FICHE TECHNIQUE 2022 Bretagne

BELLE ÎLE EN MER

Sans portage

6 jours – 5 nuits – 5 jours de marche – *Randonnée Niveau 2*

Une randonnée en Bretagne, sur Belle Île en Mer, la plus grande des îles bretonnes entre beauté de la côte sauvage et authenticité de la vie paysanne.

Belle-Île-en-Mer, la « Marie Galante de la Bretagne » est la plus grande des îles bretonnes dont le plus haut point culmine à 73 m. Elle est entaillée de vallons où courent des ruisseaux et où prennent naissance sources, puits et fontaines.
C'est l'île des grands contrastes entre la douceur des plages de sable fin et la beauté violente des falaises déchiquetées de la côte sauvage offerte aux vents, entre les vallons verdoyants qui ondulent sur terre et les vagues qui déferlent en mer. Le sentier côtier explore ces paysages uniques au monde et ces panoramas à couper le souffle, tous sublimés par la beauté émeraude de l'océan. Les villages belle-îlois ont gardé tout leur charme et leur authenticité avec leurs petits ports accrochés à leurs falaises, tout en étant animés de cette ambiance insulaire propre à ces lieux du bout du monde.
Pour profiter pleinement de ce petit coin de paradis, nous vous proposons un hôtel*** qui offre des chambres spacieuses et confortables, tout ceci dans un bel environnement et au calme. Selon votre date de départ, votre hôtel sera situé à Sauzon ou à Palais. Des courts transferts en car seront organisés le matin ou le soir pour rejoindre les sentiers de randonnée et vous permettre de réaliser l'intégralité du tour de Belle-Île à pied par le sentier des douaniers.

Les points forts de ce parcours

Nouveau séjour exclusif pour 2022.
Le tour intégral de la plus grande des îles bretonnes.
La beauté sauvage de Belle-Île et les randonnées exceptionnelles.
Un hébergement de qualité, de grand confort et au calme.

PROGRAMME

Jour 1 : **Embarcadère Port Maria Quiberon - Belle Île**

Rendez-vous à l'embarcadère Port Maria, port maritime de Quiberon, pour retirer votre billet d'embarquement. L'horaire de rendez-vous vous sera communiqué sur votre convocation une dizaine de jours avant votre départ. Traversée pour Belle-Île-en Mer, débarquement au port de Palais, accueil par votre guide puis transfert en car jusqu'à Belle-Île.

Transfert : bateau, 45 minutes environ.
*Hébergement : hôtel***.*
Repas inclus : dîner.
Repas non inclus : petit déjeuner - déjeuner.

Jour 2 : **Port Andro - Plage des Grands Sables - Le Palais**

Transfert pour le camping de Locmaria, à Port Andro. L'itinéraire passe par la Pointe de Kerdonis et son phare situé à l'extrémité est de l'île. Retour à pied par le sentier côtier, passage par le village de Samzun, par la plage des Grands Sables, l'une des plus belles de l'île, par le port Yorc'h et par la pointe de ramonette. La côte est parsemée de « redoutes » et de « batteries » construites par Vauban.

Transfert : véhicule privatisé, 20 minutes environ.
Temps de marche : 5 à 6 heures environ.
Distance parcourue : 16 à 17 km environ.
Dénivelée positive : + 370 m.
Dénivelée négative : - 350 m.
*Hébergement : hôtel***.*
Repas inclus : petit déjeuner - déjeuner (pique-nique) - dîner.

Jour 3 : **Sauzon - Le Palais**

Départ pour le sentier côtier du côté de Sauzon, plus beau village de l'île et arrivée à Palais par la pointe de Kerzo, Port Fouquet et la pointe de Taillefert.

Transfert : véhicule privatisé, 11 minutes environ.
Temps de marche : 6 heures environ.
Distance parcourue : 18 à 19 km environ.
Dénivelée positive : + 630 m.
Dénivelée négative : - 600 m.
*Hébergement : hôtel***.*
Repas inclus : petit déjeuner - déjeuner (pique-nique) - dîner.

Jour 4 : **Herlin - Pointe de Pouldon et Pointe du Skeul - Locmaria**
Transfert pour le petit hameau d'Herlin et découverte de la côte sauvage en passant par les Pointes Saint-Marc, Pouldon, Skeul et Arzic. Arrivée dans le village de Locmaria. Petit temps libre pour visiter l'église la plus ancienne de l'île, le bar ou la plage. Court transfert pour revenir à l'hôtel.
Transfert : véhicule privatisé, 20 minutes environ A/R.
Temps de marche : 5 heures environ.
Distance parcourue : 17 km.
Dénivelée positive : + 380 m.
Dénivelée négative : - 380 m.
*Hébergement : hôtel***.*
Repas inclus : petit déjeuner - déjeuner (pique-nique) - dîner.

Jour 5 : **Herlin - Aiguilles de Port Coton - Donnant Village**
Départ du même endroit que la veille, mais cette fois-ci pour rejoindre Donnant en passant par la plage de Kerel, la Pointe du Talu avec son sémaphore éphémère encore en activité, puis les fameuses aiguilles de Port Coton, appréciées des peintres tels Monnet. Fin de la randonnée à Donnant Village.
Transfert : véhicule privatisé, 20 minutes environ.
Temps de marche : 6 heures environ.
Dénivelé positif : + 360 m.
Dénivelé négatif : - 360 m.
*Hébergement : hôtel***.*
Repas inclus : petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner.

