

Les Chemins du TROBREIZ

Place de l'Evêché – BP 118-29250 SAINT POL DE LEON / 02 98 69 11 80 / trobreiz.secretariat@orange.fr

IMPORTANT

Informations générales sur la marche de l'été

LE DÉPART

Dimanche 2 août - VANNES

Il se fera de l'église ST PATERN

La Messe y sera célébrée à **8h30**

Le rassemblement est prévu pour **9H15** / Le départ de la marche est fixé à **9h30**

LE POINT nformations sera ouvert

le **samedi 1er août** : Parking de la Salle Bécel de 17h00 à 20h00


et le **dimanche 2 août** : Esplanade de l'église St Patern de 7h00 à 9h30

Vous devez **IMPÉRATIVEMENT** vous y présenter pour :

- ✓ Vérifier votre inscription
- ✓ Retirer vos tickets repas, guide pratique, livret, et bracelets...

LES INSCRIPTIONS à la SEMAINE

Elles sont encore possibles, en apportant une toile de tente, **le collectif en salle est complet.**

Après le 27 juillet, nous ne prenons plus d'inscriptions au secrétariat, celles-ci se feront sur place au point  dès le 1er août. Vous pouvez télécharger et préparer les bulletins :

site internet <http://trobreiz.com>

Merci de le faire savoir à vos amis, à votre famille, à vos collègues de travail !

IDENTIFICATION

Chaque inscrit à la semaine recevra un **BRACELET** de couleur en fonction de son hébergement.

Il n'y aura plus de badge fourni par l'association. Ceux qui souhaitent peuvent bien entendu apporter celui de l'année passée. Il y en aura aussi en vente à la boutique.

LES MOINS DE 18 ANS

Il est demandé à ce que le mineur ait sur lui le nom et le numéro de téléphone de son responsable durant la semaine de marche.

NOS AMIS LES ANIMAUX

Sont tolérés, mais uniquement sur présentation d'un certificat mentionnant qu'ils sont à jour de leurs vaccinations et qu'ils marchent sous surveillance constante de leur maître.

LES INSCRIPTIONS à la JOURNÉE

Les bulletins sont aussi disponibles sur le site internet.


Les tarifs : 5 € adhésion + 10 € inscription

Inscription possible sur place avant le départ. Une feuille de route et un badge seront remis à chaque inscrit.

Attention, au delà de 2 jours, l'inscription sera comptée pour une inscription semaine.

Des parkings sont prévus dans chaque ville étape afin de ne pas gêner le stationnement près des églises et commerces.


CO-VOITURAGE

Des panneaux pour vous y inscrire seront à disposition chaque jour au point .

Exceptionnellement, vous pourrez prendre le véhicule « Navette » après la marche pour rejoindre le point de départ au prix de 5 €/personne.

LES REPAS

Les commandes se terminent au 15 juillet.

Si vous souhaitez en commander au-delà de cette date, téléphoner au secrétariat ou présentez-vous au Point  car il y a parfois des repas à revendre sur place.

DESISTEMENT

Attention, en cas de désistement après le 31 juillet, merci de téléphoner au **06 71 41 74 65** et laissez un message (surtout si vous avez des repas de commandés). Ensuite, confirmer votre désistement par courrier au secrétariat.

LE LIVRET DU PÈLERIN

Pour ceux qui l'ont déjà, n'oubliez pas de rapporter votre livret du pèlerin (édition 2011) et pour les nouveaux, demandez-le lors de votre passage pour récupérer votre enveloppe. Vous le trouverez également en vente à la boutique.

POUR LES « DEBUTANTS » inscrits pour la première fois au Tro-Breiz

Un rassemblement est prévu le dimanche 2 août à 13h30 au Point ① : **Pascal** Vous y accueillera !

LES PARKING à LA SEMAINE

VANNES:

Parking Aérien du Palais des Arts.

Réservé pour 80 véhicules du Tro-Breiz du samedi 1^{er} août à 7h00 au dimanche 9 août à 12h00.

