



Balades et Randonnées

La Hague

-enCotentin-

Terre de randonnées "4 saisons"

DOSSIER DE PRESSE 2011



Contacts Presse : Jennifer JEAN – Agence SECTEUR OUEST
Tél : 01 40 130 130 / jennifer.jean@secteur-ouest.com
Adeline AUBERT – Office de Tourisme de la Hague
Tél : 02 33 01 83 97 / animation@lahague.org

www.lahague-tourisme.com



LA HAGUE, TERRE DE RANDONNEES

Parmi toutes les activités de la région, sports et loisirs, la randonnée reste la plus belle des façons de découvrir la région à travers ses paysages sauvages et spectaculaires, balayés par les vents. Ponctuée de sites remarquables, la Hague offre des lieux éblouissants et originaux qui en font une région incontournable pour les habitués de la randonnée. Que ce soit seul ou en groupe, avec un guide ou en toute liberté et quel que soit le niveau, tout est permis !



Crédit : Exspen

LA HAGUE... A VOS PIEDS !

L'été, plusieurs randonnées pédestres thématiques sont organisées par l'Office de Tourisme de la Hague : Il s'agit de parcours d'environ 7 km d'une durée d'environ 4h00 (dont 2h30 de marche effective), avec 1 ou 2 visites ou rencontres pendant la randonnée, qui s'achève par un goûter. Elles sont proposées de mi-avril à mi-septembre (en juillet et août, trois randonnées par semaine en moyenne) et s'adressent aussi bien aux habitants qu'aux touristes!

Au programme cette année :

La Hague, un Décor de Cinéma : inspirés par le décor naturel de la Hague de nombreux réalisateurs français ou étrangers sont venus poser leur caméra, pour y tourner des films inoubliables. Au fil des sites, les randonneurs peuvent s'immerger dans leurs univers cinématographiques ! Au fil des sites, les randonneurs pourront s'immerger dans ces décors naturels qui ont séduit les réalisateurs du 7^{ème} art.

Quand : mardi 19 juillet, mercredi 27 juillet, mercredis 3 et 10 août, vendredi 19 août et mardi 30 août 2011

Où : Rendez-vous à 13h45 au Parking du Manoir du Tour à Omonville-la-Rogue.

Manoirs et Fleurs de la Vallée de la Scye : manoirs et moulins, fleurs de saison et vivaces révéleront leur éclat et leur charme insoupçonnés, au détour des sentiers bocagers, qui sillonnent Pierreville et Saint Germain le Gaillard.

Quand : dimanche 22 mai, mercredi 20 juillet, mardi 26 juillet, vendredi 5 août, mardi 16 août, vendredi 26 août 2011

Où : Rendez-vous à 13h45 au Parking de l'Église de Pierreville.

Urville-Nacqueville à la Belle Époque : pour remonter le temps jusqu'au début du XX^{ème} siècle et partir en villégiature à Urville-Nacqueville. On y découvre les trésors et les vestiges de cette station balnéaire réputée, petit Deauville de la Hague, datant de la Belle Époque.... La balade est agrémentée de la visite du jardin de la Blanche Maison (juillet et août).

Quand : dimanche 24 avril, samedi 4 juin, mardi 5 juillet, vendredis 15 et 22 juillet, mardi 2 août, vendredi 12 août, mercredis 24 et 31 août 2011

Où : Rendez-vous à 13h45 au Parking de l'École Primaire du Bord de Mer (le long du RD45).

Les saveurs du terroir s'invitent au Château : cette balade se fait au départ du bourg du Rozel, et se poursuit par une visite du GAEC de La Mielle, puis découverte des coulisses de la fabrication du miel avant d'achever le parcours dans la cour du Château du Rozel dans laquelle on assiste à la fabrication du pain à l'ancienne (juillet et août). Authenticité et tradition seront au rendez-vous

Quand : dimanche 1^{er} mai, dimanche 15 mai, dimanche 12 juin, jeudis 14 et 28 juillet, jeudis 4, 11, 18 et 25 août, jeudi 1^{er} septembre et dimanche 11 septembre 2011

Où : Rendez-vous à 13h45 au Parking du Bourg du Rozel.





