

## La Baie du Mont-Saint-Michel

7 jours / 6 nuits - Niveau Facile



## VOTRE VOYAGE EN LIBERTÉ

Ce dernier tronçon vous fait parcourir la fin de la Côte d'Emeraude pour atteindre le fameux Mont-Saint-Michel, ultime étape du GR 34.

Vous commencez l'itinéraire en quittant la cité Corsaire de Saint-Malo en longeant la baie. Passés les rochers sculptés de Rothéneuf et la jolie petite île Besnard, les pointes rocheuses se succèdent ( Pointe du Meinga, du Nid ou encore du Grouin) et alternent avec les petites plages de sable blanc jusqu'à atteindre la cité balnéaire de Cancale. Si vous souhaitez déguster des huîtres face au port, c'est ici à coup sûr qu'il faut y penser. Vous suivez ensuite la grande baie de Cancale, sa vaste plage recueillant les nombreux parcs à huîtres qui font toute la renommée de la ville, puis vous rejoignez les terres, en grimpant sur la butte de Mont Dol, qui, du haut de ses 62 m domine toute la plaine, et offre un très beau panorama à 360° sur la campagne et la mer. Passer la ville médiévale de Dol de Bretagne, vous cheminez sur un petit contrefort qui permet de prendre un peu de hauteur sur les paysages marins et le Mont, qui se rapproche. Puis c'est la dernière ligne droite, entre la baie sableuse et les polders, le Mont-Saint-Michel en ligne de mire est désormais tout proche. Une nuit sur place (extra muros) vous laissera le temps de profiter pleinement du site en toute quiétude.

Cette étape mythique et le point d'orgue de l'itinéraire et clôture en beauté votre périple sur le sentier des douaniers Breton.

### Vous apprécierez

- L'ultime étape du Sentier des douaniers
- Itinéraire varié entre pointes rocheuses et baies sableuses
- Dégustation incontournable des huîtres de Cancale
- Une fin en apothéose sur le Mont-Saint-Michel

### Programme

#### JOUR 1 : SAINT-MALO

Accueil en fin d'après-midi en hôtel à Saint-Malo  
Hébergement / repas : Nuit + petit-déjeuner en hôtel

#### JOUR 2 : SAINT-MALO - LA GUIMORAIS

Départ de la cité Corsaire par les quais longeant la Grande Plage. Passage par la pointe de la Varde et celle de Rothéneuf (visite possible du site des rochers sculptés de Rothéneuf, accès payant). Avant d'arriver à la Guimorais, variante conseillée pour faire le tour de l'île Besnard (1 h) et rejoindre votre hébergement pour la nuit.  
Distance parcourue : 14 à 18 km - Heure d'activité : de 4 à 5 h  
Hébergement / repas : Nuit en demi-pension en chambre d'hôtes

### JOUR 3 : LA GUIMORAIS - CANCALE

De la Guimorais, on rejoint la pointe du Meinga avant de longer les dunes et la plage du Guesclin d'où on observe le Fort du même nom, posé sur son îlot. Passé la pointe du Grouin, on traverse plusieurs petits ports avant de rejoindre la cité de Cancale, paradis des amateurs d'huîtres.

Distance parcourue : 22.5 km - Heure d'activité : 6 h environ

Hébergement / repas : Nuit + petit-déjeuner en hôtel

### JOUR 4 : CANCALE - DOL DE BRETAGNE

De Cancale à Hirlé, vous longez l'immense baie de Cancale, qui laisse entrevoir à marais basse ses nombreux parcs à huîtres. Vous quittez ensuite la mer pour pénétrer dans les terres et grimpez la butte de Mont-Dol, au sommet de laquelle on profite d'un panorama à 360° sur la baie et la campagne environnante. Étape pour la nuit dans la cité médiévale de Dol de Bretagne.

Distance parcourue : 20 km - Heure d'activité : 5 h environ

Hébergement / repas : Nuit en demi-pension en hôtel

### JOUR 5 : DOL DE BRETAGNE - ROZ-SUR-COUESNON

Au départ de Dol, on rejoint le petit massif de Saint-Broladre qui domine la baie du Mont-Saint-Michel de plusieurs dizaines de mètres et permet de prendre de la hauteur sur l'itinéraire, avant de redescendre sur la zone des polders au niveau des Quatre Salines.