Ce parking ayant un code d'accès pour ouvrir la barrière, ceux qui souhaitent y laisser leur véhicule doivent renvoyer le questionnaire ci-joint. Ils recevront un macaron à apposer sur leur pare-brise et le code (par mail ou courrier)

QUIMPER :

Parking Impasse de l'Odet (Salle UJAP PRO)

Parking ouvert / 200 places. Un macaron sera adressé par mail ou courrier à ceux qui réserveront sur le questionnaire ce choix de parking.

LES PLANS DES VILLES CI-JOINTS VOUS INDIQUERONT L'EMPLACEMENT EXACT DES PARKINGS POUR CHACUNE DES VILLES.

ANIMATIONS CULTURELLES

- Ste Anne d'Auray : Fest-Noz du côté de la salle des sports
- Languidic : Fest Noz
- Pont Scorff : Fest-Noz / Buvette et Restauration rapide
- Moëlan sur Mer : Fest Noz
- Melgven : Fest Noz
- St Evarzec : Fest Noz – « Nuit de la Moisson » Repas / Buvette

ANIMATION SPIRITUELLE : Le thème de la semaine

CHEMINS DU TRO BREIZ,

CHEMINS DE SAINTETÉ

50 ans après Vatican II :

Tous appelés à être saints !

Il y aura deux horaires de messe par jour, selon le programme :

le matin à (7h30 ou 8h00) et le soir à 18h30

Attention ! PAS DE MESSE le samedi matin.

NUIT DE LA MOISSON : ST EVARZEC / vendredi 7 août 2015

TOUTE l'après midi : jeux divers pour tousCAFE, CREPES, GATEAUX, GLACES, BUVETTE

18h00 : Scène campagnarde d'autrefois (humoristique) 1h

19h00 : Repas servi en plein air Roti de Porc/frites et dessert

Prix 11 € par Adulte (6 € par enfant)

(si vous réservez avant par l'intermédiaire du Tro-Breiz : 1 boisson offerte) Voir QUESTIONNAIRE

A partir de 19h30, les enfants de KANFARDED animeront le repas par des danses folkloriques

20h : animations avec manèges de chevaux, vieux moteurs et sonneurs locaux.

21h30/22 h : FEST NOZ gratuit animé par ELIAN PADDY et les sonneurs locaux.

COMMERCES

- Vannes : Tous commerces / Restaurants
- Ste Anne d'Auray : Tous commerces / Restaurants
- Languidic : Tous commerces / Restaurants
- Pont Scorff : Tous commerces / Restaurants
- Moëlan sur Mer Tous commerces / Restaurants
- Melgven : Tous commerces / Restaurants
- St Evarzec : Tous commerces / Restaurants
- Quimper : Tous commerces / Restaurants

ZONES NATURA 2000

Prévoir
des **BOUCHONS DE LIEGE**
ou **EMBOUTS PLATIQUES**
pour mettre sur les pics en fer des bâtons de
marche.
**Nous traverserons des Zones classées et
protégées !**

Journée	Etape	Km JOUR	Km repas midi	Si CAR	Heure de départ	Heure approximative d'arrivée
Dimanche 2 août	Vannes /St Anne d'Auray	25	12		9h30	17h15
Lundi 3 août	St Anne d'Auray /Languidic	31*	15	Moins 7 km le matin	8h30	18h00
Mardi 4 août	Languidic / Pont Scorff	25	12		9h00	17h15
Mercredi 5 août	Pont Scorff /Moëlan Sur Mer	29*	16.5	Moins 5 km l'après midi	8h30	17h15
Jeudi 6 août	Moëlan Sur Mer/ Melgven	29*	17	Moins 4 km l'après midi	8h30	17h15
Vendredi 7 août	Melgven /St Evarzec	24	15.5		9h00	16h15
Samedi 8 août	St Evarzec / Quimper	18	12.5		9h00	Messe finale à 17h30

Horaires et kilométrages sous réserve de modifications.

ÉCO-RESPONSABLE

Nous sommes passés du jetable au durable et nous ferons un geste pour notre planète !

Vous avez été nombreux à apprécier les efforts du Tro-Breiz contre le gaspillage des gobelets plastiques et des couverts.

Nous renouvelons cela cette année.

Si vous le souhaitez, **contre 1 €** un gobelet réutilisable qui vous servira tout au long de la semaine pour les points d'eau, les repas midi et soir.

Vous trouverez également à la boutique un **cordons pour le porter autour du cou**.