Jour 6 : **Donnant Village - La Pointe des Poulains - Quiberon**
Départ de Donnant Village et traversée, soit de la plage, soit des dunes en fonction de la marée. Puis le sentier côtier traverse de grands plateaux entrecoupés de quelques ravins jusqu'à la Pointe des Poulains qui marque l'extrémité nord-ouest de l'île et où est niché le Fort de Sarah Bernard, le port de Ster Vraz et la Pointe du vieux Château. Temps libre sur ce site incontournable, pour, selon votre choix, visiter le fortin de Sarah, l'îlot des Poulains, la villa Lysianne ou le bar de la Ferme de Sarah (ou les quatre !). Transfert retour pour l'embarcadère à Palais et retour pour Quiberon.
Temps de marche : 4 heures environ.
Dénivelée positive : + 240 m
Dénivelée négative : - 240 m
*Hébergement : hôtel***.*
Repas inclus : petit déjeuner - déjeuner (pisue-nique).

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction (au 26/01/22) ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

Les heures de marche s'entendent sans les arrêts et sont strictement indicatives. Suivant les conditions météorologiques, suivant le niveau des participants ainsi que parfois l'état du terrain (boue, neige etc), ces temps de marche peuvent varier à la hausse ou à la baisse.

En raison des risques et des imprévus techniques, climatiques ou autres pouvant intervenir directement ou indirectement sur votre séjour, VIAMONTS Trekking ou son représentant durant le séjour se réserve le droit de modifier l'itinéraire, la succession des étapes, voire d'annuler certaines prestations du programme, notamment si des conditions particulières mettent en cause la sécurité du groupe ou d'une seule personne. Faites nous confiance, ces modifications sont faites dans votre intérêt ou pour votre sécurité.

"Le trekking, la randonnée, c'est une passion, un état d'esprit... L'imprévu fait partie intégrante de cette éthique du voyage : "sortir du programme" prévu, l'espace de quelques temps, afin de vous faire vivre quelque chose d'inattendu et pourtant de typique ou authentique nous semble incontournable...
Chez VIAMONTS Trekking, nous cultivons cet état d'esprit : vivre une fête traditionnelle ou autre évènement qui se déroule au village voisin de notre lieu d'hébergement, observer un animal rare et le suivre un moment... Tous nos guides sont à l'affût de ces petits moments exceptionnels qui vous feront vivre encore plus intensément votre voyage... C'est aussi pour cela que vous aimez le trekking et la randonnée, que vous aimez sortir des sentiers battus!!" ...

INFORMATIONS TECHNIQUES ET PRATIQUES

NIVEAU

Randonnée Niveau 2 : 4 à 6 heures de marche par jour avec des dénivelés positifs ne dépassant pas les 650 m par jour. Le nombre de kilomètres peut varier entre 8 et 17 km selon la nature du terrain (plat ou montagne ; beaucoup de pistes ou beaucoup de sentier etc..). Ce sont des randonnées accessibles à toute personne effectuant environ 1 séance de sport par semaine en plus d'avoir l'habitude de marcher. Le type de terrain sur lequel s'effectuent les randonnées peut être varié : pistes, chemins ou encore sentiers. L'hébergement lors de ces randonnées pourra s'effectuer soit en hôtel, soit en gîte voire même en refuge. Ce choix d'hébergement sera alors fait uniquement pour prendre en compte l'isolement du circuit par rapport à de meilleures catégories d'hébergements. Il sera donc primordial de bien vérifier cet aspect pratique quand vous choisissez votre voyage.
Quelques précisions pour cette randonnée : Etapes de 15 à 20 km/jour, 5 heures de marche en moyenne, principalement sur les sentiers côtiers, sans difficultés particulières. Quelques dénivellations pour passer des fonds de criques aux sommets des falaises, raides mais pas très longues. Les accompagnateurs peuvent s'adapter au niveau du groupe en modifiant un peu les parcours si besoin.

Attention : les bâtons de randonnée avec pointes métalliques sont interdits sur toute l'île, à moins d'ajouter un embout plastique. Baignade possible tous les jours en cours de randonnée ou à la fin.

PETITS CONSEILS

Nous accueillons beaucoup de randonneurs qui n'ont pas eu le temps de s'entraîner avant de venir et beaucoup souffrent de courbatures, tendinites et autres petites misères qui gâchent un peu ou beaucoup leur séjour.

Vous n'avez pas le temps de faire du sport, alors sur votre trajet pour aller travailler, vous pouvez monter et descendre les escaliers à pied au lieu de prendre l'ascenseur.

Dès que les beaux jours arrivent, vous pouvez vous lever 1/2h plus tôt et descendre à la station précédente pour continuer à pied ou faire l'inverse le soir.

Mais surtout habituez-vous à boire au moins 1,5 l d'eau pendant votre journée de travail, en plus de ce que vous consommez pendant les repas.

