

QUATRE NIVEAUX de randonnée

- ✓ Niveau **VERT** Randonnée facile
- ✓ Niveau **BLEU** Randonnée pour tout marcheur débutant mais en forme
- ✓ Niveau **ROUGE** Randonnée plus sportive pour marcheur régulier
- ✓ Niveau **NOIR** Randonnée sportive pour randonneur entraîné



Catalogue

RANDO PEDESTRE

2021



La Côte d'Opale

Entre Terres et Mer, nous vous invitons à découvrir l'une des plus belles contrées du Pas de Calais. Vous irez de découvertes en découvertes : paysages remarquables, patrimoine historique, bocages et dunes préservées... De la Baie de Somme au Parc du Marquenterre en passant par le Touquet Paris Plage et les remparts de Montreuil sur Mer, vous trouverez ici la recette d'une randonnée réussie : la convivialité du Nord et l'air vivifiant du littoral.

NOS RANDONNÉES A LA DEMI-JOURNÉE

Ces randonnées en demi-journée ne sont qu'un exemple des possibilités offertes par l'environnement de notre partenaire Miléade. La réalisation de ces randonnées est suspendue aux conditions météo et aux capacités physiques réelles des participants.

Montreuil sur Mer « Le sentier de la Canche »

✓ Niveau **VERT**

Approche 20 Km.

Départ esplanade de Montreuil.

La mer jadis, remontait la Canche jusqu'à Montreuil ce qui permit aux hommes d'y créer un port et un village fortifié au sommet de l'oppidum. Des remparts à la Canche, il n'y a qu'un pas, laissez-vous guider entre les murs de la cité et le long de la rivière.

- ✓ Distance : 10 Km
- ✓ Durée : 2 h 30
- ✓ Dénivelé : 200 m



Montreuil sur Mer « de Haut en Bas »

✔ Niveau VERT

Approche 20 Km

Départ gare ou parking du centre de Montreuil. La mer jadis, remontait la Canche jusqu'à Montreuil ce qui permit aux hommes d'y créer un port et un village fortifié au sommet de l'oppidum. Vous découvrirez les remparts de Montreuil ; pénétration dans la villes et randonnée sous les remparts. Lieux mythiques souligné par Victor Hugo dans certaines scènes des misérables

- ✔ Distance : 8 Km
- ✔ Durée : 2 h 30
- ✔ Dénivelé : 90 m

Le sentier du marais de Balençon

✔ Niveau BLEU

Approche 5 Km

Départ de Merlimont.

Les zones humides présentent un énorme intérêt faunistique et floristique. Les marais de Balençon sont une vraie mosaïque dans laquelle les eaux et les terres s'entrecroisent. Et c'est l'homme qui maintient ce maillage fragile. Une très belle randonnée autour de Merlimont pour découvrir les différentes zones géographiques du canton, chacune proposant une activité particulière : L'étang de pêche, la chasse à la hutte, l e marais de Balençon, le bois Belle Dame, château et église de St Josse, les pâturages, les dunes boisées.

Attention surtout pas en période de chasse.

- ✔ Distance : 14 Km
- ✔ Durée : 3 h 30
- ✔ Dénivelé : insignifiant

Sentier de la Forêt **NOUVEAUTÉ**

✔ Niveau BLEU

Approche 5 Km aller-retour OU Départ de l'établissement

L'ancien bourg de Merlimont dont le sentier de la Forêt fait le tour, s'est battu depuis tous temps contre la progression des sables. Construit derrière le deuxième cordon dunaire, c'est à la plantation des arbres, au 19ème et 20ème, qu'il doit la stabilisation de son environnement. Le sentier longe donc un milieu naturel stratégique : ce sont ces forêts qui abritent aujourd'hui une faune et une flore caractéristiques d'un milieu naturel préservé. A l'est du sentier, vers le Bout du Bas, les marais qui ont depuis toujours servi de lieu ressources pour les habitants, sont le domaine des oiseaux, poissons, batraciens et insectes. Dans le silence, vous pourrez les observer et revenir enrichi de ces images exceptionnelles.

