



LE GUIDE DU TRAIN VERS LES DESTINATIONS SEA-EU

Limiter ses voyages en avion pour un
déplacement SEA-EU !

Le saviez-vous?

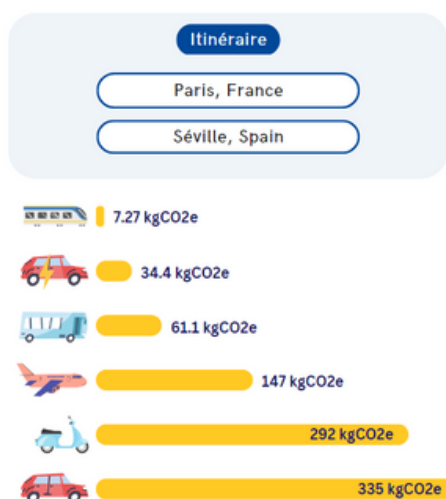
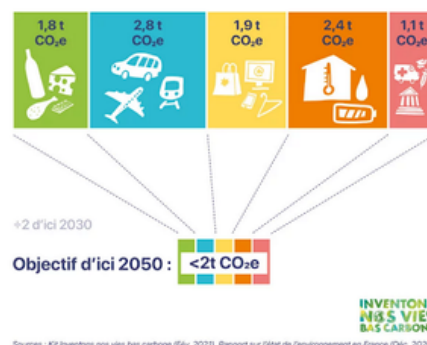
Les émissions humaines de CO2 sont un des facteurs principaux de l'effet de serre et du réchauffement climatique. Or, à distance équivalente, **un trajet en train est en moyenne 20 fois moins émetteur en CO2 qu'un trajet en avion.**

Pour voyager en Europe, il faut souvent emprunter plusieurs correspondances. Mais le temps passé dans les aéroports en transit et dans les contrôles de sécurité est parfois équivalent au temps passé dans le train pour le même trajet. Et même si le trajet en train prend plus de temps, on peut souvent mieux s'y concentrer pour travailler, lire, se dégourdir les jambes, regarder le paysage...

Objectif 2 Tonnes

Voici la consommation moyenne de CO2 par an et par européen. Les experts estiment qu'il faudrait limiter ce chiffre entre 1,6 tonne et 2,8 tonnes de CO2 par an pour limiter le réchauffement climatique en dessous de 2°C à l'échelle planétaire.

Empreinte carbone moyenne en France
10 tonnes de CO₂e/an/pers.



Les transports représentent une part importante de ces émissions, et sont donc un levier d'action majeur.

Ici, pour information, les émissions comparées d'un Paris-Séville en utilisant différents moyens de transport (source: [calculateur de l'ADEME](#)). Ce trajet en avion représente 7% de votre bilan annuel idéal. Le même trajet en train en représente 3%.

Vous êtes convaincu.e.s ?

C'est parti pour découvrir les possibilités pour traverser l'Europe en train !

Depuis Brest



Il y a également la ligne Brest-Montparnasse, puis transfert en navette ou en RER jusqu'à Charles de Gaulle.

Brest - Paris : Évitez un avion (114,5 kg de CO2) et systématisez le trajet Brest-Paris en train !

Tous les jours de la semaine, des trains au départ de Brest s'arrêtent directement à l'aéroport Roissy-Charles de Gaulle, en passant par Rennes. Le trajet dure environ 5h ; il y a trois départs dans la matinée, le premier part de Brest vers 5h20 et arrive à 11h10. Pour le retour, le dernier train au arrive à Brest vers 23h30.

Conseil

Évitez généralement les sauts de puce en avion. En cas de correspondances, favorisez le train sur les trajets les plus courts, pour ne prendre qu'un seul avion sur votre itinéraire !

Traverser l'Europe en train

Quelques sites vous permettent de faire des recherches d'itinéraires à travers l'Europe : les sites des compagnies ferroviaires allemande **Deutsche Bahn** ou autrichienne **ÖBB** fonctionnent très bien pour les recherches d'itinéraires internationaux. Pour consulter les trains de nuit en Europe, c'est sur **Back-on-track**.