Progressivement vous passez à 2 litres, ainsi pendant la randonnée vous boirez 3 à 4 litres d'eau et vous n'aurez ni courbatures ni tendinites : essayez, cela ne coûte rien et c'est tellement mieux que d'avaler des anti-inflammatoires et des antalgiques.

LE NIVEAU PSYCHOLOGIQUE

Nous ne pouvons malheureusement pas assurer le beau temps… et il arrive que la météo soit farceuse. Ne faites pas chuter votre moral en même temps que la pluie et ne vous laissez pas assombrir par un ciel gris particulièrement bas. Cela fait parti du voyage … laissez-vous imprégner par une ambiance … différente !…

Vous allez vivre durant 6 jours avec des personnes que vous ne connaissez pas et dans un environnement qui ne vous est pas habituel. Essayez d'être tolérants face à certains comportements ou certaines situations et gardez votre bonne humeur. Vous profiterez mieux ainsi de vos vacances. Toutefois, en cas de difficultés persistantes, n'hésitez pas à parler avec votre accompagnateur, sa position peut aider à résoudre les conflits et favoriser votre approche du milieu et/ou du groupe.

L'HÉBERGEMENT

5 nuits en hôtel*,** en base chambre double ou twin (single avec supplément et sous réserve de disponibilité).

L'hôtel dans lequel vous séjournerez ne sera pas le même selon votre date de départ.

Pour les dates de départ suivantes : 17/04, 24/04, 01/05, 08/05, 05/06, 26/06, 03/07, 28/08, 25/09 : vous serez logé à Sauzon, en hôtel***. L'hôtel est contemporain et équipé d'une piscine chauffée et d'une terrasse avec une vue panoramique sur la mer. Sa situation offre un accès direct à une petite plage.
Pour les dates de départs suivantes : 10/04, 29/05, 12/06, 10/07, 21/08, 18/09, 09/10 : vous serez logé sur les hauteurs de Palais, ville principale de l'île, en hôtel***. C'est un établissement familial qui a été rénové récemment et qui offre un cadre calme et agréable, à proximité de la ville, mais à l'écart de l'agitation. Cet hôtel de charme, offre des espaces de vie conviviaux et un jardin avec ses transats où il fait bon se prélasser.

LE PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne portez que vos affaires personnelles de la journée dans votre petit sac à dos. Votre gros sac reste à l'hébergement.

LES TRANSFERTS

Au départ de Le Palais et sur tous les transferts jusqu'aux lieux de départs des randonnées, un minibus privatisé assurera les déplacements.
Traversée en bateau du port maritime de Quiberon jusqu'à Le Palais, aller/retour.

HORAIRES DES BATEAUX

Aller : Départ de Quibéron	Retour : départ de Le Palais
Le 10/04/22 : 17 heures 15	*Le 15/04/22 : 15 heures 45*
Le 17/04/22 : 17 heures 30	*Le 22/04/22 : 15 heures 45*
Le 24/04/22 : 17 heures 15	*Le 29/04/22 : 15 heures 45*
Le 01/05/22 : 17 heures 15	*Le 06/05/22 : 15 heures 45*
Le 08/05/22 : 17 heures 15	*Le 13/05/22 : 14 heures 45*
Le 29/05/22 : 17 heures 15	*Le 03/06/22 : 15 heures 45*
Le 05/06/22 : 17 heures 15	*Le 10/06/22 : 14 heures 45*
Le 12/06/22 : 17 heures 15	*Le 17/06/22 : 14 heures 45*
Le 26/06/22 : 17 heures 15	*Le 01/07/22 : 16 heures*
Le 03/07/22 : 17 heures 30	*Le 08/07/22 : 16 heures*
Le 10/07/22 : 17 heures 30	*Le 15/07/22 : 16 heures*
Le 21/08/22 : 17 heures 30	*Le 26/08/22 : 16 heures*
Le 28/08/22 : 16 heures	*Le 02/09/22 : 15 heures 45*
Le 18/09/22 : 17 heures 15	*Le 23/09/22 : 14 heures 45*
Le 25/09/22 : 17 heures 15	*Le 30/09/22 : 15 heures 45*
Le 09/10/22 : 16 heures 15	*Le 09/10/21 : 15 heures 45*

Départ : merci de vous présenter à l'embarcadère **30 minutes avant l'embarquement.**
Retour : l'horaire indiqué est celui de l'embarquement, **arrivée à Quiberon 45 minutes plus tard environ**, selon l'état de la mer.

LA NOURRITURE ET L'EAU

Pour les boissons, vous disposez du contenu de votre gourde. Pensez à la remplir chaque matin dans votre hébergement.
Vous pourrez, si vous le désirez, acheter des bouteilles d'eau minérale dans tous les commerces des villages que nous croiserons.
A ce moment là, nous vous recommanderons de procéder vous-mêmes au tri de vos déchets en jetant votre bouteille vide dans les conteneurs adaptés disponibles uniquement en ville. En effet, le personnel de nettoyage de votre chambre n'est pas habilité à faire le tri de votre poubelle.
Pour l'hôtel à Sauzon : pour les repas, les petits déjeuners sont de type buffet, les pique-niques tirés du sac le midi, et les dîners sont pris à l'hôtel chaque soir, et se présentent sous forme d'un buffet : fruits de mer, entrées variées, plat chaud, assortiment de fromages, desserts et boissons.