Ceux qui l'ont déjà acheté, n'oubliez pas de le ramener cette année.

HEBERGEMENTS / BAGAGES

LE TRANSPORT DES BAGAGES ET TENTES EST ASSURÉ CHAQUE JOUR PAR L'ASSOCIATION

PENSEZ A CEUX QUI CHAQUE JOUR DOIVENT CHARGER ET DÉCHARGER DANS LA MÊME JOURNÉE LES CAMIONS DE PLUS DE 1500 SACS ET TENTES.

Vous déposerez vos sacs le matin aux camions et les retrouverez le soir à l'étape.

Un marquage de vos affaires est très fortement conseillé.

Les sacs plastiques ou cabas de courses sont à proscrire. Prévoyez un bon sac type sac de sport ou de voyage. N'oubliez pas d'y apposer vos coordonnées !

Tous les bagages seront marqués d'une couleur, celle-ci vous permettra de retrouver votre sac le soir à l'arrivée des étapes dans les sites indiqués sur votre **guide pratique**.

Si durant la semaine vous perdez ce marquage de couleur, redemandez-en un au responsable des bagages.

Si vous avez des bonbonnes de gaz, merci de le signaler en déposant vos bagages afin que nous puissions y apposer un signe distinctif, ceci bien sûr pour la sécurité de notre équipe et de tous !

Dans vos bagages : vêtements chauds, tee-shirts, shorts, protection contre la pluie, bonnes chaussures de marche déjà formées à vos pieds, une paire de sandales pour relaxer les pieds le soir, instruments de musique, carte d'identité, carte d'adhérent, un ou deux journaux pour sécher les chaussures le soir (au cas où...)

et un maillot de bain pour les douches. En effet, celles-ci sont collectives, et pour le respect de chacun et surtout pour les enfants, **nous demandons le port du maillot.**

COLLECTIF : Un seul bagage par personne

Prévoir sac de couchage, matelas mousse ou pneumatique (matelas 1 place et non 2 places pour 1 personne).
Chaussures de marche et bâtons de marche interdits !

TENTES : 2 sacs : Un bagage par personne + le sac de matériel de camping

Prévoir sac de couchage, matelas mousse ou pneumatique

Nous vous recommandons de mettre un signe distinctif sur le sac de votre tente... vous la retrouverez plus facilement parmi le nombre.

VOTRE PETITE PHARMACIE

Tout au long de la semaine une équipe composée de **secouristes** assurera les postes de secours. Un fourgon sera présent le matin avant le départ dès 7h00, le midi et le soir à l'arrivée jusqu'à 19h45 sauf urgences. Nous recommandons à chacun de prévoir sa petite pharmacie pour assurer les premiers soins. Il n'y a pas de pharmacie idéale.

Nous suggérons cependant : coton, gazes, bandes, rouleau de sparadrap pour pansement et pour prévenir les ampoules (double peau), épingles à nourrice, petits ciseaux, un antiseptique (désinfectant), un antalgique pour calmer la douleur (paracétamol, aspirine), un anti-inflammatoire pour les coups et les entorses, une crème pour calmer les brûlures...

ATTENTION : Les petits bobos (ampoules, etc...) seront soignés en priorité par leur propriétaire !

Nous vous recommandons d'avoir dans votre sac à dos de la journée

BEAUCOUP D'EAU et d'en boire par petites gorgées

tout au long du parcours, sans attendre les points « eau ».

Quelques barres de céréales, fruits secs... etc

permettront aussi de tenir encore mieux le rythme !

VOS PIEDS

Chaque année, le nombre d'ampoules et de pieds abîmés par la marche est très élevé.

Pour votre confort, voici quelques CONSEILS :

- Avoir une bonne paire de chaussures de marche déjà formée à vos pieds (pas de chaussures neuves).
- Pour maintenir vos petits pieds dans un état impeccable, la « respirabilité », l'adhérence et le maintien sont indispensables. Sans oublier l'imperméabilité qui permet un confort non négligeable dans les conditions climatiques difficiles.
- Question maintien, la cheville doit être suffisamment tenue pour éviter les risques de traumatismes fréquents comme les entorses ou les foulures. La semelle extérieure est tout aussi importante. Une bonne semelle, c'est l'adhérence garantie surtout sur les terrains les plus délicats à négocier.

