

PRATIQUE

Informations parcours nautique

La pratique du kayak en mer nécessite une connaissance de la navigation en mer

Embarquement

Pointe du Grouin du sud.
N 48°39.290'W001°26.693'

Débarquement

Carolles plage.
N 48°45.553'W001°34.341'

Conseils de navigation

Embarquement possible pleine mer (hauteur d'eau 10 m minimum). Parcours exposé au vent fort (sud ouest - nord ouest). La baie se vide rapidement à partir de la 2ème heure de la marée descendante. Les forts courants de marée, les courants de la Baie, les bancs de sable changeants rendent la navigation parfois sportive.

Consignes de sécurité

Savoir nager 25 mètres et s'immerger / Port du gilet de sauvetage homologué obligatoire / Prévoir des chaussures fermées / Prudence à l'approche de certains ouvrages / Suivre les instructions de la fiche et les conseils délivrés par les loueurs / Informer les proches et la station SNSM de Genêts : Tél. 02 33 58 14 77.

Avant de partir

Vérifier les heures de marées et leur coefficient : <http://maree.info/>
Vérifier la force du vent et sa direction par rapport aux courants : www.windguru.cz
Prévoir un transfert de voiture pour le retour.

Balades nautiques encadrées

Kayak La Baie du Mont-Saint-Michel
2A, rue de la Bulaine
50530 DRAGEY
Tél. 06 08 77 04 37
kayaklabaie@orange.fr
www.kayaklabaie.com

INFOS

Retrouvez la liste des hébergements et des restaurants auprès des offices de tourisme.

À VOIR

• L'Ecomusée de la Baie du Mont Saint-Michel à Vains - Saint Léonard

Route du Grouin du Sud
Tél. 02 33 89 06 06
musee.vains@manche.fr
www.patrimoine.manche.fr

A découvrir l'exposition permanente intitulée "les hommes, la nature et les paysages de la Baie" et des expositions temporaires et animations toute l'année.



Baie du Mont Saint-Michel

• La pointe du Grouin du sud à Vains - Saint Léonard

Elle est constituée par les plus vieilles roches de la Baie. Ces roches forment maintenant un cap effilé qui marque la frontière entre les estuaires de la Sée, de la Sélune et les immensités des grèves de la Grande Baie. Couvert de lichens orange et profondément carié par le sel, ce cap est aussi un formidable belvédère pour observer le grand phénomène de la Baie, le mascaret.

• La Baie, classée Zone de Protection Spéciale (ZPS)

pour les oiseaux est un site d'importance européenne et nationale majeures pour les oiseaux locaux, pour les migrateurs et particulièrement pour les hivernants. De nombreux oiseaux, échassiers, canards, oies-bernaches profitent du climat doux pour hiverner ici.



Pointe du Grouin du sud

Dans la Baie, la vie est partout sous de multiples formes : crevettes et autres petits animaux remontent lors de marées pour se nourrir de minuscules organismes qui recouvrent les sédiments. On pêche la crevette en traînant des filets sur le sable. Les bancs de sable sont également très riches en coques qui se signalent à la surface par deux petits trous accolés. La faune marine est diversifiée dans la Baie avec la présence du grand dauphin et le phoque veau marin qui colonise les bancs de sable à marée basse.



Pour plus d'informations

OFFICE DE TOURISME MONT-SAINT-MICHEL NORMANDIE

Bureau de Genêts
4, place des Halles
Tél. 02 33 89 64 00
genets.tourisme@ccamsm.fr
www.tourismebaiemontstmichel.com

OFFICE DE TOURISME GRANVILLE TERRE ET MER

Bureau de Carolles
6, rue des Jaunets
Tél. 02 33 61 92 88
information@otgtm.fr
www.tourisme-granville-terre-mer.com