Pour l'hôtel à Le Palais : vous aurez des petits-déjeuners faits maison et gourmands, les pique-niques seront tirés sac le midi et les dîners seront pris comme suit : le 1er soir, le dîner est à l'hôtel, sous forme d'apéro-dinatoire convivial, avec buffet apéritif, assiette de fruits de mer et dessert. Pour les autres soir, 1 dîner est prévu dans un restaurant gourmand à Bangor à 6 km de l'hôtel, un transfert en navette est prévu pour s'y rendre.
3 dîners sont prévus au restaurant dans le centre de Palais, 2 en crêperie et 1 en restaurant traditionnel. Les trajets entre l'hôtel et les restaurants sont effectués à pied, il faut compter 15 à 20 minutes de marche pour y aller, idem au retour.

Les repas du soir sont pris à l'hôtel à Sauzon, en extérieur au Palais.

L'ÉQUIPE QUI VOUS ACCOMPAGNE

Sur le terrain, la personne qui vous accompagne durant tout votre séjour est un Accompagnateur diplômé selon la législation en vigueur. Il connait parfaitement le terrain ; il vous conseillera et vous fera découvrir cette région.

RENDEZ-VOUS ET DISPERSION

Rendez-vous : le jour 1 à l'embarcadère de Port Maria, port maritime de Quiberon. L'heure vous sera notifiée sur votre carnet de voyage.
Dispersion : le jour 7 en fin de matinée au port maritime de Le Palais pour Quiberon.

Si vous désirez arriver la veille du départ de la randonnée, ou partir le jour d'après la fin de votre séjour, n'hésitez pas à nous consulter lors de votre inscription pour obtenir les coordonnées de l'hébergement.

LE PRIX

Le prix comprend

L'encadrement.
Les transferts terrestres en bus pour les randonnées.
Le bateau aller/retour Quiberon/Le Palais.
L'hébergement en hôtel***.
Les repas du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 6.
Les taxes de séjour.

Le prix ne comprend pas

Les boissons.
L'assurance individuelle.
Les visites éventuelles.
Les frais de dossiers (18 €/personne ou par couple ou par famille).
D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans « le prix comprend ».

Départ assuré à partir de 4 personnes.

Groupe de maximum 15 participants.

CONVOCATION

Il vous sera envoyé une dizaine de jours avant le départ, une convocation sur laquelle figure l'horaire de rendez-vous, les coordonnées de l'hébergement ainsi que les numéros d'urgence.

LES FORMALITÉS DE POLICE ET DE DOUANE

Pour les ressortissants européens, une carte nationale d'identité en cours de validité est obligatoire.
Pour les autres nationalités, consulter votre consulat.

SANTÉ

Vaccins obligatoires : aucun.
Vaccins recommandés : les habituels à savoir diphtérie/tétanos/polio ; hépatites A et B.

N'oubliez pas votre carte Vitale et votre carte de Mutuelle.
Il est recommandé de faire appel à votre médecin traitant pour établir avec lui une pharmacie de voyage adaptée à votre cas personnel et à votre destination.

Compte tenu de l'éloignement de tout centre de secours, nous vous recommandons de partir en bonne santé.

Amenez avec vous les coordonnées de votre assurance en assistance – rapatriement souscrite pour ce voyage : n° de téléphone d'urgence et n° de contrat.

Si, durant votre séjour, vous ressentez une fatigue ou une douleur particulière, n'hésitez pas à en parler à votre accompagnateur. Il pourra ainsi prendre les dispositions nécessaires notamment du fait de l'éloignement des centres de secours.

TROUSSE MÉDICALE DE VOYAGE

Cette liste est à adapter et à faire prescrire en fonction de vos besoins personnels et de votre destination par votre médecin traitant.

N'OUBLIEZ PAS VOS MEDICAMENTS HABITUELS

PETIT MATÉRIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

Petits pansements, compresses stériles, sparadrap, stéristrip…
Antiseptique (type Septéal, Diaseptyl…).
Collyre (type Dacryoserum, Biocidan, Opticron…).
Pansements hémostatiques (type Coalgan).
Crème de protection solaire et traitement des coups de soleil (type Biafine).

Pensez à vous munir d'un nécessaire pour soigner les ampoules… Cela peut arriver à n'importe qui : le pli d'une chaussette mal enfilée, les chaussures mal

lassées, un pied gonflé par la chaleur ou une marche prolongée, … peuvent provoquer des ampoules. La double peau type Compeed© est très efficace, demandez conseil à votre pharmacien.

CALMER LA DOULEUR ET LUTTER CONTRE LA FIÈVRE

Paracétamol : Doliprane, Dafalgan, Efferalgan etc.…
Anti-inflammatoires : Voltarène, Advil, Nureflex…
Antispasmodiques : Spasfon Lyoc, Débridat, Viscralgine…
Douleurs gastriques : Maalox, Gaviscon…

MÉDICAMENTS À VISÉE DIGESTIVE

Antidiarrhéiques : Lopéramide, Imodium, Arestal…
Pansements coliques : Smecta…
Contre les nausées et les vomissements : Primpéran, Vogalène, Motilium…

ANTIBIOTIQUES

Infection ORL ou respiratoire : Amoxicilline (Clamoxyl, Augmentin) ou Macrolides.
Infection urinaire ou diarrhée fébrile : Noroxine (mais risque de photosensibilisation).