Petite astuce : Essayez vos chaussures ou allez les acheter le soir, après une bonne journée de travail. Vos pieds sont sensibles, fatigués et de plus, gonflés... comme après une journée de marche.

- Mettre des chaussettes chaque jour même s'il fait très chaud.
- Ne pas mettre vos chaussettes ou chaussures sans avoir bien essuyé vos pieds ... Des pieds humides dans des chaussures = des ampoules pour le soir !

QUELQUES RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

POUR LES VEHICULES ET CEUX QUI PRENNENT LES CARS

POUR LE 1^{ER} AOUT

Si vous nous rejoignez la veille du départ à **VANNES**, tout sera concentré à la Salle des sports BECEL (rue Bécél)

- ASSEMBLEE GENERALE
- POINT INFORMATION
- BAGAGES
- DEPOSE DES CARS

Pour vos véhicules, le Parking aérien du Palais des Arts sera réservé pour les véhicules qui y resteront la semaine et sera accessible dès le matin ; N'oubliez pas de le signaler dans le dernier questionnaire ci-joint afin d'obtenir le code d'ouverture de la barrière et votre macaron pour le pare-brise.

A **QUIMPER**, le parking est accessible dès le matin.

Les CARS vous embarqueront avec vos bagages à la Gare Routière. Il y aura 2 heures de départ : un vers 13h et un autre vers 17h. Vous serez débarqués à proximité de la Salle BECEL.

POUR LE 2 AOUT

A **QUIMPER**, le parking est accessible dès le matin.

Les CARS vous embarqueront avec vos bagages à la Gare Routière.

Il y aura 1 heure de départ : vers 6h00. Les HORAIRES et COÛTS précis vous parviendront par la suite.

A **VANNES**, le parking est accessible avec le code que vous aurez reçu.

Les CARS vous déposeront sur le Parking du bâtiment « Vannes Accueil » (rue Francis Decker ; face aux jardins des remparts).

Vous pourrez déposer vos BAGAGES dans le camion qui y sera aussi stationné, quelque soit votre choix d'hébergement. La couleur correspondante vous sera alors remise pour les étiqueter.

Le POINT I pour retirer vos enveloppes se trouve sur le parvis de St Patern. (ouvert dès 7h30)

Le Rassemblement, la messe de départ et l'envoi de la semaine se fera de l'église St Patern également.

POUR LE 8 AOUT

A **QUIMPER**, le parking est accessible.

Nous vous recommandons d'aller directement après la messe à la cathédrale récupérer votre VEHICULE impasse de l'Odet ;

Puis de récupérer VOS BAGAGES auprès des camions stationnés le long du Théâtre de Cornouaille.

Ceux qui souhaitent se restaurer en Collectif : le Repas sera servi à la salle des sports UJAP Amateurs (rue Jules Noël).

L'hébergement se fera aussi dans cette salle.

ATTENTION : pas de stationnement possible sur le petit parking de la salle... le parking de la Tour d'Auvergne, à proximité du Théâtre de Cornouaille est gratuit à partir de 20h00. Vous pourrez y laisser votre véhicule et venir vous restaurer.

A **VANNES**

Les Cars vous déposeront à proximité du parking aérien du Palais des Arts vers 00h00.

ATTENTION : pas d'hébergement organisé par l'association le 8 août !

LES VEHICULES « SUIVEURS »

AUX REPAS DE MIDI AUCUN VEHICULE NE DOIT STATIONNER SUR LE BORD DES ROUTES ou VOIES D'ACCES ! ... des parkings sont prévus à proximité.



SEULS LES **VEHICULES HABILITES** PAR L'EQUIPE D'ORGANISATION POURRONT ACCEDER AUX SITES (renseignements au Point ① et auprès des responsables sécurités.)

... DERNIER JOUR...

...LE DERNIER JOUR...

...LE DERNIER JOUR...

TOUS **LES BAGAGES** SERONT DÉPOSÉS Le long du Théâtre de Cornouaille à QUIMPER.

ILS NE SERONT DISPONIBLES QU'À PARTIR DE 17H30.

