



## LE TOUR DU BASSIN D'ARCACHON

### RANDONNEE EN LIBERTE

**6 JOURS : Prix à partir de 635 €**

**Randonnée niveau 1**

Le bassin d'Arcachon est un lieu unique, un monde à part où se croisent l'eau douce et l'eau salée, le vent et le sable, la mer et le soleil. Vous y découvrirez : côté océan, la houle atlantique qui s'engouffre par un étroit corridor délimité par la Dune du Pilat au sud et la presqu'île du Cap Ferret au nord ; côté bassin, le calme et la douceur, dans le delta de la Leyre et le long de la rive sud du bassin, berceau de l'ostréiculture, se côtoient petits villages et cabanes de pêcheurs typiques de la région ; les prés salés, immense domaine de terres maritimes (sols sableux et vasières) soumises au flux des marées, abritant nombreux oiseaux qui viennent y trouver leur nourriture ; le sentier littoral qui serpente entre les écluses et réservoirs à poissons.



#### Vous aimerez

- + Une diversité de milieux faits de contrastes : dune du Pilat dominant la forêt, rouleaux de l'océan déferlant à la pointe du Cap Ferret
- + Le va-et-vient des multitudes d'oiseaux au parc du Teich et au domaine de Certes
- + L'activité ostréicole de Gujan-Mestras rythmée par les marées
- + Un spectacle sans cesse changeant dans sa nature et sa luminosité

#### VOTRE ITINERAIRE INDICATIF

##### J1 Arcachon - Dune du Pilat - Arcachon

Arrivée en début de matinée à l'hôtel. Après un court transfert en bus public (comptez environ 30 min de trajet), vous entamez le circuit par une randonnée atypique aux allures sahariennes avec la découverte de la Dune du Pilat. Cette dune, qui est la plus haute d'Europe (105m), offre au regard un panorama circulaire sur l'océan, le Cap Ferret, le Bassin et l'immense forêt de Gascogne. De retour à Arcachon, découverte à pied facultative de la « Ville d'Hiver » et ses pittoresques villas du XIXe siècle. Véritables joyaux d'architecture, certaines sont classées comme monuments historiques.

**Repas inclus:** Aucun / **Distance :** 7 km sur la dune du Pilat (3 à 4h de marche dans le sable !) - 8 km pour la visite d'Arcachon / **Dénivelé positif :** 50 m / **Dénivelé négatif :** 50 m / **Nuit :** à l'hôtel

##### J2 Arcachon - Le Cap Ferret - Arcachon

Transfert bateau au Cap Ferret. Puis, balade dans un environnement sauvage autour de la Pointe du Cap Ferret qui, soumise aux attaques éoliennes et marines, offre un spectacle grandiose et toujours inédit. Vue panoramique sur la dune du Pilat. Le contraste entre la tranquillité mer côté Bassin et les flots tumultueux côté Océan est saisissant. Retour en bateau à Arcachon pour la nuit.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Distance :** 11 km / **Pas de dénivelé / Nuit :** à l'hôtel

##### J3 Arcachon - La réserve des Prés-Salés - Arès

Vous reprenez à nouveau le bateau vers le cap Ferret pour une boucle à vélo (en site propre sécurisé) de 10 à 16 km pour découvrir les villages de Canon, l'Herbe et Pirailon. Transfert à Claouey. Randonnée à travers la réserve des Prés-Salés, anse reculée du bassin d'Arcachon qui, soumise aux fluctuations des marées, détient une diversification d'habitats allant des vasières aux terres continuellement émergées. Ce décor est idéal pour de nombreuses espèces d'oiseaux (plus de 200) ; et les vieux réservoirs à poissons témoignent également du passé et des activités du bassin d'Arcachon. Dîner.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner, dîner / **Distance :** 10 à 16 km de vélo - Pistes cyclables relativement plates - 11 km de randonnée pédestre / **Pas de dénivelé / Nuit :** à l'hôtel

##### J4 Arès - Andernos-les-Bains - Audenge

Au départ d'Arès, vous découvrez le Port et son activité ostréicole. Puis vous cheminez vers la cité balnéaire d'Andernos-les-Bains et sa jetée qui est la plus longue du bassin avec 232 mètres. En suivant un sentier très nature, vous découvrez les petits ports paisibles du fond du bassin (Taussat, Cassy). Dîner.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner, dîner / **Distance :** 22 km / **Pas de dénivelé / Nuit :** à l'hôtel

### J5 Audenge - Biganos

De Audenge, belle randonnée par les digues contournant les domaines de Certes et de Graveyron. Vous empruntez des chemins de rencontre avec d'un côté le bassin d'Arcachon aux allures de mer intérieure, et de l'autre les bassins d'eaux où se côtoient aigrettes, gazettes, hérons cendrés ou encore cygnes sauvages. Fin de la balade à Biganos.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Distance :** 15 km / **Pas de dénivelé** / **Nuit :** à l'hôtel

### J6 Biganos - Sentier de l'Eyre - Gujan-Mestras

Après un itinéraire forestier le long de l'Eyre, vous découvrez le Parc du Teich et vous vous faufilez entre les bassins occupés par les oiseaux jusqu'aux cabanes ostréicoles de Gujan Mestras (possibilité de s'arrêter pour y déguster des huîtres). 11 km.