TRAITEMENT DES ALLERGIES

Antihistaminiques : Clarityne, Zyrtec, Aérius…
Broncho dilatateurs : Ventoline
Corticoïdes : Solupred, Cortancyl…

TRAITEMENT DE L'EAU

Nous vous recommandons, pour éviter des désagréments, de ne consommer l'eau du robinet, des torrents ou des puits qu'après l'avoir traitée (environ 1 heure avant de la boire suivant le médicament que vous utilisez). Vous devrez donc vous munir de pastilles pour purifier l'eau de type Hydroclonazone ou Micropur : Les 2 sont très efficaces, mais le Micropur, bien qu'un peu plus cher, ne donne pas de goût à l'eau.

CONTRE LES MOUSTIQUES

Si vous êtes sensibles aux piqûres des moustiques, nous vous conseillons de prévoir le nécessaire, plus particulièrement pour les soirées du mois de juillet sur les villages de St Lary et de Luz St Sauveur, sous forme d'une action mécanique :

- Une lotion répulsive : akipic, cinq sur cinq, …
- Une crème apaisante après piqûre : apaisyl, desensilium,…

Mais il existe actuellement de nombreuses autres solutions anti-moustiques en pharmacie ou magasins de sports de plein air : bracelets, huiles essentielles, ultra-sons, etc….

VOS BAGAGES

Il vous faut prévoir un sac à dos de 35 à 40 litres + un sac de voyage ou une valise dans lequel laisser les affaires qui resteront à l'hôtel.

Prévoir sur vous chaque jour

- Un tee-shirt respirant.
- Un pantalon de marche.
- Une polaire fine.
- Un coupe-vent ou surveste de montagne.
- Et bien sûr … vos chaussures de marche, avec membrane respirante type « Goretex » ou équivalent, dans lesquels vous êtes bien !

Prévoir dans votre sac à dos quotidien

- Une cape de pluie.
- Une polaire bien chaude.
- Une paire de gants, un bonnet selon la saison et l'altitude ; toujours les avoir au fond du sac.
- Un short (il est préférable de partir en pantalon le matin et se changer en cours de route quand il commencera à faire chaud).
- Une gourde.
- Un couteau.
- Un gobelet en plastique.
- Lunettes de soleil.

- Chapeau ou casquette.

- Crème de protection solaire.
- Stick à lèvres écran total (à ne pas confondre avec « hydratant » !).
- Papier toilette et un briquet pour le brûler (lors des pauses en journée !!).
- Mouchoirs en papier.
- Un sac en plastique pour votre poubelle personnelle.
- Pharmacie personnelle vue avec votre médecin. Voir ci-dessus à la rubrique « SANTÉ ».
- Sac plastique ou sur-sac pour protéger vos affaires d'un éventuel mauvais temps.
- Petit sac plastique à fermeture hermétique (type sac de congélation) pour protéger vos papiers d'identité et votre argent.
- Bâtons de marche (attention pointes métalliques interdites).
- Et si vous le souhaitez, un appareil photos.

Dans le sac de voyage ou la valise

- Lampe de poche pour ne pas gêner votre voisin de chambre.
- Affaires de toilettes.
- Boîte en plastique hermétique pour transporter votre pique-nique.
- Des vêtements et chaussures de rechange pour vos soirées à l'hôtel et au village.
- Des sous-vêtements de rechange.
- Des vêtements de randonnée de rechange : tee-shirts, chaussettes…

Liste non exhaustive.

VOTRE SÉCURITÉ

Evitez d'emporter vos bijoux et des objets de valeur.
Ne transportez jamais tout votre argent au même endroit sur vous ou dans vos bagages.

Gardez tous vos papiers (passeports, CNI, etc…) toujours sur vous.

Lors des pauses évitez de vous déplacer pieds nus, mettez toujours des chaussures, surtout sur le sable et les sols humides.

L'éloignement fréquent de tout centre de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous

vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, monte d'animaux, etc.…).

De même, vous devez toujours éviter de vous isoler du groupe (baignades, forêts…).

Si au cours du voyage vous ressentez une fatigue ou une douleur particulière, parlez-en dès qu'elle se manifeste à votre guide ou accompagnateur en toute franchise. Ce dernier pourra ainsi prendre en temps voulu les dispositions nécessaires.

Veillez à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas (hygiène très stricte des mains notamment au sortir des toilettes).
Evitez les baignades dans les eaux stagnantes (risques d'infection parasitaire).
Ne caressez pas les animaux que vous rencontrez.

BAIGNADE

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

LA « POLITIQUE » DE *VIAMONTS Trekking* EN BRETAGNE

LE RESPECT

Partout où nous allons dans le monde, nous faisons le choix de travailler avec les autochtones et privilégions les petits organismes de manière à faire profiter les gens du pays de notre passage.
Cette politique signifie que les relations avec nos hôtes sont basées sur le respect et la compréhension mutuelle, et non sur un simple rapport commercial.