Cap de la Hague, sentinelle du bout du monde : Terre de naufrages balayée par les vents et tourmentée par l'incontournable Raz Blanchard depuis des siècles ; pour s'immerger dans l'histoire du Cap de la Hague, des prémices du sauvetage en mer à nos jours

Quand : dimanche 17 avril, dimanche 8 mai, dimanche 29 mai, dimanche 26 juin, mercredis 6 et 13 juillet, jeudi 21 juillet, vendredi 29 juillet, mardi 9 août, mercredi 17 août, mardi 23 août et dimanche 4 septembre 2011.

Où : Rendez-vous à 13h45 au Parking de la Salle des Fêtes d'Auderville.

Les 44 randonnées sont proposées et se déroulent comme suit :

- Durée d'environ 4 heures (dont 2h30 de marche effective) – visites incluses
- Difficulté de la randonnée : dénivelés parfois importants (inaccessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite), Attention ! Chaussures de marche ou de randonnée Obligatoires.
- Fin de la randonnée prévue vers 18h avec un goûter
- Tarif : 5 €/personne
- Réservation indispensable auprès de l'Office de Tourisme de la Hague - 02 33 52 74 94 ou au 02 33 52 81 60 (Nombre de places limité)

RANDONNEES SPORTIVES DANS LA HAGUE

L'Office de Tourisme de la Hague et Laurent Bellée proposent 4 randonnées sportives en 2011 sur le territoire de la Hague. Sous forme de boucles, ces randonnées sont toutefois réservées aux marcheurs aguerris et physiquement entraînés à suivre un rythme soutenu.

Description des parcours :

Boucle Landemer – Port Racine : 35 km – 5h30, le 10 avril

Départ dès 8h30 du parking de Landemer en direction de Port Racine par le GR 223 puis retour par l'intérieur en passant par la Maison Jacques Prévert, le Mont Clin, le Manoir du Tourp et la Maison Natale de Jean-François Millet.

Boucle Port Racine – Nez de Voidries: 33 km – 5h15, le 22 mai

Départ Port Racine dès 8h30 en direction du Nez de Voidries par le GR 223 puis retour par l'intérieur en passant par le village de Merquetot , l'église de Saint-Germain-des-Vaux, la Maison Jacques Prévert et le Mont Clin.

Boucle Vauville – Nez de Voidries: 31 km – 5h35, le 26 juin

Départ dès 8h30 du parking d'Herquemoulin en direction du Nez de Voidries par le GR 223 puis retour par l'intérieur en passant par les Pierres Pouquelées, le Prieuré St Hermel, la Grande Vallée et la Crecque.

Boucle Siouville-Hague - Vauville: 36 km – 5h38, le 17 juillet

Départ place de l'église de Siouville-Hague dès 8h30 en direction de la mare de Vauville par le GR 223 puis retour par l'intérieur en passant par le calvaire des Dunes, le pont Helland.

Informations pratiques :

- Randonnées guidées gratuites
- Réservations obligatoires à l'Office de Tourisme de la Hague
- Maximum 15 personnes
- Chaque participant doit prévoir de bonnes chaussures de randonnée, 2 litres d'eau minimum, son déjeuner pique-nique et de quoi grignoter et l'équipement nécessaire suivant la météo





Pour une aventure encore plus insolite, l'exploration des grottes !



Crédit : OTH

A travers des paysages grandioses, au pied des falaises réputées parmi les plus hautes et les plus vieilles d'Europe, une aventure originale, à mi-chemin entre la rando et la spéléo, est proposée par des guides expérimentés de la région. Cette escapade dans les rochers libérés par la marée, permet d'explorer les grottes de Jobourg, durant 4 heures ou plus.

Deux associations proposent l'exploration de ces grottes :

EXSPEN propose des activités pour individuels ou groupes en Presqu'île du Cotentin toute l'année. L'association est issue d'une initiative locale. Non affiliée à une fédération, elle a choisi pour ses encadrements de faire appel à un personnel diplômé d'Etat cadre sportif et de l'animation de niveau IV.

Tél : 06 31 45 25 80 - www.exspen.com

A LA DÉCOUVERTE DE LA HAGUE est une association qui fonctionne avec des bénévoles et qui propose des randonnées toute l'année sur les nombreux sentiers du pays. A l'occasion des grandes marées, des randonnées sportives sont organisées dans les rochers de la côte libérés par la mer.

