

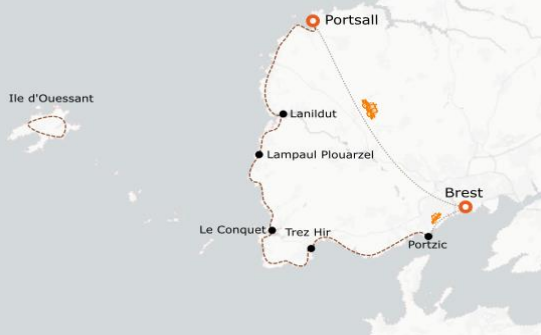
# Le GR34 – Sentier des douaniers

De Portsall à Brest : Chemin des phares et Ouessant

Référence : RP74

Circuit en itinérance, en liberté, en hôtels

7 jours 6 nuits avec 6 jours de marche



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

**Les points forts :**

- ✓ Les sentiers du Finis-Terrae au « bout du monde »,
- ✓ Un littoral et ses phares aux noms mythiques,
- ✓ L'excursion sur l'île de Ouessant

Vous êtes en Finis-Terrae, sur les sentiers du « bout du monde », là où le littoral égrène des phares aux noms mythiques, où les paysages se modifient au fil des heures, au gré des lumières et des marées. De Portsall à Brest, mille et une curiosités vous attendent au détour du chemin. La journée à Ouessant, une île barrée d'écueils et battue par les courants du Fromveur, vous transporte dans un monde plus proche de l'océan que de celui des hommes. A moins, pour les plus vaillants, marins ou randonneurs, qu'il ne les forge à son image.



# Programme

## Jour 1 : Arrivée à Portsall

Accueil en fin d'après-midi à Portsall. C'est ici que la Manche rencontre l'Atlantique, même si la "frontière" n'est qu'arbitraire.

## Jour 2 : De Portsall à Lanildut

**De 21 à 23 km\* - Montée 160 m - Descente 180 m**

Un large panorama de terres basses, d'oyats et d'ajoncs s'ouvre à vous. La presqu'île Saint-Laurent n'est rattachée à la terre dite "ferme" que par un étroit sentier bordé par la plage des "Dames" et celle "des Curés". Le phare du Four vous fait face, posé en pleine mer d'Iroise sur un socle de rochers que ni les vagues ni les vents n'ont arraché depuis sa construction en 1871.

## Jour 3 : De Lanildut à Lampaul Plouarzel

**De 17 à 21 km\* - Montée 135 m - Descente 145 m**

Dans cet univers où la mer est imprévisible, il est utile de pouvoir s'en écarter pour apprécier l'hospitalité naturelle d'un "aber". De simples murets de pierres sèches consolident ses limites. Les bretons y ont bâti de solides demeures où il fait bon vivre, quelle que soit la saison et les aléas du climat. Vous poursuivez votre chemin en goûtant à des sentiers ombragés avant de vous confronter à nouveau, "sur l'autre rive", aux lois de l'Océan.

## Jour 4 : De Lampaul Plouarzel au Conquet

**17 km - Montée 220 m - Descente 220 m**

Cap sur le Conquet, dernier port avant Ouessant. Passage par la pointe de Corsen, la plus à l'ouest de la France, où seules quelques criques encaissées laissent apparaître du sable. Tout semble rude et pourtant, comme souvent en Bretagne, une longue étendue de sable vient adoucir le paysage : la plage des Sablons, longue de plus de 2km, est en vue. En chemin vous pourrez visiter le phare de Trézien (datant de 1894, 182 marches).

## Jour 5 : Excursion sur l'île de Ouessant

**16 km - Montée 160 m - Descente 170 m**

Randonnée sur la côte nord, face à l'île Keller, jusqu'à l'extrême pointe de Créac'h qui offre une introduction sans pareil à l'insularité. Le souvenir d'avoir marché là, d'avoir goûté à cet air frais, d'avoir observé ce petit bout de terre au milieu de l'Océan, restera "actif" très longtemps. Les visites des phares du Créac'h (1869) et du Stiff (1695) ainsi que celle du musée compléteront cette "journée particulière" (visites hors forfait). Retour en taxi au port du Stiff.

## Jour 6 : Du Conquet à Trez Hir

**15 km - Montée 260 m - Descente 280 m**

En surplomb de la mer, la pointe Saint-Mathieu jouxte les ruines d'une abbaye bénédictine du XIIème siècle. Il vous est possible de gravir les 163 marches du phare de Saint-Mathieu. Le sentier côtier passe près du fort de Bertheaume puis opère un retour vers l'Est proposant une orientation rare en Bretagne, laquelle s'ouvre sur des plages abritées des vents dominants. Transfert en fin de randonnée au Conquet.

## Jour 7 : De Trez Hir à Portzic.

**17 km Montée 330 m - Descente 330 m**

Après "la fin des terres", poursuivez votre retour vers le continent en marchant toujours plein Est jusqu'au goulet de Brest. En chemin d'autres phares, du "Petit Minou" (1848) puis du "Portzic", signalent le chenal que les navires doivent emprunter pour accoster sur les quais du deuxième plus grand port de guerre français.

Cette navigation vers Brest rythme la marche vers la plage du Portzic.

De cette plage un court transfert vous conduira à la gare de Brest.

**Fin du séjour à Brest.**

*\*kilométrage variable selon hébergement réservé.*

# Pendant votre séjour

## Encadrement

### En liberté

Vous partez seuls, 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 chambres d'hôtes et hôtels 2\* en formule nuit et petit-déjeuner. Dans deux hébergements, la salle de bain se trouve sur le palier et est à partager entre plusieurs chambres.