Distance parcourue : 20 km - Heure d'activité : 5 h environ

Hébergement / repas : Nuit en demi-pension en hôtel

### JOUR 6 : ROZ-SUR-COUESNON - LE MONT-SAINT-MICHEL

Ultime étape de votre périple sur le sentier des douaniers, le parcours chemine entre polders et herbus, ces grands prés salés aux plantes halophiles broutés par les moutons. Puis la dernière ligne droite vous mène au mythique Mont-Saint-Michel. Nuit extra muros.

Distance parcourue : 14 km - Heure d'activité : 4 h environ

Hébergement / repas : Nuit + petit-déjeuner en hôtel (extra-muros)

### JOUR 7 : LE MONT-SAINT-MICHEL

Fin des prestations après le petit-déjeuner

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.

## Niveau

4 à 6 h de marche par jour.

Marche principalement sur sentiers côtiers avec faible dénivellation, sans difficulté technique.

## Hébergement - repas

Hébergement :

Hôtels \*\*\* et chambres d'hôtes. Exceptionnellement, sanitaires sur le palier.

Repas :

Demi pension à la Guimorais, Dol de Bretagne et Roz sur Couesnon

Nuit + petit-déjeuner à Saint-Malo, Cancale et le Mont Saint-Michel. Nombreux choix de restaurants sur place.

## Extension de séjour

Possibilité de nuit(s) supplémentaire(s) en nuit + petit-déjeuner à Saint-Malo ou au Mont-Saint-Michel, avant ou après la randonnée.

## Documentation fournie

- 2 cartes IGN au 1/25000
- extraits de cartes IGN au 1/25000 en couleur avec le tracé des itinéraires
- descriptif des étapes jour par jour

## Balisage

L'itinéraire que nous vous proposons emprunte le plus souvent des sentiers balisés en rouge et blanc (sentiers de Grande Randonnée GR)

## Le prix comprend

- La demi-pension à la Guimorais, Dol de Bretagne et Roz sur Couesnon
- La nuit + petit-déjeuner à Saint-Malo, Cancale et au Mont-Saint-Michel
- Le transport des bagages entre les hébergements selon formule choisie
- Les taxes de séjour
- Le Carnet de Route, 1 exemplaire par dossier d'inscription

## Le prix ne comprend pas

- Le transport des bagages pour la formule sac au dos
- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les déjeuners
- Les dîners à Saint-Malo, Cancale et au Mont-Saint-Michel
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les visites
- L'assurance
- Les frais d'inscription

## Accès

La plupart de nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare, une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour les destinations joignables par voie aérienne, nous incluons le coût de l'absorption carbone induite par les vols que nous vous réservons.

Si vous réservez vos trajets (avion, train ou voiture) de votre côté, notre label Agir pour un Tourisme Responsable est partenaire de la fondation Goodplanet qui peut vous permettre de compenser en ligne grâce à son calculateur : <https://www.goodplanet.org/fr/calculateurs-carbone/>

Pour vos préacheminements en véhicule personnel, pensez également au covoiturage avec [www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr) par exemple.

### SI VOUS VENEZ EN TRAIN

Gare TGV de Saint-Malo. Trains directs depuis Paris.

Service plus : Chamina Voyages réserve vos billets de train SNCF. Vous bénéficiez d'un tarif et d'une place garantis, vous pouvez alors vous inscrire en toute sérénité. Pour recevoir une proposition de chez vous à la gare de départ de la randonnée, contactez-nous : [transport@chamina-voyages.com](mailto:transport@chamina-voyages.com).

### SI VOUS VENEZ EN VOITURE

Carte Michelin n°309.

Parking longue durée à proximité de la gare SNCF de Saint-Malo : Parking Paul Féval. Navette gratuite et régulière pour accéder à Saint-Malo intra-muros et à votre hôtel. Stationnement : 3.30 euros / jour.

Il y a également des parkings aux portes de Saint-Malo intra-muros, mais stationnement courte durée uniquement.

Pour accéder à l'hôtel, emprunter la Porte Saint Louis.

