

Informations traversée des grèves du Mont St Michel Dimanche 28 Septembre 2014



Cette journée est ouverte à tous les membres des établissements catholiques de Basse-Normandie, leurs familles et amis : il n'y a pas besoin de s'inscrire.

Cette journée est gratuite : l'Apel Basse-Normandie est heureuse de vous l'offrir.

A prévoir :

Pour votre confort, la traversée se fait **pieds nus** et **en short** afin de marcher plus aisément dans la tange et l'eau.

Dans votre sac à dos, prévoir :

- un **gilet**, un **vêtement imperméable**, toujours utiles en cas de vent et/ou de pluie,
- une paire de **chaussures** que vous pourrez chausser à votre arrivée au Mont,
- un **goûter** car le grand air et la marche, ça creuse !!

Avant de vous lancer dans cette traversée, un pique-nique est prévu au Bec d'Andaine (à chacun de le prévoir).

Horaires :

Comme vous vous en doutez, nous sommes dépendants des horaires de la marée pour l'aller comme pour le retour. Nous resterons environ 1h au Mont St Michel. Dès l'arrivée au Mont St Michel, bien se renseigner de l'heure de retour. **Ne vous engagez pas dans des visites.**

Très important :

Au cours de la traversée, deux petites rivières sont à traverser : la Sélune et la Sée. Selon la météo des semaines précédant notre traversée, le niveau d'eau de ces rivières est plus ou moins haut. **Si le niveau est haut, les enfants peuvent avoir de l'eau à la ceinture.**

Cette traversée comprend l'aller **ET** le retour, soit **14 km**. Si des personnes souhaitent faire uniquement l'aller, elles doivent s'organiser pour qu'une personne les attende au Mont St Michel. L'Apel Basse-Normandie n'affectera pas de car pour revenir au parking du Bec d'Andaine. Même si cette marche est accessible au plus grand nombre, **il est prudent de tenir compte de la distance et de la nature du terrain (tange, rivière)**. De même, pour les enfants, l'Apel Basse-Normandie ne souhaite pas fixer d'âge minimum. Vous seuls savez s'ils sont capables de faire cette marche ou pas.

Si quelques jours avant la traversée, les conditions météorologiques étaient très mauvaises et que vous souhaitiez savoir si la traversée est maintenue, vous pourrez

- Appeler le secrétariat de l'Apel Basse-Normandie au 02.31.94.62.22 : un message sera enregistré
- Appeler la « *Découverte de la Baie du Mont St Michel* » au 02.33.70.83.49
- Consulter le site de l'Apel Basse-Normandie www.apelbassenormandie.fr

Afin que cette traversée se passe au mieux, il est important que chacun respecte les horaires et les consignes de sécurité. L'Apel Basse-Normandie ne saurait être tenue responsable de déficiences physiques ou autres soucis (perte d'un vêtement ou de papiers, ...) affectant un participant lors de cette traversée.