

MARCHE AU CAP FREHEL

Sur le sentier des douaniers

Par Gérard Fabrot et Nadine Deletrain

Départ en voiture le samedi 13 juin de Montreul Au Bois pour rejoindre le gîte "Les Guillemots" à Plevenon-Couffret Cap Fréhel. Le voyage se passe sans encombre et arrivons à bon port.



Nadine et Gérard perdus au milieu des épilobes

Après une bonne nuit réparatrice, malgré le brouillard, nous chaussons nos bottines pour un petit échauffement d'une dizaine de kilomètre sur le sentier des douaniers près du Cap Fréhel. Peu à peu le soleil arrive à percer le brouillard pour laisser place à d'impreunables vues sur le Cap. Nous en profitons pour faire la visite du phare.

Lundi 15 juin. Marche du Cap Fréhel au Fort-la-Latte. Sous un soleil généreux, nous empruntons de nouveau



Vue du Fort-la-Latte

le sentier des douaniers bordé de bruyère et de d'épilobes. Nous en profitons pour y visiter le Fort-la-Latte qui est en restauration.

Le château de Fort-la-Latte, situé à la pointe du même nom, en face du cap Fréhel dans le département des Côtes-d'Armor, est l'un des plus célèbres châteaux bretons. Remarquable par sa situation sur un cap rocheux, face à la mer, il a servi de décor à de nombreux films

Mardi 16 juin. Départ en voiture pour Dinan et visite pédestre de la vieille ville de Léhon ainsi que promenade sur le sentier à la pointe décollée en côte d'Emeuraude

Mercredi 17 juin. Anniversaire de Nadine. Que lui offrir?



Gérard contemplant les magnifiques paysages depuis le GR 34

Euréka j'ai trouvé! 4 h00 de marche du cap d'Erquy à la réserve ornithologique du Verdelet. Rassurez vous elle était enchantée. Les cadeaux les plus simples ne sont – ils pas les plus beaux !

Au retour, suite aux indications reçues, nous sommes partis à la recherche des guillemots qui sont en pleine nidification.

Il se propulse sous l'eau à l'aide de ses ailes.

Son comportement est spectaculaire. Il se laisse flotter à la surface de l'eau et met d'abord la tête sous l'eau pour s'assurer que le champ est libre avant de plonger. Il se propulse sous l'eau à l'aide de ses ailes, et descend rarement à plus de 40 m de profondeur. Il se nourrit surtout de petits poissons et de crustacés, mais aussi de mollusques et de vers marins. Son cri, que l'on peut entendre sur les sites de nidification, est un sifflement aigu.

Nous avons passé d'agréables vacances dans cet endroit merveilleux en marchant sur tous les sentiers et GR du Cap Fréhel.

Ami de la nature, l'endroit y est merveilleux pour sillonner en long et en large les paysages les plus sauvages d'une beauté inégalable.

Toute bonne chose a une fin, nous retournons à l'ombre du Trou Robin et de Notre Dame des Joyaux à Montreul Au Bois sous une légère pluie.