- ✔ Distance : 8 Km ou 11 km
- ✔ Durée : 3 h ou 3 h 45

Balade guidée des dunes de mer

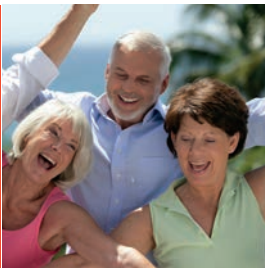
✔ Niveau BLEU

Départ de l'établissement

Très agréable promenade avec de nombreuses haltes et commentaires sur les mouvements dunaires, la sauvegarde du site, l'histoire des fortifications du « Mur de l'Atlantique ». (accompagnement par animateur Miléade)

- ✔ Distance : 2 Km
- ✔ Durée : 1 h 30 de marche dans le sable





La baie d'Authie et ses phoques

✓ Niveau BLEU

Approche 10 Km

Départ de Berck.

Voisine de la baie de Somme et plus réduite par sa taille elle est considérée comme sa petite sœur mais elle possède son propre charme et des paysages qui n'ont rien à envier à sa grande sœur !

L'estuaire de l'Authie vit au rythme du flux et du reflux de la mer. Toutes les six heures, elle se retire et découvre une immensité de vasières et de prés salés. Une superbe découverte de la baie... au grand air !

Vous y verrez de près une importante colonie de phoques, veaux marins qui se reposent sur un banc de sable de l'autre côté de l'Authie. Un spectacle qui attire de nombreux visiteurs.

Il faudra impérativement tenir compte des horaires des marées.

- ✓ Distance : 5 Km
- ✓ Durée : 1 h 30
- ✓ Dénivelé : un peu de dunes stabilisées

L'INCONTOURNABLE

Découvrez avec un guide naturaliste spécifique (spécialiste de la Baie de Somme)

La traversée de la Baie de Somme à pied

✓ Niveau VERT ou ✓ Niveau BLEU

Approche 50 Km

Départ du Crotoy ou de St Valéry

Mythique et envoûtante, la traversée de la Baie de Somme vous enivrera de sensations fortes et vivifiantes ; vous découvrirez les traditions des gens d'ici qui vivent aux rythmes des marées et des migrations. Les oiseaux sont nombreux à avoir choisi cette région pour y élire domicile ou s'y reposer le temps d'une halte lors de leur voyage migratoire. Ici ont été observés plus de deux tiers des oiseaux présents en Europe.

Equipements : pantalon et bottes ou short et vieilles chaussures selon la saison.

Dans le sac : boissons, petits en cas, chapeau, lunettes de soleil, coupe-vent, jumelles.

Transport : prévoir acheminement pour le retour (bus du groupe, véhicule personnel ou petit train à vapeur)

Cette demi-journée ne peut être programmée spécifiquement en matinée ou en après-midi.

Il faut prévoir la journée afin de pallier aux heures de marées. Un déjeuner pic nic est au programme au cas où..

- ✓ Distance : 6 Km
- ✓ Durée : 3 h
- ✓ Dénivelé : insignifiant (**difficultés en fonction du Coefficient de marée**).



Le Touquet

✓ Niveau BLEU

Approche 15 Km

Départ Le Touquet.

C'est Alphonse Daloz, notaire de profession, qui prit l'initiative de créer cette forêt de 800 ha : pins maritimes, bouleaux, aulnes, peupliers protègent du vent 200 villas de style anglo-normand ou moderne.