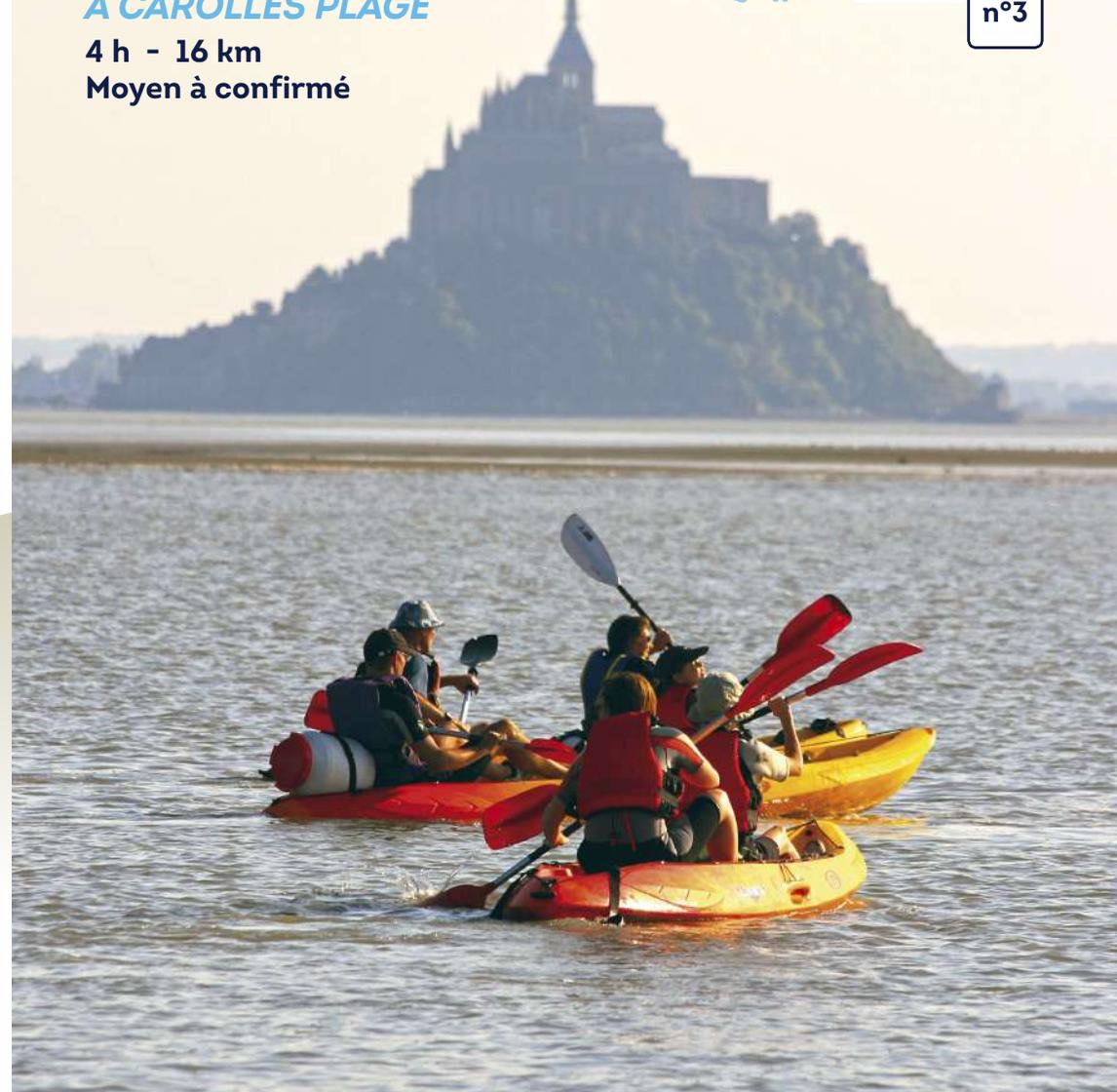
Création : R2Pub - © Photos : I. Wood / S. Barrault / CDT50
© Illustrations : J.C. Goubert / 06/17

LA BAIE DU MONT SAINT-MICHEL DE LA POINTE DU GROUIN DU SUD À CAROLLES PLAGE

4 h - 16 km
Moyen à confirmé



n°3



Le Mont Saint-Michel est situé au milieu d'une baie de 40 000 hectares, traversée par trois rivières - le Couesnon, la Sée et la Sélune - et balayée deux fois par jour par les marées. La mer se retire à grande vitesse sur une dizaine de kilomètres, et revient aussi vite.

La Manche
CHANGEZ DE POINT DE VUE



De la **Pointe du Grouin du sud** à **Carolles plage**