CÔTÉ ENVIRONNEMENT NATUREL

Belle Île en Mer est un environnement à l'équilibre fragile.

Ne laissez rien de votre passage… Emportez tout : kleenex, papier toilette (ou brûlez les) et déchets en tout genre. Nos guides accompagnateurs, qu'ils soient étrangers ou français sont sensibilisés à ce problème. Vous pouvez faire le choix de brûler votre papier toilette, mais faites bien attention à la végétation alentour et qu'il n'y ait pas de vent.

Pour protéger les sols, l'utilisation de bâtons de randonnée à pointes métalliques peut-être interdite, notamment sur certaines portions du sentier des douaniers en Bretagne ; il est conseillé d'utiliser des embouts en caoutchouc.
Depuis 1980, le Conservatoire a acquis quatre sites sur les communes de Sauzon, de Locmaria et de Bangor. Les sites sont : Ster-Vras Apothicairerie au nord de la côte sauvage, les dunes de Donnant plus au sud ceinturant un havre, la pointe de Pouldon au sud de l'île et la pointe des Poulains à l'extrémité nord-ouest.

Le Conservatoire a acquis à ce jour 246 hectares d'espaces naturels et fragiles afin de gérer au mieux la fréquentation importante du public, véritable menace pour les formations végétales. De nombreuses zones sont entièrement mises à nu et en prise directe à l'érosion.
Les piétons sont aujourd'hui canalisés sur des chemins balisés et des plantations d'espèces colonisatrices telles que la frankénie sont réalisées.
Sur les dunes du Donnant, afin de limiter l'érosion et à terme, la disparition des parties les pus fragiles, des mises en défense et des plantations d'espèces fixatrices sont réalisées.
Vous pouvez retrouver toutes les missions de protection et sites du Conservatoire du Littoral sur le site internet : www.conservatoire-du-littoral.fr

LES PHOTOGRAPHES

Vous pouvez prendre tout ce que vous voulez en photo, il n'y a aucun interdit. Pour les photos de personnes, les gens en général sont conciliants et acceptent avec plaisir d'être pris en photo, mais n'en abusez pas pour autant et n'hésitez pas, avant, à leur demander leur accord !

AUTRES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ACCÈS

La plupart de nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare, une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant.

Vous arrivez en train

Accès TGV jusqu'à Auray, puis correspondance pour Quiberon.
En juillet/août la liaison Auray/Quiberon s'effectue en train.
Depuis la gare SNCF de Quiberon pour se rendre à l'embarcadère :
- Navette toutes les 15 minutes pour l'embarcadère Port maria (1,50 € environ).
- En taxi : prévoir +/- 8 € pour la course « aller simple ».
- A pied (10 minutes) : rejoindre l'église et bifurquer à droite par la rue de Verdun (vers l'office du Tourisme) descendant vers le front de mer. A partir de la place Hoche, suivre à droite la promenade de la plage.

Hors juillet/août, la liaison Auray/Quiberon s'effectue en bus, descendre à l'arrêt « embarcadère Port Maria ».

Vous arrivez en voiture

Vous devrez laisser votre véhicule au parking payant obligatoire à l'entrée de la ville de Quiberon (50 euros la semaine environ) ; 1300 place clôturées et surveillées 24 h/24. Le ticket de parking permet d'utiliser gratuitement une navette pour la gare maritime. Distance parking/embarcadère : 5 km.
Renseignements parking des îles ; tel : 02 97 30 59 45.
Autre parking possible : parking de Kerné, par la route touristique de la côte sauvage, 48 euros la semaine ; tel : 06 86 62 69 18 ou info@parkingdekeme.com, navettes parking/embarcadère gratuites.

Traversées en bateau de Belle Île (Le Palais à Quiberon)

Si vous avez décidé de prolonger votre séjour sur Belle-Île de votre côté, il est possible de prendre un bateau pour le retour sur le continent plus tard que celui prévu par Viamonts Trekking. Pour cela il vous suffit d'aller au bureau de la compagnie maritime Océane, sur le Port du palais, et faire changer votre horaire de bateau (au moins 24 heures avant, coût de la modification du billet : 1 euro).

LA MONNAIE

L'unité monétaire est l'Euro.

LE CLIMAT

Le climat est océanique, doux toute l'année, grâce à l'influence du Gulf Stream. Il peut même être assez chaud en été, Belle-Île-en-Mer bénéficie très souvent d'un ensoleillement plus important que sur le continent. Les randonnées se déroulent entre le niveau de la mer et 70 m, le point culminant de l'île est situé à 73 m d'altitude.

BIBLIOGRAPHIE

- *« Le Morbilhan »*, guide Gallimard Bretagne.
- *« le temps des thoniers »*, de D. Duviard, collection Voiles gallimard.
- *« Belle-Île-en-Mer »*, de B. Hennequin, Editions Sun.
- *« La citadelle de Belle-Île »*, de Patrice Roussel, Editions La Citadelle.
- *« Des îles et des hommes »*, de F. Peron (essai), Editions Ouest France.
- *« Aimer Belle-Île-en-Mer »*, de A. et M.L. Samzun, Editions Ouest France.
- *« La sorcellerie à Belle-Île »* de Y. Lanco, Editions découvrance.