- ✓ Distance : 10 Km
- ✓ Durée : 3 h
- ✓ Dénivelé : insignifiant

La Forêt d'Hesdin

✓ Niveau VERT

Approche 40 Km

Forêt de chênes (voir le chêne de la Vierge au carrefour du Commandeur), de hêtres et de futaies. Au cœur des Sept Vallées, située au confluent de la Canche et de la Ternoise, Hesdin est de ces gros bourgs ruraux qui ont su, malgré les épreuves de l'Histoire, garder une allure d'ensemble fort agréable. La place d'Armes est le témoin d'un riche passé mais aussi d'un présent vivant, à l'image du marché le jeudi matin. La rivière Canche se faufile entre les maisons du XVI^{ème} siècle.

- ✓ Distance : 8 Km (La Ternoise)
- ✓ Durée : 2 h
- ✓ Distance : 14 Km (Le Fond Notre Dame)
- ✓ Durée : 4 h

De la forêt au lac des miroirs

✓ Niveau VERT

Approche 30 Km

Départ du château d'Hardelot.

Il était une fois un petit château de style Tudor, au bord d'un lac, construit par un riche Anglais au milieu du XIX^{ème} siècle, qui souhaitait recréer dans le Pas de Calais un «Petit coin d'Angleterre». Situé à la sortie de Condette, le château d'Hardelot fait face au Lac des Miroirs et se trouve au centre d'une forêt très giboyeuse. Autour du Château s'étend la Réserve Naturelle Régionale du Marais de Condette.

- ✓ Distance : 9 Km
- ✓ Durée : 2 h 30

Jardins et monuments d'Arras

✓ Niveau VERT

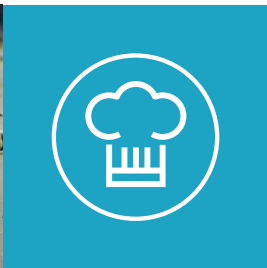
Approche 100 Km

Départ d'Arras.

Célèbre avant tout pour ses places de style baroque flamand qui composent un somptueux écrin à l'Hôtel de Ville et au Beffroi classé patrimoine mondial par l'Unesco.

Au XVI^{ème} siècle, l'édit de Philippe II interdisant de « bâtir dans la ville d'Arras, à moins que les murs ne soient faits de pierre ou de brique sans aucune saillie sur les rues », les 155 façades baroques des places forment un ensemble harmonieux, unique en Europe.

- ✓ Distance : 9,5 Km
- ✓ Durée : 3 h



Le marais Audomarois (le marais habité)

✔ Niveau VERT

Approche 90 Km

Départ de Salperwick - Approche 90 km
Environnement préservé, doté d'une faune et d'une flore exceptionnelle, le Marais est un véritable dédale aquatique aux portes de St Omer. Les moines de l'abbaye St-Bertin ont entrepris la mise en valeur du marais dès le 9ème siècle en creusant des fossés (watergangs), il a une superficie de 3 400 ha, dont 500 ha sont encore cultivés par cent vingt familles de maraîchers. Un réseau de 160 km de «watergangs», chemins d'eau parcourus par les « bacôves » ou les « escutes », dessert les parcelles cultivées et les pâtures. Le marais c'est aussi ces jolies maisons de maraîchers isolées sur des petits îlots. Dans le **Marais de Tilques**, il est encore possible de voir les champs travaillés à l'ancienne et de rencontrer si on a de la chance le seul facteur de France qui fait encore sa tournée en barque.

Possibilité de repas « au bon accueil » ainsi que balade en bateau sur les canaux (en supplément) et (ou) visite distillerie de genièvre de Houlle, et possibilité de parcourir la réserve Naturelle du Romelaere. Située à Clairmarais, cette réserve fut créée en 1978 sur une superficie de 80 hectares d'eau et de terre. Ces étendues d'étangs sont le fruit du travail des tourbiers qui dès le début du XVIIIème siècle exploitaient la tourbe comme combustible (800 000 tonnes donnant ainsi 30 hectares d'étangs). On y trouve plusieurs milieux comme la prairie humide (pâturage à l'entrée du parc), la mégaphorbiaie (Milieu humide où s'épanouissent les roseaux et autres hautes herbes) et enfin le bois tourbeux. (Milieu humide boisé d'aulnes et de saules cendrés). Traversée de canal en bac à chaînes.