Le site **Interrail/Eurail** est très riche en informations, avec une **liste des compagnies par pays** notamment. Il existe également une application pour téléphone.

Le **pass Interrail** vous permet de bénéficier d'un forfait de jours de trajets en train sur la plupart des lignes européennes, avantageux lorsqu'on prévoit un voyage en plusieurs étapes (exemple : un forfait de 4 jours de voyage sur un mois coûte 212€ pour un voyageur de moins de 27 ans).

Des sites intermédiaires comme **Rome2Rio** ou **trainline** sont de bons outils de planification (et de réservation de billets).

Les destinations



SEA-EU est une alliance d'universités européennes de 9 pays :

Découvrez comment partir à **Kiel** (Allemagne), **Naples** (Italie), **Split** (Croatie), **Faro** (Portugal), **Malte**, **Gdańsk** (Pologne), **Cadix** (Espagne), et **Bodø** (Norvège).

En train : Il est possible de faire l'intégralité du trajet en train en une journée.

Prévoir un départ à 7h et une arrivée vers 23h30. Différents itinéraires possibles *via* Hambourg ou Karlsruhe principalement.

Kiel



Naples



En train : Le trajet est possible en train sur une journée depuis Paris : départ 7h30, arrivée vers 18h50, en passant par Milan.

Autre option en moins de 24h : départ de Brest à 9h, arrivée le lendemain à Naples à 8h17 par le train de nuit entre Turin et Naples réservable sur [trenitalia](https://www.trenitalia.it).

Par train + un seul avion : Nantes-Naples, en vol direct, 3 vols par semaine avec Volotea, ou Brest-Paris en train puis Paris-Naples en avion.

Split



En train et en bus : Il faut prévoir 1 jour et demi. Un itinéraire possible : départ à 11h13 de Brest, arrivée le lendemain matin à Zagreb à 10h39 (**train de nuit** entre Zürich et Zagreb, partant à 20h40 et réservable sur **Nightjet**). Il n'y a qu'un train par jour entre Zagreb et Split (départ à 15h40). En revanche, il y a des bus réguliers (presque toutes les heures, environ 5h de trajet).

En train et en bateau : En train de Brest à Ancône via Genève et Milan par exemple (plusieurs itinéraires possibles). Il est possible de faire ce trajet Brest-Ancône dans la journée (départ à 5h, arrivée 23h) mais cela ne permet pas de prendre le ferry le soir même.

Plusieurs liaisons bateau par semaine, de nuit avec les compagnies **SNAV** ou **Jadrolinja**, départs à 19h ou 19h30. Arrivée tôt le matin à Split.

En prenant un seul avion: Brest-Paris en train, puis Paris Orly- Split en avion (à partir du mois d'avril, 3 à 4 vols par semaine avec Transavia)
Ou : Nantes- Split en avion à partir du mois d'avril (avec Volotea).

Faro



En train : Il faut prévoir 2 jours, avec une nuit à Barcelone : Brest-Paris, Paris-Barcelone, Barcelone-Madrid, Madrid-Séville, puis bus jusqu'à Faro.

En prenant un seul avion : Il existe un vol direct Brest-Porto avec Transavia, mais pas de train Porto-Faro permettant d'arriver le jour même. Le vol Nantes-Faro est direct, à partir d'avril, 3 fois par semaine.

Malte



En train et en ferry : Le trajet est possible mais prend trois jours minimum, en fonction des nombreuses correspondances.

En prenant un seul avion : Brest-Paris en train, puis Paris-La Valette en avion, via une ligne directe proposée plusieurs fois par jour.

Gdansk



En train : Il faut prévoir deux jours, avec escale nocturne à Berlin. Un itinéraire possible : départ à 6h30 de Brest, arrivée à Berlin à 19h30, via Francfort.

Avec le train de nuit jusqu'à Berlin, qui part à 19h12 et arrive à 8h24, on peut repartir de Berlin vers 9h50 et arriver à Gdańsk vers 15h30.

En avion : deux avions, parmi les itinéraires possibles : départ de Nantes ou Rennes-Gdańsk *via* Amsterdam, plusieurs options possibles depuis Paris également.