PHOTOS

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD ou un quelconque support (clé usb ou fichier via wetransfer) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc…).

EXTENSION

Vous désirez prolonger votre séjour ?...
Afin d'enchaîner avec une autre randonnée ?...

Vous désirez rester quelques jours supplémentaires afin de visiter une autre partie de l'île ?...

Contactez nous, nous aurons quelques « bons plans » à vous proposer !

EN CE QUI CONCERNE L'ASSURANCE

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 le séjour ou le voyage.

Afin d'éviter d'être, comme souvent, sur-assuré, il est indispensable de bien vous renseigner auprès de vos assurances personnelles (carte bancaire, automobile, familiale, mutuelle, …) pour connaître vos réels besoin en assurance complémentaire.

Nous vous proposons ensuite plusieurs formules complémentaires, souscrites auprès de la compagnie d'assurance **APRIL Voyage**

Option 1 : ANNULATION Confort : elle permet le remboursement des frais conservés par l'agence en cas d'annulation par le voyageur, entre la date de souscription du contrat et le départ du séjour, pour un motif entrant dans le champ d'application des garanties couvertes par l'assurance.
Son coût est de **3,3 %** du prix du séjour, avec un minimum de **16 €** par personne.
Option 2 : PROTECTION SANITAIRE : elle ne peut être souscrite qu'en complément d'une assurance « **multirisques** » couvrant l'annulation, l'assistance et le rapatriement (via votre carte bancaire, une mutuelle, etc…).
Elle permet d'être couvert en cas de maladie (épidémie-pandémie) déclarée dans le mois précédant le départ ; en cas de cas contact (épidémie-pandémie) dans les 14 jours précédant le départ ; en cas de refus d'embarquement suite à prise de température ou au résultat positif d'un test PCR à votre arrivée à l'aéroport ; en cas d'annulation par manque de vaccination (épidémie-pandémie).
Elle couvre également les frais d'hôtel suite à retour impossible ou suite à mise en quarantaine pour une durée jusqu'à 14 nuits ; elle couvre les frais médicaux et les frais de rapatriement médicaux ; etc…

Elle est d'un coût de **1 %** du prix du voyage, avec un minimum de **10 €** par personne. Prévoir un supplément selon le coût des frais d'hôtels pour lesquels vous souhaitez être pris en charge (base de prise en charge à 80 € par personne et par nuit, mais extension possible à 150 € ou 300 € par personne et par nuit).
Option 3 : MULTIRISQUE Confort : elle couvre l'annulation, le retard aérien, les bagages, l'interruption de séjour, l'individuelle accident, la responsabilité civile privée à l'étranger, le retour impossible, le retour anticipé, l'assistance – rapatriement, et l'assistance voyage (exclusion : frais de recherches et secours).

Son coût est forfaitaire selon le prix du voyage :

Prix du voyage moyen et TTC par personne	Tarifs de l'assurance par personne
Jusqu'à 350 €	25 €
De 351 à 700 €	35 €
De 701 à 1200 €	50 €
De 1201 à 2000 €	70 €
De 2001 à 4000 €	85 €
De 4001 à 16 000 €	5 %

La prime par personne est déterminée selon le prix moyen du voyage entre toutes les personnes ayant souscrit le même contrat d'assurance sur le même dossier.

Au sein de l'option MULTIRISQUES Confort, il vous est proposé 3 options complémentaires :

Option 4 : Option : GARANTIE DES PRIX : elle vient en complément de la **MULTIRISQUE Confort**. Elle couvre la hausse du prix du voyage suite aux hausses du coût du carburant, à la variation du coût des taxes et redevances, et à la variation du cours des devises. Elle est d'un coût fixe et forfaitaire de **15 €** par personne.
Option 5 : Option : SPORTS ET LOISIRS : elle vient en complément de la **MULTIRISQUE Confort**. Elle couvre les dommages au matériel de sport, l'interruption de l'activité sportive, les frais de recherche et de secours en mer et en montagne, et responsabilité civile sport. Elle est d'un coût fixe et forfaitaire de **20 €** par personne.

Option 6 : Option : PROTECTION SANITAIRE : elle vient en complément de la **MULTIRISQUE Confort**. Il s'agit d'une couverture supplémentaire en annulation + assistance pour les maladies en cas d'épidémie ou de pandémie (voir détails sur l'option 2).

Elle est d'un coût de **20 % du montant de la prime d'assurance MULTIRISQUE Confort**, hors options.

Exemple : pour un séjour à 850 €, la prime d'assurance sera de 50 €, l'option PROTECTION SANITAIRE sera donc de 10 €.

Option 7 : COMPLEMENTAIRE CB : elle vient en complément d'une carte bancaire **HAUT DE GAMME** pour augmenter les garanties couvertes ou augmenter les plafonds de remboursement. Elle ne sera déclenchée qu'après traitement de la garantie par la carte bancaire.

