

## PRATIQUE

### Informations parcours nautique

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

### Embarquement / débarquement

Cale plage St Michel à Saint-Jean-le-Thomas.

N 48° 43.603' W 001° 31.603'

### Conseils de navigation

Arrivée conseillée à Saint-Jean-le-Thomas entre 2h avant la pleine mer et 1h après la pleine mer.

### 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](http://www.windguru.cz)



Rencontre d'un phoque

### 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](mailto:kayaklabaie@orange.fr)

[www.kayaklabaie.com](http://www.kayaklabaie.com)



Les falaises de Champeaux et bancs d'hermelles

## INFOS

### Hébergement à Saint-Jean-le-Thomas

• Hôtel-Restaurant Des Bains\*\*  
Tél. 02 33 48 84 20  
[www.hotelrestaurantdesbains.com](http://www.hotelrestaurantdesbains.com)

• Hébergement de groupe  
l'Etoile de la mer  
Tél. 02 33 48 84 24  
[www.etoiledelamer.org](http://www.etoiledelamer.org)

• Camping municipal\*\*  
Tél. 02 33 48 84 02

• Locations de meublés et gîtes  
[www.manchetourisme.com](http://www.manchetourisme.com)

### Restauration à Saint-Jean-le-Thomas

• Le Bru'lot  
Tél. 02 33 60 23 38

• Le jardin des Dunes  
Tél. 02 33 68 28 20

## À VOIR

• Les pêcheries néolithiques et médiévales entre Saint-Jean-le-Thomas et Champeaux.



Pêcheries médiévales

• Les trois cabanes Vauban en haut de la falaise : Carolles, Champeaux et Saint-Jean-le-Thomas.

• Les falaises de Carolles et Champeaux qui atteignent en moyenne 60 à 70 m de hauteur sont couvertes de landes à bruyères, ajoncs, genêts et de pruneliers. Elles abritent des vers marins (hermelles), des espèces rares de papillons, de colléoptères et d'orthoptères (criquets et grillons).



La cabane Vauban



## Pour plus d'informations

### OFFICE DE TOURISME MONT-SAINT-MICHEL NORMANDIE

#### Bureau de Saint Jean-Le-Thomas

13, rue Pierre Le Jaudet

Tél. 02 33 70 90 71

[saintjeanlethomas.tourisme@ccamsm.fr](mailto:saintjeanlethomas.tourisme@ccamsm.fr)

[www.tourismebaieimontstmichel.com](http://www.tourismebaieimontstmichel.com)

### OFFICE DE TOURISME GRANVILLE TERRE ET MER

#### Bureau de Carolles

6, rue des Jaunets

Tél. 02 33 61 92 88

[information@otgtm.fr](mailto:information@otgtm.fr)

[www.tourisme-granville-terre-mer.com](http://www.tourisme-granville-terre-mer.com)

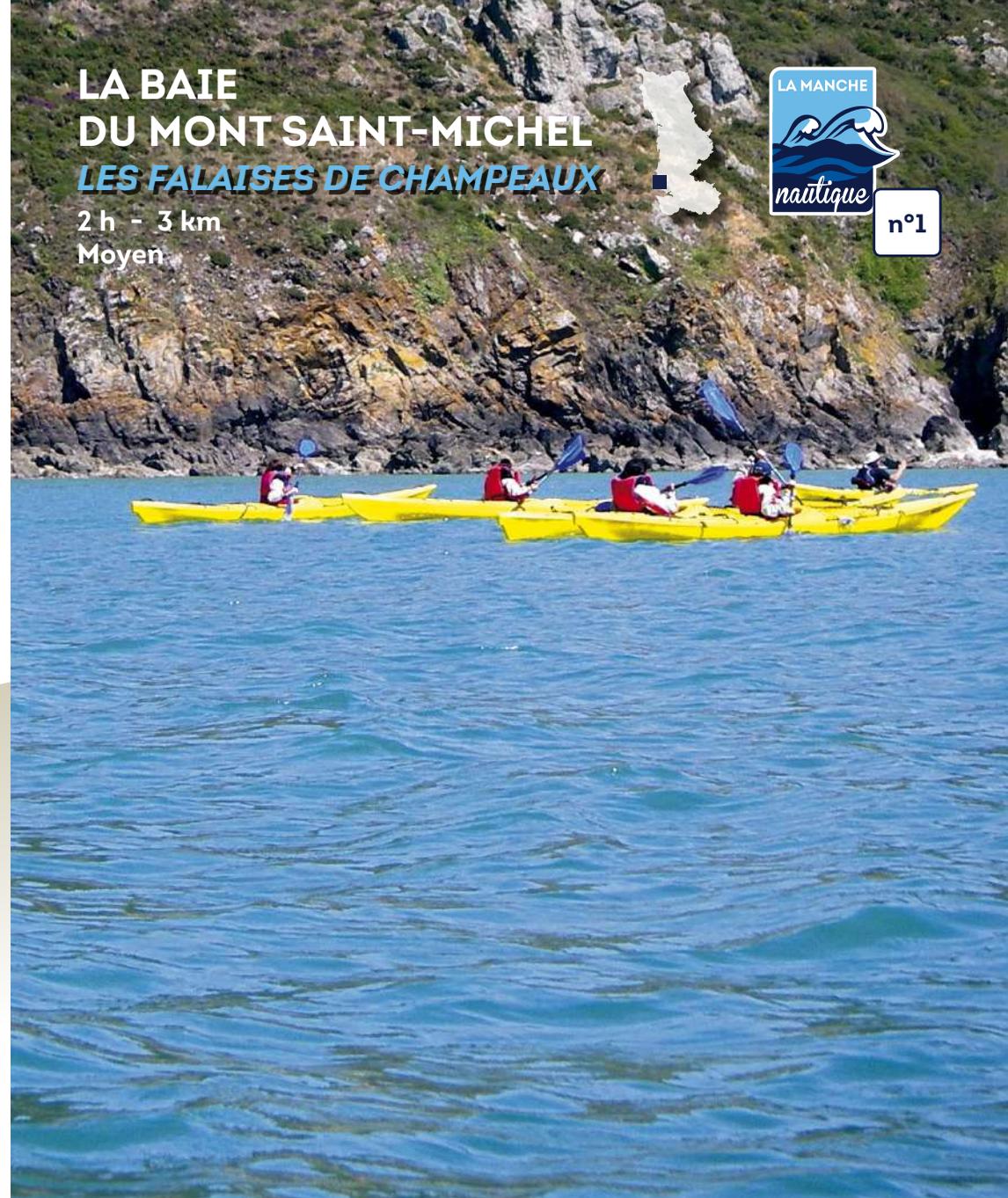
Création : R2Pub - © Photos : I. Wood / C. Coue / R. Nourrigat / S. Barraut - © Illustrations : J.C. Goubert / 06/17

# LA BAIE DU MONT SAINT-MICHEL LES FALAISES DE CHAMPEAUX

2 h - 3 km  
Moyen



n°1



Au départ de la plage de Saint-Jean-le-Thomas, vous approcherez les falaises de Champeaux pour sentir l'odeur des ajoncs et des genêts fleuris. Vous longerez les plages du littoral, tout en gardant une vue sur le Mont Saint-Michel, où vous aurez peut-être la chance de rencontrer un phoque.

La Manche  
CHANGEZ DE POINT DE VUE



## Légende

-  Office de Tourisme
-  Restaurant
-  Camping
-  Autres hébergements
-  Parking
-  Embarquement / Débarquement
-  Sens de navigation