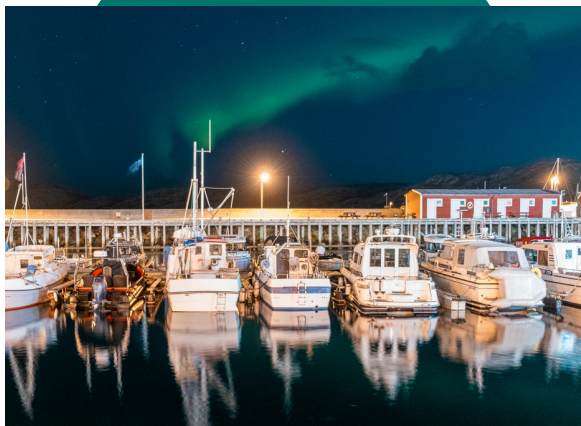
Cadix



Pour un trajet en train : Il faut prévoir 2 jours, avec une nuit à Barcelone (Brest-Paris, Paris-Barcelone, Barcelone-Madrid, Madrid-Séville, Séville-Cadiz).

En prenant un seul avion : A défaut de faire tout le trajet en train, il est possible de ne prendre qu'un seul vol : Brest-Paris en train, Paris-Séville en avion (vols quotidiens avec Vueling et Transavia), Séville-Cadiz en train ou Nantes-Séville avec Transavia.

Bodo



En train : Nous ne connaissons à ce jour pas de solution permettant de passer moins de 3 jours dans le train (Brest-Paris-Copenhague-Oslo-Bodø)... Le trajet Oslo-Bodø seul dure 27h avec deux correspondances.

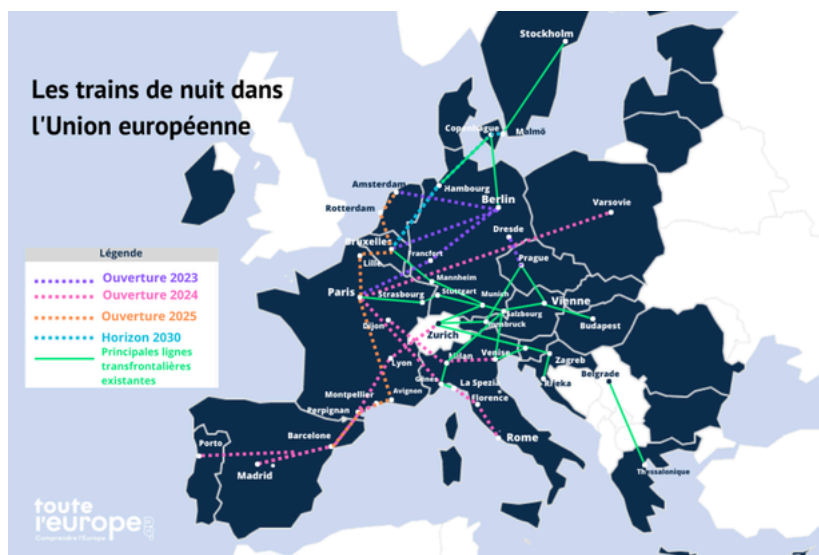
En avion : deux avions : Paris-Oslo et Oslo-Bodø.

Ce livret a été réalisé en avril 2023 et mis à jour en mars 2025. Tous les itinéraires et horaires indiqués sont susceptibles d'évoluer rapidement, et sont à vérifier directement auprès des compagnies de transports concernées.

Par ailleurs, et afin d'améliorer ce guide, n'hésitez pas à nous faire part de vos découvertes de nouveaux itinéraires.

Les lignes de trains de nuit à travers l'Europe sont actuellement en (re)développement, tenez-vous informés des nouvelles ouvertures de lignes.

