20 93

☎ +33(0)6 81 53 77 75

## Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

## Païement du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

## Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

## Formalités

- Carte d'identité en cours de validité.
- Assurance rapatriement conseillée.

## Niveau (3/5)

Sentier côtier en bord de mer avec parfois un cheminement à travers les terres ; alternance de chemins et de petites routes secondaires. La marche s'effectue sur le sentier côtier essentiellement mais aussi sur des chemins de terre et petites routes tranquilles.

## Période

De début avril à fin septembre. Pas de départ les samedi et dimanche car le restaurant à proximité de l'hôtel de Plouharnel le J4 est fermé le mardi et mercredi.

Départ possible d'avril à septembre (sauf vendredi et samedi).

## Départ et RDV

En fin d'après-midi du J1 à Lorient.

## Comment y aller :

- En voiture : Accès par N165. Vous pouvez stationner votre véhicule au parking payant l'Orientis à 350m de la gare SNCF de Lorient (tél : 02 97 35 48 64).
- En train : Gare SNCF de Lorient.

## Le prix comprend

- 6 nuits en formule nuit + petit-déjeuner, en hôtels 2\* et 3\* + le dîner du J4,
- Les traversées maritimes entre Quiberon et Houat,
- Les transferts de personnes,
- Le transport des bagages,

- Le carnet de route,

### Le prix ne comprend pas

- Le trajet aller-retour depuis votre domicile,
- Les repas du midi,
- Les repas du soir sauf celui du J4 (la demi-pension est proposée en option pour tout le séjour),
- Les boissons,
- Le billet de bus et bateau-bus à Lorient (environ 1,5€)
- Le bac pour traverser la Ria à Etel (environ 3€),
- Les assurances,
- Le supplément chambre individuelle,
- Les dépenses personnelles et les éventuelles visites.

### Options

- Supplément chambre individuelle,
- La demi-pension,
- Nuit supplémentaire en fin de séjour.

Nous contacter.

### Assurances

Conformément à la réglementation de notre profession, LaRébenne est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix (souscrites auprès de la compagnie APRIL Voyages) :

- Forfait n° 1 - **La Multirisques** : elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.
- Forfait n° 2 - **Annulation** : elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

---

### Matériel conseillé à emporter

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils sur votre matériel à emporter pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions (non exhaustif).

#### Votre bagage

Un seul bagage suiveur par personne : type sac de sport environ 55l. Ces bagages sont transportés par véhicule. 13kg maximum.

Nous vous donnerons des étiquettes adresse à attacher aux bagages.

#### Le sac à dos

1 sac à dos moyen pour les affaires de la journée (type 55 litres)

#### Le fond de sac

- Boussole et altimètre pour les randonnées en liberté.
- Un vêtement de pluie.
- Deux gourdes de 1 litre d'eau minimum.
- Une trousse à pharmacie (à constituer avec votre médecin) : pansements double-peau, désinfectant bio-gaze, bandes, gaze, micro-pur pour l'eau, aspirine, médicaments personnels et une couverture de survie.
- Vos objets personnels : appareil photo, chapeaux, jumelles etc.

## Les chaussures

Bonnes chaussures de randonnée montant au-dessus de la cheville. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable.

Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite car vos pieds auront tendance à gonfler.

## Les vêtements

- Une veste coupe-vent imperméable (gore tex, poncho...).
- Un gros pull ou une veste polaire.
- Un pantalon confortable pour la marche.
- Un short, des tee-shirts..., ainsi que des sous-vêtements respirants.
- Vêtements de rechange et linge personnel.
- Un bonnet et une paire de gants.
- Un maillot de bain (pour certains séjours).

## Petit matériel

- Chaussures légères et aérées pour le soir (tennis style jogging ou sandalettes).
- Une paire de bâtons télescopiques ou « bâton de berger ».
- Lunettes de soleil et crème solaire, protections pour les lèvres.
- Chapeau, casquette ou bob.
- Une petite trousse de toilette, avec serviette et papier hygiénique.
- Une lampe de poche ou frontale + piles de rechanges.
- Vivres de course (barres énergétiques, fruits secs...).

**Et votre téléphone portable chargé avant chaque randonnée.**

# Après votre retour

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très

## A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

✉ [contact@larebenne.com](mailto:contact@larebenne.com)

☎ +33(0)5 61 65 20 93

☎ +33(0)9 77 89 93 37

☎ +33(0)6 81 53 77 75

✉ : 10 rue de la Comédie – 09000 Foix