Les draps et serviettes sont fournis.

Dans un ou deux hébergements, la salle de bain se trouve sur le palier et est **à partager entre plusieurs chambres**.

## Nourriture

Vous êtes en formule nuit + petit-déjeuner durant votre séjour.

La demi-pension est proposée en option pour tout le séjour sauf à Lampaul Plouarzel, le restaurant le plus proche de l'hébergement ne souhaitant plus passer par un intermédiaire.

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 30 % 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)

Vous pratiquez assez régulièrement une activité sportive, sans pour autant être un athlète. 5 heures de marche par jour en moyenne avec des dénivelés positifs de 150 à 650m.

## Période

Départ tous les jours d'avril à octobre (sauf samedi et dimanche).

## Départ et RDV

Le premier jour à votre hébergement de Ploudalmézeau-Portsall.

## Comment y aller :

- En voiture : Accès par D168
- Pour rejoindre Portsall : Réseau BreizhGo bus ligne 14 (Brest - Ploudalmézeau), descendre à Bar Al Lan (2,50 € par personne à payer sur place).
- Vous pouvez laisser votre véhicule en stationnement gratuit / non surveillé Avenue Réveillère ou Bd Gambetta, à proximité de la gare SNCF.
- Sinon, parking payant / couvert / gardé en centre-ville : le parking Liberté, 30 € la semaine, tél : 02 98 33 11 20 (important : à votre arrivée, aller à la caisse principale pour passer votre ticket en forfait 7 jours).

## Le prix comprend

- 6 nuits en formule nuit + petit-déjeuner, en chambres d'hôtes et hôtels 2\*,
- Les transferts de personnes des J6 et J7,
- Le transport des bagages,

- La traversée aller-retour pour Ouessant du J5,
- La navette sur Ouessant,
- Le carnet de route,

### Le prix ne comprend pas

- Le trajet aller-retour depuis votre domicile,
- Les repas du midi,
- Les repas du soir (la demi-pension est proposée en option pour le reste du séjour sauf à Lampaul-Plouarzel),
- Les boissons,
- Les assurances.
- Le supplément chambre individuelle,
- Les dépenses personnelles et les éventuelles visites.

### Options

- Supplément chambre individuelle,
- Demi-pension sauf à Lampaul-Plouarzel,
- Nuit supplémentaire en fin de séjour.

Nous contacter.

### La région visitée

La situation : le nord-ouest du Finistère.

#### Les paysages rencontrés :

- la ville de Brest surplombant la rade,
- les fortifications côtières parsemées le long du Goulet de Brest (fort de Bertheaume),
- une côte émaillée de presqu'îles, d'îles et d'îlots, de criques de galets et de plages de sable fin,
- les pittoresques ports ostréicoles et goémoniers (Le Conquet, Lanildut),
- les impressionnantes pointes rocheuses de Corsen et de St-Mathieu avec son phare encastré dans les ruines de l'abbaye bénédictine du XIIe siècle,
- la ria du Conquet et l'aber lldut, là où la mer creuse son sillage dans la terre,
- les fours à goémon de la côte de Porspaul.

Le climat : climat tempéré océanique influencé par les courants et vents marins. Vents d'ouest très présents.

### Assurances

Conformément à la réglementation chaque participant à un voyage LaRébenne 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 à vélo.

L'assistance couvre essentiellement les frais de recherche-secours, le rapatriement et les frais médicaux. Elle intervient dès lors qu'un constat médical permet de décider du rapatriement. Un rapatriement appelé "retour prématuré" peut aussi être mis en place pour des raisons extérieures à celle de l'assuré lui-même, par exemple le décès d'un membre de la famille (voir les cas dans le fascicule d'assurance). Au préalable, dans les régions éloignées des infrastructures médicales et difficiles d'accès, vous devez accepter l'organisation des premiers secours par des moyens locaux (4X4, porteurs, chevaux, etc.).

Ce contrat indemnise aussi la perte, le vol ou le retard de livraison de bagages, ainsi que l'interruption de séjour.

L'assurance protège du risque financier d'annulation. Il est très important d'avoir une assurance de ce type en cas d'annulation suite à un problème de santé ou pour une raison professionnelle.

Nous vous proposons de souscrire l'un des cinq contrats que nous avons sélectionnés, sachant que nous servons uniquement d'intermédiaire entre vous et l'assureur. Toute assurance complémentaire est facturée

par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage :

- Je souscris le contrat "Multirisque" (4.5%), prime minimale de 15 euros :  
Assistance-rapatriement + interruption circuit + bagages + annulation.  
Voir le contrat complet en cliquant ici.
- Je souscris le contrat "Multirisque carte bancaire" (3,8%), prime minimale de 15 euros :  
Assistance + interruption séjour + bagages + annulation en complément de votre CB (uniquement pour un paiement avec une carte Mastercard de type Gold, Platinum, world Elite, ou Visa de type Premier ou Infinite. Cartes bancaires délivrées par une banque française uniquement).
- Je souscris le contrat "Annulation" (2.5%), prime minimale de 10 euros :  
Annulation uniquement.  
Voir le contrat complet en cliquant ici.
- Je souscris le contrat "Assistance rapatriement" (1.6%), prime minimale de 10 euros :  
Assistance rapatriement + interruption de circuit + bagages.  
Voir le contrat complet en cliquant ici.

Attention, ces contrats sont valables pour les personnes résidant en Europe uniquement. En ce qui concerne la garantie « responsabilité civile à l'étranger », seuls les résidents français sont couverts.

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.**

### 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

## **Après votre retour**

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.