



# Les deux pieds dans la tangu

## Informations importantes pour votre traversée Robinson Crusoë

### Présentation

Traverser la baie en étant le seul groupe à l'horizon, vivre la marée montante, pique-niquer au pieds d'un Ilot sauvage entouré par la mer, se baigner (selon la météo du moment), voilà se que je vous propose pour cette journée ! Pas mal hein ?

### Durée

Environ 6h

### Heure et lieu de rdv

Notre lieu de rendez-vous est la ferme du Manet qui se situe entre Genêts et Saint Léonard.



Tourner à gauche au panneau « traversées de la baie ». Une fois sur le terrain, tourner tout de suite à droite pour accéder au parking. Ne pas prendre le chemin qui va tout droit (zone privée). Coordonnées GPS : 48,680759,-1,461650

Veuillez arriver 1/4 d heure avant l'heure de départ de la traversée.

## **Conditions de traversée**

La traversée se déroule pieds nus ou alors en chausson néoprène quand les températures sont froides (plutôt pour les mois d'avril et d'octobre). Les modèles serrant la cheville sont les plus indiqués. Les modèles bas risquent d'être perdus dans la vase. Nous traversons des fleuves et des bras d'eau, il est nécessaire d'être en short.

Une bonne condition physique est requise pour effectuer une traversée. Le cheminement sur la tangua est très différent de la marche sur sentier car nous rencontrons différentes natures de sol au fur et à mesure de la balade (dur, mou, fouillant, glissant...). Les sorties sollicitent de ce fait plus les genoux, les chevilles et les hanches que de la randonnée classique. **Si vous avez des problèmes physiques particuliers merci de m'en faire part lors de la réservation ou au pire avant le départ .**

Quelque soit la météo annoncée, **prévoir des vêtements chaud** pour le haut du corps (pull, polaire, bonnet, gant) et un coupe-vent. En effet, la baie est un milieu sans obstacle pour le vent. Il arrive souvent que le temps permette d'être seulement en T-shirt sur les abords de la baie et que dans la baie ce ne soit pas du tout le cas. Il vaut mieux porter quelques centaines de grammes en trop que de se retrouver à avoir froid pendant plusieurs heures. D'un part cela gêne le moment, d'autre part cela peut avoir des conséquences au niveau sécurité (risque d'hypothermie).

Si il y a un grand soleil, ne pas oublier la crème solaire.

**Prendre de l'eau, du grignottage pour la route et un pique-nique.**

Si vous avez un chien, **veuillez prendre une laisse.**