Possibilité de visiter le Parc du Teich (non inclus - 6 km de parcours avec stations d'observation). Transfert en train à Arcachon (non inclus).

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Distance :** 11 km ou 17 km avec la visite du Parc du Teich / **Pas de dénivelé**

DATES** ET PRIX (par personne - en chambre double)	Base* 2 participants	Sup chambre individuelle	Nuit sup à Arcachon (la veille)	
01/07 au 16/09/20	EU/FBA07, 08, 09	705 €	275 €	76 €
17/09 au 30/10/20	EU/FBA10	635 €	215 €	65 €

\*\* Circuit de 6 jours avec départ possible tous les jours du 01/07 au 30/10/20 - \*Personne voyageant seule supplément 110 € (à ajouter à la ch. individuelle)

**Remarques :** 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.

#### Le prix comprend :

- l'hébergement en hôtels 2\* en formule nuit et petit-déjeuner,
- Les dîners des J3 et J4,
- la location du vélo VTC,
- les transferts de bagages entre chaque hébergement
- les transferts des J3, J4 et J5,
- les traversées maritimes,
- le carnet de route (un par chambre),
- l'assurance assistance-rapatriement.

#### Le prix ne comprend pas :

- le trajet aller-retour depuis votre domicile,
- le trajet en bus du J1 (env. 2 € l'aller-retour),
- le transfert en train du J6 (env. 2.60 €),
- les dîners des J1, J2 et J5,
- les repas du midi,
- les boissons,
- les suppléments chambre individuelle, nuit supplémentaire à Arcachon la veille de l'arrivée et personne voyageant seule,
- la visite du Parc Ornithologique du Teich le J6 (env. 9 €),
- les visites et les entrées dans les sites, musées, parcs...
- l'assurance multirisques.

## FORMALITES

Carte d'identité ou passeport valide.

Les formalités mentionnées concernent uniquement les ressortissants français et sont données à titre indicatif. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès de leur Consulat ou Ambassade.

## SANTE

### → Traitements et vaccins :

Aucun vaccin obligatoire. Vaccins conseillés : Diphtérie, poliomyélite, tétanos, typhoïde, hépatite A et B

### → Pharmacie :

Médicament contre les troubles intestinaux,  
Médicament contre les rhumes et angines,  
Gel antiseptique hydroalcoolique  
Désinfectant, compresses stériles, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed  
Stick à lèvres,  
Collyre,  
Crème solaire.

Il est conseillé aux personnes suivant un traitement médical d'emporter leurs médicaments ainsi que les ordonnances correspondantes. Prévoir aussi un document indiquant le groupe sanguin et les allergies éventuelles.

→ **Type de circuit :**

Ce circuit est un circuit randonnée à pied avec une boucle à vélo au Cap Ferret \*. Randonnée de niveau 1, accessible au plus grand nombre, sans préparation physique particulière.

\* La balade à vélo peut être remplacée par du temps libre

→ **Encadrement :**

Circuit randonnée en liberté, non accompagné.

→ **Carnet de route (un par chambre) :**

Un carnet de route vous sera fourni. Il comprend :

- une carte générale
- un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour),
- le tracé précis des itinéraires sur fond de carte et un carnet détaillant l'itinéraire de chaque étape.

→ **Transports :**

**Accès en train**

Gare SNCF d'Arcachon sur la ligne TGV directe Paris Montparnasse – Arcachon (ou via Bordeaux).

Pour plus d'informations, contacter la SNCF au 36 35 ou sur [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)

**Stationnement à Arcachon**

- Parking situé près de la gare (attention, 2 parkings : un parking gratuit et un autre sécurisé et payant).
- Parking place Peyneau
- Parking Place Carnot
- Parking relais uniquement en juillet-août (3 € la journée): ce parking se situe à l'entrée de la ville et des navettes gratuites de 9h à 20h vous permettent de rejoindre le centre-ville.

→ **Hébergements :**

Hébergements en hôtel 2\*.

→ **Repas :**

Les petits - déjeuners seront pris sur les lieux d'hébergements. Les déjeuners et dîners sont libres, sauf les dîners du J3 et du J4 inclus au programme.

EQUIPEMENT

→ **Bagages :**

- 1 sac à dos 30/35 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 15 kg).
- Le transfert des bagages entre chaque hébergement est assuré en véhicule.

→ **Habillement** (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 (à l'automne),
- un maillot de bain et une petite serviette de bain,
- tenue de rechange confortable pour le soir.

→ **Mais aussi :**

- 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,
  - 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 (conseillé), 1 paire de jumelles, appareil photos ...

→ **Se munir :**

Des formulaires d'assurance assistance rapatriement et d'assurance multirisques ADEO (si vous y avez souscrit), remis lors de votre inscription.

Des numéros de téléphone de différents organismes de recours (cartes de crédit,...)

**Mise à jour le 27/04/2020**

**Assurez-vous avant de partir que cette version est la dernière mise à jour.**

**Des modifications peuvent intervenir en cours d'année.**