ATTENTION ! Ceux qui doivent partir plus tôt (horaire train, etc...) doivent **IMPÉRATIVEMENT** prévenir l'équipe des bagages le matin à ST EVARZEC afin que leur sac ne se retrouve pas au fond du camion !

TOUS LES SACS DOIVENT ÊTRE RÉCUPÉRÉS POUR 22h00.

L'ÉCOT DU PÈLERIN

C'est une tradition du pèlerinage aux Sept Saints fondateurs de la Bretagne, reprise par Philippe Abjean en 1994.

En effet, le pèlerin, en arrivant dans l'une des sept cathédrales, « payait son écot » au Saint honoré en ce lieu. Aujourd'hui, il est proposé au troybrezien de faire un don à une association ou à une œuvre caritative, chaque année, à la messe finale.

Deux grands « Gwen A Du » accueilleront votre générosité à la sortie de la cathédrale pour le don qui vous sera proposé à la fin de la messe.

PARCHEMIN



Certains d'entre-vous arriveront à QUIMPER ayant terminé leur Tro-Breiz (les 7 étapes) !

Ils pourront donc prétendre au PARCHEMIN l'attestant.

Pour cela il vous suffit de compléter le coupon ci-joint au bas du questionnaire et de le renvoyer au secrétariat **AVANT le 25 juillet** ou au point Information durant la semaine de marche !

LES BANNIÈRES A QUIMPER

Elles étaient 53 à Vannes, seront-elles plus à Quimper ? Cela dépend de chacun de vous de venir avec la bannière de votre paroisse ou de la faire venir par d'autres paroissiens ! Chaque bannière apportée représentera votre communauté locale ; elle vous reviendra, chargée des bénédictions que votre foi et les saints vous obtiendront à coup sûr ; c'est un évènement spirituel ; à ne pas manquer !

Hubert est à votre disposition pour cette organisation.

02 53 00 21 93 / 06 87 64 95 62

LES CARS

Afin d'assurer la réception de votre (vos) billet(s) ALLER (et ALLER/RETOUR), nous vous serions reconnaissant de bien vouloir nous renvoyer, avec votre réservation et votre règlement, une enveloppe timbrée au tarif en vigueur, avec les coordonnées qui correspondent à l'adresse où vous vous trouverez entre le 17 juillet et le 22 juillet ou de nous donner une adresse mail pour vous envoyer votre billet à imprimer en pièce-jointe. (trobreiz.secretariat@orange.fr) sujet : BILLETS CARS 2015

Inscrivez-vous le plus vite possible car il n'y aura pas de cars supplémentaires !
ATTENTION : il est possible que certains cars ne puissent prendre le départ faute d'inscription suffisante : N'oubliez donc pas de nous communiquer un N° de téléphone où nous pouvons vous joindre entre le 17/07 et le 22/07.

Ceux qui ne prennent **que le RETOUR**, trouveront leurs billets dans l'enveloppe au départ de **VANNES**.

Les cars ne seront PAS REMBOURSÉS.

Attention :
Présentez-vous **IMPÉRATIVEMENT** aux lieux de rendez-vous
15 mn avant les heures indiquées !

VOTRE INSCRIPTION EST IMPERATIVE POUR LE 15 JUILLET

21 JUILLET DERNIER DELAI

Pour vous rendre à VANNES
Samedi 1^{ER} ou Dimanche 2 août 2015

Samedi 1^{ER} août

CAR N° 1 arrivée à 16h30 à VANNES Capacité : 50 personnes

VILLES	Lieu de Rendez-vous	Heure départ	TARIFS en €
MORLAIX	Parking géant (côté Citroën)	11H15	48
LANNION	Parking Kermaria (ancienne gare routière)	12H05	45
GUINGAMP	Place Vally (ancienne gare routière)	12H15	43
SAINT BRIEUC	Parking - E-Leclerc - Plérin	12H40	41
LAMBALLE	Esplanade de la Gare	13H00 Pause de 30 minutes	38
ST MALO	C Cial « La Découverte » parking Mac Do	14h25	34
DINAN	Arrêt : PARKING - salle omnisports - Rte de Dinard	14h50	32
PLOERMEL	Parking Mac Do - Zone de Ronsouze	15h50	20