Consultez votre itinéraire sur le site internet : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) ou [www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

### RETOUR :

Depuis le Mont-Saint-Michel, navette payante régulière pour la gare SNCF de Pontorson. Puis Pontorson > Saint-Malo en train via Dol de Bretagne, 1 h 40 environ. Ou Pontorson > Paris, entre 3 h 30 et 4 h de trajet.

Sinon, possibilité de rejoindre la gare de Dol de Bretagne. Transfert en taxi du Mont-Saint-Michel à Dol de Bretagne (option à souscrire à l'inscription), puis Dol de Bretagne > Saint-Malo en train, 20 min de trajet environ, ou Dol de Bretagne > Paris, entre 2 h 10 et 2 h 30 de trajet.

En bus : la compagnie Flixbus assure un trajet par jour entre Le Mont-Saint-Michel et Saint-Malo (1 h de trajet). À réserver auprès de la compagnie directement.

Option retour en taxi au point de départ : du Mont-Saint-Michel à Saint-Malo, 50 min de trajet environ (à souscrire à l'inscription).

## Environnement

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.

La côte d'Émeraude constitue le versant le plus oriental de la baie de la côte Bretonne, se terminant au Mont-Saint-Michel, qui divise depuis tout temps les Bretons et les Normands. La diversité des habitats marins et côtiers y joue un rôle essentiel pour de nombreuses espèces en tant que zones de reproduction, zone de nurseries et/ou de nourrissage et permet, ici comme ailleurs en Bretagne, la coexistence d'une faune et d'une flore très variées.

La côte offre ici encore une palette diversifiée au niveau des paysages et des ambiances parcourus. Au départ, l'itinéraire alterne entre pointes rocheuses, petites plages de sable fin et eau turquoise. Quant à la fin, les paysages sont composés d'immenses baies sableuses qui laissent apercevoir de loin le Mont-Saint-Michel, qui se rapproche petit à petit au fil des étapes. Le chemin est alors à cheval entre la baie et les polders, ces marais gagnés sur la mer, endigués puis asséchés par l'être humain.

Afin de protéger et de valoriser le patrimoine unique de la baie du Mont-Saint-Michel, le gouvernement français a décidé en mars 1995 d'accompagner le projet de Rétablissement du Caractère Maritime du Mont-Saint-Michel par une Opération Grand Site. La politique des Grands sites fait partie intégrante de la politique de protection des monuments naturels et des sites, conduite par le ministère de l'environnement, de l'énergie et de la mer. Elle a pour objectif de proposer des réponses opérationnelles pour un accueil de qualité des visiteurs dans les sites classés renommés et très fréquentés, subissant de fortes pressions dues à l'accroissement du tourisme, à la déprise de l'agriculture ou à l'extension de l'urbanisation.

Le Mont-Saint-Michel, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, est aujourd'hui un des sites les plus visités de France, avec chaque année 2.5 millions de visiteurs. Ayant été en partie dénaturé pendant des années à cause notamment des nombreux parkings construits dans la baie au pied du rocher, le site se devait d'avoir une politique de protection. C'est dans ce contexte qu'a été lancée en 2005 l'opération de rétablissement du caractère maritime du Mont-Saint-Michel. Depuis, de nombreux travaux ont eu lieu : démantèlement des parkings et de l'ancienne route d'accès, remplacement de l'ancien barrage de la caserne... Les parkings ont donc été reculés au niveau de la caserne, et l'accès au Mont se fait uniquement à pied ou en navette sur une route sur pilotis pour laisser circuler l'eau.

Tous ces aménagements ont été pensés pour respecter au mieux l'environnement naturel du site et lui redonner toute son authenticité. Plusieurs espèces animales ont retrouvé leurs habitats naturels. Certaines espèces comme le péloïde ponctué, la crénelle hérissée, la civelle ou la bernache cravant font l'objet d'un suivi particulier (observation, comptage...) et de mesures compensatoires adaptées.

Afin de préserver ces sites remarquables merci de respecter les balisages et les zones d'accès.

## Climat

Océanique, tonique et contrasté. Brise maritime. Été ensoleillé. Douceur des températures.

## ÉTHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE



### Tourisme responsable et durable

#### AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Chamina Voyages est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d'informations concernant ATR sur [www.tourisme-responsable.org](http://www.tourisme-responsable.org)

#### LA CHARTE EUROPÉENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTÉGÉS

En 2014, Chamina Voyages a obtenu une nouvelle distinction pour ses engagements : l'agrément au volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les espaces protégés. Créée et développée par la Fédération Europarc, la CETD a pour vocation de développer et d'affirmer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Le volet III de la CETD permet de nouer une véritable collaboration entre l'espace protégé et le voyageur afin de tendre vers plus d'excellence, cet agrément atteste que Chamina Voyages est engagée dans le développement d'un tourisme responsable, sur les plans économique, social et environnemental. <http://www.europarc-fr.org/index.php/fr/>

Chamina Voyages a été particulièrement soutenue par IPAMAC, <http://www.parcs-massif-central.com/>, association qui fédère tous les Parcs Naturels du Massif Central, et sa candidature a été portée par le Parc National des Cévennes.

## Recommandations pour un séjour responsable

Chamina Voyages a pris un certain nombre d'engagements que vous pouvez consulter sur notre site Internet : <http://www.chamina-voyages.com/nos-engagements.html>.

Nous recommandons à tous nos clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur que vous pouvez consulter ici :

## SE PRÉPARER POUR LE DÉPART

### Vêtements

Pour la randonnée :

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements «multi-couches» : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type "carline" ou "capilène" (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalon avec membrane imperméable et respirante (type «gore tex» ou équivalent) pour le mauvais temps.

De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - Tee-shirts

- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée

- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très technique (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...

- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque

- 1 foulard pour se protéger du soleil et / ou du vent

- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac

Pour l'étape :

- tenues de rechange et chaussures confortables

- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"

- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

### Matériel divers

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type "gore tex" ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut "casser" les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum

- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

- 1 gourde de préférence isotherme de 1 L minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 L ne seront pas du luxe en période estivale et / ou dans des régions sèches et chaudes

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet

- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques

- papier hygiénique, mouchoirs en papier

- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente

- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)

- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins

médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et / ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antisapsmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 lampe de poche ou lampe frontale

- 1 paire de sandales légères

### Bagages

- 1 sac à dos de 30 à 35 L aéré, réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...

- 1 sac de voyage souple (valises rigides exclues) pour contenir les affaires de rechange pour la semaine à confier aux transporteurs. Attention ! Un seul sac par personne ne dépassant pas 10 kg. Tout surplus pourra être refusé.

Si vous choisissez la formule "sac au dos" ou pour les randonnées avec portage obligatoire pour 1 à 3 nuits prévoir :

- 1 sac à dos de 50 L aéré et réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir tous vos vêtements de rechange, sac de couchage, vêtements de protection en plus des vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photo...

## Assurance

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance - rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 euros
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un événement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 euros par personne
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

## Bibliographie

- Les secrets du Mont-Saint-Michel de Lomig Guillo - Éditions Prisma
- Histoire du Mont-Saint-Michel de Patrick Sbalchiero - Éditions Tempus
- Sur le sentier des douaniers de la côte d'Emeraude de Benjamin Keltz - Éditions du Coin de la Rue
- Les sirènes de Saint-Malo de Françoise Bourdin - Éditions Belfond

**POUR VOUS INSCRIRE RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE INTERNET :  
WWW.CHAMINA-VOYAGES.COM OU CONTACTEZ-NOUS AU 04 66 69 00 44**

## CHAMINA VOYAGES

S.A.S Chamina Sylva au capital de 270 000 euros - Siège social et administration : 43 place de Jaude 63000 CLERMONT-FERRAND - tél : 04 73 900 500 - RCS B 389 249 426 - Code APE 7911Z - IM063100042 - Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA ? 14, boulevard Marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans Cedex 9 - Contrat n°146 161 560 - Garantie financière : ATRADIUS CREDIT INSURANCE NV. (RCS Nanterre 417 498 755) 44 Avenue Georges Pompidou - 92596 Levallois-Perret Cedex - Agrément IATA numéro 20253671.

Dernière mise à jour le 03/12/2019.