✔ Distance : 10 Km

✔ Durée : 2 h 30

La baie de Somme et ses phoques

✔ Niveau BLEU

Approche 65 Km

Départ Le Hourdel.

D'une superficie de 7 200 ha, la baie de Somme est le plus grand estuaire du Nord de la France (14 km de profondeur sur 5 km de large). Classée parmi les plus belles baies du monde, elle est un des grands sites français de passage des migrateurs. Plans d'eau, marais, dunes et prés-salés composent ce paysage entre terre et eaux. La très large ouverture vers la Manche offre suivant les marées et les saisons, des paysages exceptionnels où on peut découvrir la flore et les oiseaux ainsi que la population de phoques qui s'est installée. Beaucoup d'activités sont liées à l'exploitation du milieu naturel et de ses ressources : élevage de bovins sur les prairies, d'ovins sur les prés salés, pêche à pied (gisements de coques).

De la pointe du Hourdel, vous pourrez observer les phoques avec des jumelles au repos sur les bancs de sable, de ce petit port du sud de la baie, vous assisterez au spectacle du flot qui l'envahit brusquement ou du jusant qui la dévoile : un moment inoubliable ! Au hameau de la Mollière vous découvrirez l'élevage des moutons de prés-salés.

✔ Distance : 10 Km

✔ Durée : 3 h



Rallye Pédestre en équipe **NOUVEAUTÉ**

✓ Niveau BLEU

Approche 5 Km

Départ de l'établissement

Randonnée pédestre par équipes, **le Rando challenges®** est une épreuve ludique et sportive au cours de laquelle différentes compétences du randonneur sont sollicitées : techniques d'orientation, sens de l'observation, connaissances liées au patrimoine et au contexte de la randonnée... En suivant le parcours indiqué sur votre carte, votre mission sera, d'une part de retrouver des bornes et de les repositionner avec précision sur votre carte, et d'autre part de répondre à des Affirmations à Choix Multiples, le tout dans un temps cible à calculer et à atteindre le plus justement possible. En fin de demi-journée, un classement est fait ainsi qu'une remise de lots. **Ce sera prochainement le clou de votre séjour randonnée !**

Atouts et bienfaits du Rando Challenges® :

- Une activité ludique accessible à tous
- Une autre manière d'aborder la randonnée Les participants sont amenés à se diriger, cheminer et découvrir le patrimoine par eux-mêmes grâce au parcours préalablement préparé par l'équipe d'organisation
- Une activité idéale pour approfondir, entretenir ou même vérifier et vos compétences aussi bien du point de vue de l'orientation que de votre préparation physique.

Prestation (pas de prestation guidage en plus à prévoir - quel que soit le nombre de participants) **pour cette demi-journée bien spécifique** (balisage, préparation, gestion des arrivées...).

- ✓ Distance : 8 Km
- ✓ Durée : 2 h 30 de marche dans le sable

Parcours impérial

✓ Niveau BLEU

Approche 50 Km

(ne pas associer avec le Sentier de la baie de St Jean, total trop long)

Départ de Boulogne.

Napoléon 1er se rendit à Boulogne sur mer dans le cadre de son projet d'invasion de l'Angleterre et lors de la remise des premières légions d'honneur en 1804. Cette longue randonnée vous mènera à Wimereux où vous longerez la côte : spectacle grandiose garanti, vous fera découvrir le monument de la légion d'honneur, la colonne de la Grande Armée sur laquelle Napoléon tourne le dos aux anglais et la jolie vallée du Denacre.