CAR N° 2 arrivée à 16h30 à VANNES Capacité : 50 personnes

VILLES	Lieu de rendez-vous	Heure départ	TARIFS en €
SAINT POL DE LEON	Zone des Carmes	12h40	50
LANDIVISIAU	Autogare Place Jeanne d'Arc	12h50	46
LANDERNEAU	Parking Centre Leclerc	13h10	44
BREST	Centre Commercial Géant	13h30	42
QUIMPERLE	Parking W. Churchill	15h20	34
LORIENT	Place de la Liberté	15h40	30
AURAY	Gare SNCF	16h15	12

CAR N° 3 arrivée à 16h30 à VANNES Capacité : 100 personnes			
Lieu Rendez-vous	Heure départ	Arrivée	TARIFS en €
QUIMPER : Parking Gare Routière	14h45	Arrêt : PARKING - salle omnisports - BECEL	20

CAR N° 4 arrivée à 19h00 à VANNES Capacité : 100 personnes			
Lieu Rendez-vous	Heure départ	Arrivée	TARIFS en €
QUIMPER : Parking Gare Routière	17h30	Arrêt : PARKING - salle omnisports - BECEL	20

Dimanche 2 août

CAR N° 5 arrivée à 8h15 à VANNES Capacité : 100 personnes			
Lieu Rendez-vous	Heure départ	Arrivée	TARIFS en €
QUIMPER : Parking Gare Routière	6H45	Arrêt : PARKING à proximité de St Patern	20

Samedi 8 août pour repartir de QUIMPER

CAR N° 6 départ à 22h de QUIMPER Capacité : 50 personnes			
VILLES	Lieu de rendez-vous	Heure arrivée	TARIFS en €
BREST	Centre Commercial GEANT	23h00	40
LANDERNEAU	Parking Centre Leclerc	23h20	42
LANDIVISIAU	Autogare Place Jeanne d'Arc	23h40	44
SAINT POL DE LEON	Place de l'Evêché (Off. Tourisme)	0h10	48
MORLAIX	Parking Géant (Citroën)	0h30	50
		Pause de 30 min.	
LANNION	Parking Kermaria (ancienne Gare Routière)	1h30	52
GUINGAMP	Place Vally (ancienne gare routière)	2h00	54
SAINT BRIEUC	Parking - E-Leclerc - Plérin	2h20	56

CAR N° 7 départ à 22h de QUIMPER Capacité : 50 personnes			
VILLES	Lieu de rendez-vous	Heure arrivée	TARIFS en €
QUIMPERLE	Parking W Churchill	22h40	34
LORIENT	Place de la Liberté	23h00	38
AURAY	Gare SNCF	23h30	40
RENNES	C Cial »Grand quartier » St Grégoire Face au Darty près de la station essence Grand Quartier	1h30	46
		Pause de 30 min	
DINAN	Parking Cinéma - Rte de Dinard	2h15	50
ST MALO	Ccial « la Découverte » parking Mac Do	2h45	54

CAR N° 8 départ à 22h de QUIMPER Capacité : 100 personnes			
VILLES	Lieu de rendez-vous	Heure arrivée	TARIFS en €
VANNES	Parking aérien du Palais des Arts	23h30	22

N'oubliez pas de joindre une enveloppe affranchie au tarif en vigueur + coordonnées d'expédition et/ou de nous communiquer votre adresse mail afin de recevoir votre titre de transport.

BON D'INSCRIPTION pour les cars à renvoyer à

« TRO - BREIZ – LES CARS »

BP 118 - Place de l'Evêché - 29250 Saint Pol de Léon »

pour le 17 Juillet dernier délai avec le règlement

⚠ PAS DE REMBOURSEMENT POUR LES CARS ⚠

NOM :	PRENOM :
<p><i>N'oubliez pas de joindre une enveloppe timbrée au tarif en vigueur avec vos CORDONNEES postales afin de recevoir votre billet.</i></p>	Adresse E Mail (pour recevoir les billets par mail) Numéro de Téléphone où vous joindre à partir du 20 juillet : N° portable :
	Règlement :
Nombre de places à réserver :	Règlement :
ALLER	RETOUR
DEPART DE : JOUR : HEURE : <input type="text"/>	A DESTINATION DE : JOUR : HEURE : <input type="text"/>
<u>N° CAR :</u>	<u>N° CAR :</u>