

## Fiche technique expsen « De Guillaume à aujourd'hui »

version du 9 février 2010

### Titre de la sortie :

De Guillaume à aujourd'hui.

### Zone géographique concernée :

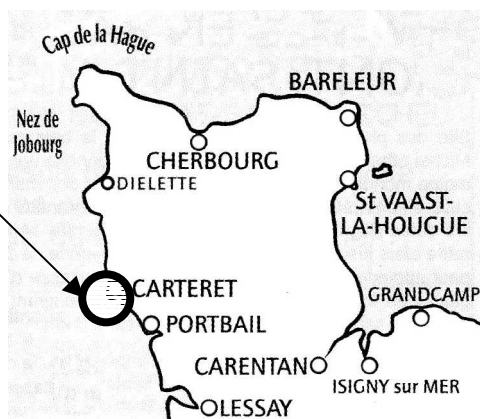
Littoral de la commune de Barneville-Carteret 50270.

### Type :

Randonnée nature sportive de découverte de l'environnement.

### Nombre maximum de participants :

22 personnes.



### Thème de la sortie :

« De Guillaume à aujourd'hui »

Située dans le giron d'un promontoire d'origine cambrienne, la commune s'identifie depuis le XI<sup>ème</sup> siècle comme point d'observation stratégique sous Guillaume le Conquérant. Devenu site balnéaire au XIX<sup>ème</sup> cette balade vous permettra de parcourir ces lieux remplis d'histoire et de pittoresque.

### Durée précise entre le RDV au point de départ et la fin de la sortie :

5 heures minimum suivant le nombre de participants, équivalent 10 Km de sentier.

### Lieu de RDV :

Parking du Phare de Barneville-Carteret 50270.

### Spécificité :

Les heures de départ sont en fonction de la marée, nous consulter.

### Niveau de difficulté :

Difficulté 0 : parcours sur bitume ou béton plat, sans obstacles majeurs.

Difficulté 1 : parcours sur GR, sable ou chemin naturel non plat sans obstacles majeurs.

Difficulté 2 : parcours nature facile nécessitant l'utilisation des mains sans matériel de sécurisation.

Difficulté 3 : parcours nature facile nécessitant l'utilisation des mains avec matériel de sécurisation.

Difficulté 4 : parcours difficile nature nécessitant l'utilisation des mains avec matériel de sécurisation.

### Matériel obligatoire :

Les séances sportives durent 5 heures minimum et nécessitent :

- De l'eau et de la nourriture dans un sac à dos de petite taille.
- Votre tenue vestimentaire doit recouvrir votre corps, bras couverts et jambes couvertes.
- Vos chaussures doivent être fermées et avec des semelles anti-dérapantes type chaussures de sport extérieur.

Prévoir :

- Un change, certains passages peuvent se faire dans 10 centimètres d'eau.
- Une protection solaire, suivant la météo.
- Un vêtement de pluie, suivant la météo.

N'oubliez pas de prévenir le guide si :

- Vous avez peur du vide.
- Vous avez peur de l'eau.

### Accessibilité pour les différents publics :

A partir de 10 ans (recommandation).

Accessible au public senior.

### Variantes :

Effectuer le parcours en randonnée itinérante : même temps de parcours, distance réduite à un équivalent de 3,5 km de marche, sans matériel obligatoire, permet un effectif maximum de 50.