- ✓ Distance : 13 Km
- ✓ Durée : 3 h 30
- ✓ Dénivelé : 100 m

Sentier de la baie de St Jean

✓ Niveau BLEU

Approche 50 Km

Départ de Boulogne

Avant d'emprunter la très belle réserve naturelle des Dunes de la Slack, joyeux du grand site classé des Deux Caps, le sentier rejoint la pointe de la Rochette, la Pointe aux Oies, après les dunes, il longe la rivière Slack pour vous faire arriver face à l'ancien Fort Mahon à la pointe sud d'Ambleteuse et parcourir la plage avant de retrouver les dunes et la station balnéaire de Wimereux et ses nombreuses villas de style.

- ✓ Distance : 10 Km
- ✓ Durée : 3 h 30



NOS RANDONNÉES A LA JOURNÉE

Ces randonnées (journée et demi-journée) ne sont qu'un exemple des possibilités offertes par l'environnement de notre partenaire Miléade. La réalisation de ces randonnées est suspendue aux conditions météo et aux capacités physiques réelles des participants.

Le Grand site des 2 Caps

✓ Niveau BLEU

Approche 65 Km

- Du Gris Nez au Blanc Nez : linéaire de 14 km sur les falaises ou sur la plage, de « cran en cran ». Après avoir admiré le panorama à partir des belvédères du cap Gris Nez et découvert la guérite des douaniers, on se dirige vers Wissant en surplombant la mer du haut des falaises puis en marchant dans les dunes et sur la plage. Pique-nique possible à Wissant puis on continue sur la plage et/ou sur les falaises en fonction de la marée vers la blancheur du Cap Blanc Nez dominé par l'obélisque de la Dover Patrol. Pour ce circuit, il faut un autocar qui vous récupère à l'arrivée ou prévoir un transfert de voitures.
- Autre possibilité : 2 boucles sur cette journée. La première au départ du parking de la Maison du grand site des 2 caps à Audinghem au Sud du Cap Gris Nez à côté du Musée du Mur de l'Atlantique aménagé dans 1 des 4 blockhaus de la batterie Todt vers Audresselles et retour par le bois d'Haringzelle :
 - ✓ Distance : 8 Km ✓ Durée : 2 h 30 ✓ Dénivelé : 50 mla deuxième au départ du parking du Cap Blanc-Nez :
 - ✓ Distance : 7 Km ✓ Dénivelé : 150 m

Entre les deux itinéraires, passage au Cap Gris Nez pour admirer le site.

De l'environnement exceptionnel du site des 2 Caps qui, face aux côtes anglaises, surplombe le passage maritime le plus fréquenté du monde, à l'arrière-pays riche en paysages variés de forêts, de marais, de bocages et de vallons, vous apprécierez l'authenticité et le charme d'un espace de mer et de terre, de pierre et d'histoire.

Le Cap gris nez est une falaise de 45 m de hauteur, sur la Manche entre Wissant et Audresselles, les falaises du Cap gris nez sont l'endroit en France le plus proche de l'Angleterre, à 28 km de Douvres. Du sommet on a une belle vue sur les côtes anglaises et sur le cap Blanc-Nez. Un phare rouge et blanc haut de 28 m et dont le faisceau porte à 45 km a été reconstruit après 1945.

Une falaise taillée dans la craie ! Le Blanc-Nez limite au Nord-Est la baie de Wissant ; il s'élève à 130 m au-dessus du niveau de la mer. Le Cap est réputé pour la qualité de ses paysages : les côtes anglaises, la baie de Wissant, le damier formé par la mosaïque des cultures. Les couples de goélands argentés qui nichent sur le cap forment des figures aériennes dans le vent toujours présent (prévoir un coupe-vent).

La flore particulière attire nombre de botanistes. Un grand bol d'air en perspective !



La baie de Canche

✓ Niveau BLEU

Approche 13 Km

Départ : Centre de thalasso.

Ce circuit approche au plus près la réalité de la vie de la baie et de ses spectacles. Au fil de l'eau, le long des lisières forestières, les passages alternent les milieux naturels et les aménagements urbains. Forêt, fleuve, berge, estuaire... des mots qui évoquent la faune et la flore respirant au rythme des saisons et des marées.