Pour individuels regroupés sur dates fixes de mi-juillet à mi-septembre.

Tél : 02 33 53 86 12 / 06 12 42 86 97 www.decouverte-de-la-hague.new.fr

4 jours, 4 étapes pour découvrir la presqu'île de la Hague...

Le Tour des Caps de la Hague fait son grand retour du 2 au 5 juin 2011

Guidés et accompagnés par les animateurs brevetés du Comité Départemental de Randonnée Pédestre et des associations locales, les randonneurs profitent d'une ambiance détendue et chaleureuse pour parcourir les 67 km de côtes. Plusieurs animations ponctuent la randonnée, telles que pique-nique insolite ou apéritif accompagné de jazz manouche...

Détails sur <http://www.rando50.fr/uploads/pdf/Sejours/TOUR%20MSM%20hague%202011%20petit%20format.pdf>





LA RANDONNÉE CYCLO

De nouveaux horizons s'offrent aux visiteurs avec le cyclotourisme. Les routes et chemins de la région sont pour la plupart accessibles aux vélos avec 2 circuits proposés par l'OTH.

Les voies vertes

La communauté de communes de la Hague a mis en place 3 boucles vélo d'intérêt local qui conjuguent l'utilisation de petites routes départementales et communales peu fréquentées et la découverte des sites et lieux d'intérêt touristique ou culturel du cap de la Hague. Sur une partie de l'itinéraire, la route est partagée. Conçus pour un large public, les circuits se parcourent en trois ou quatre heures.

La station VTT GPS

Parcourir la Hague à VTT est désormais facile grâce à la mise en place d'une Station VTT GPS par l'Office de Tourisme de la Hague. **14 boucles de randonnée VTT** sont proposées avec des distances comprises entre 13 et 41 kms, classées par niveaux de difficulté, afin d'être accessibles à tous.

Ces circuits sont **téléchargeables gratuitement** sous forme de tracés GPS sur le site de l'Office de Tourisme de la Hague (www.lahague-tourisme.com) : une fois les coordonnées entrées dans son propre GPS, la Hague se découvre en toute liberté!

Pour ceux qui ne possèdent pas de GPS personnel, des GPS avec l'intégralité des circuits pré-chargés sont **disponibles à la location** dans les Points Infos de l'office de tourisme de la Hague.

Manche Tourisme (CDT Manche) a également édité une brochure présentant toutes les boucles de randonnées à pratiquer à vélo : http://www.mancherandonnee.com/iso_album/manche-velo.pdf

Location de Cycles

Il est possible de louer une bicyclette ou un VTT sur place
Oxy'clos Loisirs – 1, place du Petit Bourg - Les Pieux - Tél : 02 33 52 54 34

LA RANDONNÉE ÉQUESTRE

Les circuits

Une idée insolite pour partir sur les traces du chevalier de la lande, qui hante la campagne de la Hague les nuits de tempête. Ce long circuit peut aussi se pratiquer en vélo. Jalonné de nombreux sites intéressants, il livre les différents visages de la Hague : sauvage ou industrielle, poète ou préhistorique...

Plus de détails sur le circuit (balisage, difficulté...), les points remarquables à proximité et téléchargements sur Manche Tourisme – Loisirs Randonnée GPS : www.manchetourisme.com/gps/
Circuit n°6741: Le Cap de la Hague à cheval

Les centres équestres

Centre équestre de la Valette :

Cavaliers ou simples passionnés, partiront à la découverte des chevaux et de leurs activités (horse ball, poney game ou voltige). Pour les amateurs du grand air et de la mer, le centre équestre de la Valette propose des promenades sur la plage et à la campagne, des randonnées équestres de 1 à 2 jours...

Plus d'informations : 744 rue Saint-Laurent – 50460 Urville-Nacqueville – Tél : 02 33 03 57 69

Complexe hippique les Pieux :

Le complexe hippique des Pieux propose des cours adaptés à tous les niveaux et selon les aspirations de chacun, des randonnées à cheval et en attelage. Débutant ou confirmé, passionné de dressage, de sauts d'obstacles, de horse-ball ou à la recherche de balades en campagne ou sur la plage, chacun trouvera le style d'équitation qui lui convient, dans un environnement privilégié et avec un encadrement de qualité.