Son coût est forfaitaire selon le prix du séjour :

Prix du voyage moyen et TTC par personne	Tarifs de l'assurance par personne
Jusqu'à 400 €	6 €
De 401 à 700 €	9 €
De 701 à 1500 €	19 €
De 1501 à 2500 €	32 €
De 2501 à 3500 €	48 €
De 3501 à 5000 €	66 €
De 5001 à 7000 €	92 €

La prime par personne est déterminée selon le prix moyen du voyage entre toutes les personnes ayant souscrit le même contrat d'assurance sur le même dossier.

Réduction FAMILLE / Groupe d'AMIS uniquement sur options 1 et 3 :
Il existe une formule qui peut être utilisée de 4 à 9 personnes inscrites sur le même contrat de voyage et avec la même option d'assurance.
Il s'agit d'une réduction de 20 % qui s'applique sur le prix de la prime d'assurance mais uniquement de la 4ème à la 9ème personne. Un tarif globalisé et personnalisé sera donc appliqué individuellement.
N'hésitez pas à nous contacter pour toute information concernant les détails des garanties couvertes par ces assurances.
En cas de souscription à l'une d'elle, un document mentionnant tous les détails vous sera envoyé par mail avec la confirmation de votre inscription.

Assurance GROUPE OLYMPE à partir de 10 participants

Option A : BRONZE : ANNULATION & BAGAGES : elle permet le remboursement des frais conservé par l'agence en cas d'annulation par le voyageur entre la date de souscription du contrat et le départ du séjour + les frais inhérents à un vol, une perte ou une destruction des bagages au cours du

séjour. Son coût est de **3 %** du prix du séjour avec un montant minimum de **8 €** par personne.

Option B : PLATINE : MULTIRISQUE VOYAGE : elle couvre l'annulation, les dommages aux bagages, l'assistance rapatriement, les frais médicaux, l'interruption de voyage, le retour impossible, la responsabilité civile à l'étranger, frais de recherches et secours, et la garantie des prix. Son coût est de **4 %** du prix du séjour avec un montant minimum de **20 €** par personne.

Au sein de cette assurance, il existe 3 extensions facultatives :
- Homme Clé = + 1 %
- Interdiction ministérielle de voyager = + 0,5 %.
- Catastrophes naturelles en France = + 0,5 %.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information concernant les détails des garanties couvertes par ces assurances.

En cas de souscription à l'une d'elle, un document reprenant tous ces détails vous sera envoyé avec la confirmation de votre inscription.

POUR VOUS INSCRIRE

Vous disposez d'un bulletin d'inscription à la fin de notre brochure. Vous pouvez également le télécharger sur notre site Internet ou nous demander de vous l'envoyer par mail, fax ou courrier.
Pour être pris en compte, le bulletin d'inscription doit être accompagné du versement d'un acompte de 30% (par chèque, virement bancaire ou carte bancaire).

Vous avez aussi la possibilité de réserver votre voyage par internet avec un paiement 100 % sécurisé. Pour vous inscrire :

- Choisissez votre voyage, aller sur la fenêtre « dates et tarifs », sélectionnez la date de votre départ et cliquer sur « réserver »

- Indiquez le nombre de participants
- Indiquez vos options complémentaires (si vous en prenez)
- Indiquez vos coordonnées bancaires pour régler les 30 % d'acompte ou la totalité du voyage.
- Vous recevrez, suite à votre inscription un accusé de réception de votre règlement ; nous vous répondrons que votre transaction a bien été prise en compte.

SUITE À VOTRE INSCRIPTION

Après inscription, nous enverrons un courrier de confirmation et votre facture. Environ 3 semaines avant votre départ, vous recevrez un carnet de voyage pour préparer votre séjour. Vous y retrouverez les formalités de police, de santé, la pharmacie, la liste des bagages nécessaires et d'autres menues informations indispensables à la préparation de votre séjour.
Dans tous les cas, n'hésitez pas à nous contacter si vous aviez encore une question à propos de ce séjour et de cette destination à réception de ce carnet de voyage.
Certains d'entre vous (de plus en plus nombreux…) attendent que le départ sur une destination soit confirmé pour s'inscrire… ! Si vous attendez le dernier moment, 2 problèmes majeurs risquent de survenir :

- *Si tout le monde attend que le départ soit confirmé pour s'inscrire, il ne se confirmera jamais !!...*
- *Avec une inscription tardive celle-ci peut vous être refusée car le groupe ou un des hébergements est complet.*

ALORS NE TARDEZ PAS … POSEZ VOS VACANCES ET INSCRIVEZ-VOUS… AU MOINS TROIS MOIS AVANT LA DATE DE DÉPART.

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter d'urgence pendant ce séjour, faites-nous appeler. Nous leur communiquerons le numéro de téléphone du prochain hébergement et/ou nous les mettrons directement en contact avec vous, notamment s'ils ont besoin d'aide.

Nous espérons avoir répondu à toutes vos questions.
Si ce n'était pas le cas, vous pouvez :

- Nous appeler au : **05 61 79 33 49**
- Nous envoyer un fax : **05 61 95 83 35**
- Nous demander par mail de **vous rappeler** sur votre téléphone
- Nous contacter par mail : info@viamonts.com
- Nous contacter via notre site internet : www.viamonts.fr
- Ou encore nous écrire à :

VIAMONTS Trekking

07, rue des Fossés
31800 SAINT-GAUDENS