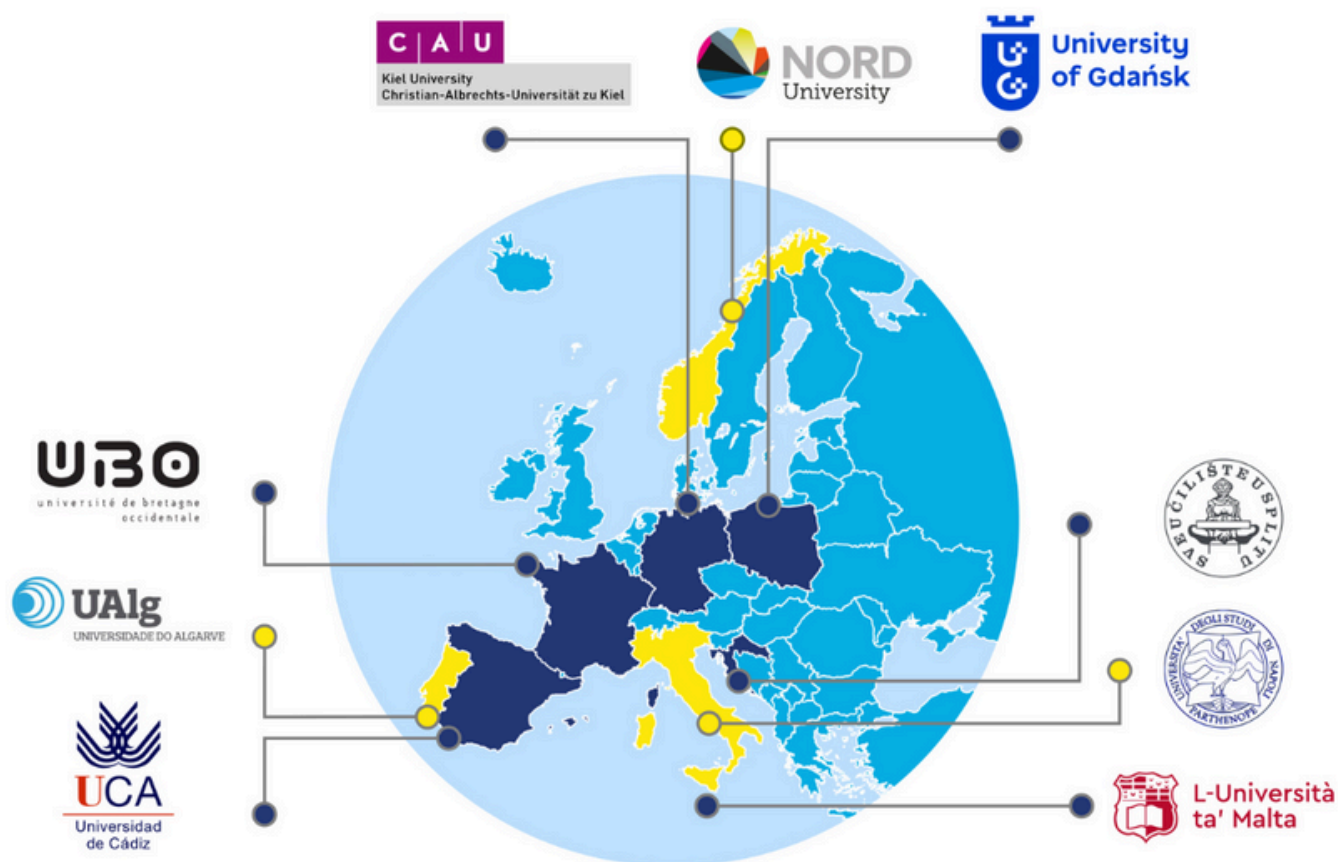
Retrouvez [ici](https://back-on-track.eu) une carte des lignes de nuits existantes en Europe (back-on-track.eu)



SEA-EU, un espace de mobilité et de formation pour tous

SEA-EU, c'est un espace de mobilité et de formation européen pour l'ensemble de la communauté : étudiants, enseignants, chercheurs et l'ensemble des personnels des universités.

SEA-EU, c'est un engagement autour de deux enjeux majeurs: la citoyenneté européenne et le développement durable.



Plus d'informations:
www.univ-brest.fr/sea-eu/fr

Pour toute question:
contact-sea-eu@univ-brest.fr