- ✓ Distance : 17 Km
- ✓ Durée : 4 h 15
- ✓ Dénivelé : 140 m

Le tour de Marquenterre

✓ Niveau ROUGE

Attention 4 h de marche dans le sable

Approche 35 Km

Départ St Quentin en T.

Une superbe boucle dans les dunes, les crocs en picard, paradis des oiseaux. Partie intégrante de la Réserve Naturelle de la Baie de Somme, le parc du Marquenterre s'étale sur 200 ha.

Dans les dunes, bosquets et marais nichent passent ou séjournent près de 450 espèces d'oiseaux. Ce havre de paix se visite en toute discrétion.

- ✓ Distance : 16 Km
- ✓ Durée : 5 h 30
- ✓ Dénivelé : insignifiant

Le bassin minier

✓ Niveau VERT

Approche 110 Km

Le terril de Pinchonvalles - le plus long d'Europe, se présente sous la forme d'une colline allongée avec un profil composé de trois plateaux successifs. Il apparaît comme un immense paquebot échoué au milieu de la plaine de la Gohelle. Le terril est constitué d'une mosaïque d'habitats qui lui confère un grand intérêt écologique. C'est une zone de refuge pour la faune. D'en haut vous découvrirez le bassin minier, ses terrils en pointe et ses corons ainsi que le mémorial de Vimy où vous pourrez vous rendre. De là il est possible d'aller à pied vers Le Louvre-Lens (prévoir supplément) par les cavaliers de mines et de le visiter.

- ✓ Distance : 14 Km
- ✓ Durée : 4 h

Les Monts de Flandres

✓ Niveau VERT

Approche 120 Km

Cinq collines imposantes forment dans la partie Française, la chaîne des Monts de Flandre: Mont Cassel (178m), Mont des Récollets (159m), Mont de Boeschepe (137m), Mont des Cats (158m) et Mont Noir (130m) Les châtaigniers, qui poussent au sommet du Mont Noir, lui donnent un aspect sombre accentué par des pentes de 40°. Vers Berthen, dans un domaine boisé, se trouve la villa « Mont Noir », ancienne demeure des parents de la romancière Marguerite Yourcenar. Cet ensemble naturel contraste fortement avec les basses terres qui vont mourir un peu plus loin dans la mer du Nord. Du moulin de Boeschepe à Bailleul, vous découvrirez les paysages et traditions du nord

- ✓ Distance : 13 Km
- ✓ Durée : 5 h





Découvrez une activité ludique et sportive : Le Rando-Rail

✓ Niveau VERT

Approche 80 Km

Départ de Nielles les Bléquin.

Une promenade insolite au départ de l'ancienne gare de Nielles les Bléquin, sur une ancienne voie ferrée, en pleine nature, à bord de drôles de machines.

Les Parcours - 1 h 30

* Le parcours du Chevalier de la Chapelle (Côté Ouest) : 9 Km Aller-Retour.

Très boisé, ce parcours traverse les grands bois de Nielles-les-Bléquin et permet d'admirer après quelques centaines de mètres de marche à pied, le bocage Boulonnais et la Chapelle du mont (départ en montée, retour en descente).

* Le Parcours d'Adelthur (Côté Est) : 9 Km Aller-Retour.

Beaucoup plus ouvert sur le paysage et les vallons des collines d'Artois, ce parcours vous fera découvrir la Vallée du Bléquin et ses cultures ainsi que la commune d'Affringues (départ en descente, retour en montée).

Les randonnées sont encadrées par des animateurs bénévoles et diplômés fédéraux de la Fédération Française de Randonnée Pédestre du Pas de Calais, spécialiste de la région. Ce ne sont pas des professionnels.

(1 animateur fédéral pour 25 personnes maximum)

Les sommes perçues sont des dons au comité départemental de la randonnée à titre de soutien aux activités de découverte ; d'entretien des sentiers et de développement de la randonnée sur le secteur de la Côte d'Opale.