Plus d'informations : 22 les Landelles – 50340 Les Pieux – Tél : 02 33 10 18 82





SUR L'EAU

Les balades et randonnées nautiques proposées

Envie de s'échapper le temps de quelques heures et quitter la terre ferme ? prenez donc le large à bord d'un kayak, d'un voilier, d'un catamaran... et venez découvrir la Hague côté mer dans un cadre exceptionnel. Le littoral haguais offre une palette d'activités nature et découverte liées au vent et à la mer à tous les férus de navigation mais aussi aux amateurs.

Les centres nautiques

Assun Voile

Ici, c'est une véritable découverte des sports nautiques avec tout un panel d'activités sportives en stages et locations : planche à voile, catamaran, stand up, goélette, char à voile, skimboard, bouée tractée, location de zodiac.

Des stages pour les 5-7ans, 8-10 ans ainsi que pour les +10 ans sont proposés à toutes les vacances. Enfants, ados, adultes, à chaque âge correspond une activité nautique.

Parmi les nouveautés, la possibilité de passer le permis bateau type côtier sur une formule week-end.

L'ASSUN organise également des compétitions de planche à voile tout au long de l'année.

Plus d'informations : Le Fort 50460 Urville-Nacqueville - Tél : 02 33 03 30 52 www.assunvoile.com

Ycor

L'école de Voile d'Omonville La Rogue permet de naviguer dans un environnement très agréable, le long des falaises entourant la baie de Quervièrre. Débutant ou confirmé, la voile ou le kayak se pratiquent au départ du port du Hâble, port en eau profonde de la Hague.

Plus d'informations : Port du Hâble – 50440 Omonville la Rogue – Tél : 02 33 52 64 93 www.voileomonville.fr

Centre nautique de Diélette

Situé au cœur de Port-Diélette, le centre nautique propose de nombreuses activités comme le catamaran, le dériveur, la planche à voile ou le kayak de mer. Grâce à des formules adaptées et un choix multiple de supports, le centre nautique permet à chacun de pratiquer la voile ou le kayak, selon son niveau et ses envies.

Plus d'informations : Le Port – 50340 Flamanville – Tél : 02 33 52 61 82 – www.cn-dielette.org

Centre d'activités voile et vent

Chars à voile, chars à cerfs volants, speed sail, ... les sports de bord de mer sont désormais accessibles à tous grâce au nouveau centre d'activités voile et vent. En pleine expansion sur le littoral, ces pratiques ont enfin trouvé une structure idéale pour répondre aux attentes des nombreux sportifs débutants ou confirmés. Le centre intervient en complément des activités de glisse et nautique déjà pratiquées sur le territoire (surf à Siouville, voile à Diélette, ...) et constitue un véritable pôle touristique.

Plus d'informations : Sciotot – 50340 Les Pieux – Tél : 02 33 04 81 74 – www.oslc-lespieux.fr

Pôle Nautique Cherbourg-Hague

Le pôle Nautique Cherbourg-Hague vous aide à organiser vos séjours et week-ends. Toute l'année avec plus de 20 activités à découvrir en Cotentin: aviron, char à voile, kayak de mer, planche à voile, surf, catamaran, dériveur, ski nautique, paddleboard, kite surf, waveski, ulm, vol à voile, plongée, randonnée... contactez-nous

Plus d'informations : Office de tourisme de Cherbourg Cotentin – quartier Chantereyne – 50100 Cherbourg-Octeville
Tél: 02 33 78 19 29 – www.cherbourg-hague-nautisme.com





DES SEJOURS RANDO « CLÉ EN MAIN »

Randonnée découverte - 2 jours/1 nuit, à partir de 65€ / personne

Pour un séjour convivial dans une région aux multiples facettes. Un topoguide contenant plus de 30 circuits est fourni avec plusieurs types de randonnées (littoral, intérieur du pays). Hébergement et repas à l'image du Cap de la Hague : dans une ambiance chaleureuse.

Ce séjour comprend : une nuit en chambre d'hôtes avec petit-déjeuner, un dîner (à choisir parmi 4 restaurants) et un Topoguide.

Randonnée confort - 2 jours/1 nuit, à partir de 154€ / personne (base groupe 10/15 pers) en hôtel **

Un accueil privilégié dans un hôtel situé face à l'Anse Saint-Martin marque le début du séjour dans la Hague. Un guide accompagnera le groupe pour lui faire découvrir en chemin l'histoire et les légendes de la région. En fin de randonnée, détente et relaxation seront au programme à l'espace forme de relaxation du centre aquatique "Océalis".

Ce séjour comprend : une nuit en hôtel** avec petit-déjeuner, les déjeuners (2 jours+ boissons comprises dans 5 restaurants de la Hague au choix), l'accès au centre aquatique « Océalis » et un guide.

Adrénaline et émotions - Séjour 2jours/1 nuit, à partir de 112 € / personne en hôtel 1* ou 2*

Randonnée, équitation, sports nautiques... une palette d'activités à pratiquer toute l'année au milieu d'un décor naturel d'exception est proposée aux visiteurs. Pour faciliter l'accès à ces différentes activités, l'hôtel est situé à proximité des sites sportifs et des chemins de randonnée.

Ce prix comprend : une nuit d'hôtel (* ou**) en demi-pension, une balade à cheval, une activité nautique au choix (char à voile, aviron de mer ou kayak de mer) et un topoguide.

La Hague en toute liberté - Séjour 2 jours/1 nuit, à partir de 77 € / personne

Cette formule permet de visiter la région en toute liberté. Les visiteurs munis d'un topoguide préalablement envoyé par l'OT de la Hague, prendront possession de la voiture de location dès l'arrivée en gare de Cherbourg.

Ce prix comprend : une nuit en hôtel ou chambre d'hôtes, le petit-déjeuner, le dîner (hors boissons), un topoguide et la location d'un véhicule de 5/9 places.

La Hague à vélo – Séjour 3 jours/2 nuits, à partir de 128 € / personne, chambre d'hôte 2 épis

Formule idéale pour découvrir la région en vélo, en pension complète, base 2 personnes / chambre

TREK PHOTO : La Hague, entre Terre et Mer – Séjour 2 jours/1 nuit, à partir de : 359 € / personne

Un cadre spectaculaire pour tous ceux qui veulent allier leur passion pour la photo en profitant de cours de technique.

Dates 2011 : 16 et 17 avril / 21 et 22 mai /25 et 26 juin /10 et 11 septembre

Hébergement à l'hôtel en pension complète / Base 8 personnes (en chambre double ou twin)

Informations et Réservations :

Office de Tourisme de la Hague – Fabienne Leprieur – Tél : 02 33 01 86 15 - sejours@lahague.org

Adresse commerciale : Cotentin Tourisme

Gare Maritime Transatlantique – 50100 CHERBOURG – Tél : 02 33 43 21 77 – <http://www.cotentin-tourisme.com>
Association de tourisme ag.050. 05. 0001. / Siret : 428 133 086 00010 – Code APE 633 Z

A noter : Ne sont pas comprises dans ces offres : l'assistance rapatriement/annulation, la taxe de séjour, les dépenses personnelles.





LA HAGUE

Péninsule bordée par les rivages de la Manche, à l'ouest du Cotentin, comme l'écrit Didier Decoin de l'Académie Goncourt, la Hague est « *un conte aux pages de bruyères serties dans une reliure de granit* ».

Terre de contrastes et de lumières, la Hague est une région sauvage et préservée. Du plus modeste jardin au plus prestigieux parc de château, la Hague recèle de précieux trésors botaniques, nichés dans des vallons ou exposés aux vents du large...



Pour aller plus loin... un site Internet dédié : www.lahague-rando.fr

Un nouveau site Internet consacré à la randonnée pédestre est prévu en 2011. Ce site, avec ses cartographies, ses descriptions des parcours, ses guides et autres, permettra de planifier les journées randonnées pour profiter sereinement des kilomètres de sentiers balisés.

Informations Grand Public :
Office de Tourisme de la Hague
Tél : 02 33 52 74 94
www.lahague-tourisme.com

