



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LA COTE DE CORNOUAILLE Concarneau - Quimperlé



Difficile de ne pas succomber au charme de la Bretagne et de ne pas être séduit par cette terre née des caprices des eaux, des vents et du temps. La “finis terrae” des Romains possède tous les atouts pour charmer le visiteur.

Le long de la côte, les falaises abruptes succèdent aux plages de sable fin ; les anciens villages de pêcheurs côtoient des stations balnéaires réputées. Dans l’arrière pays, la bruyère laisse la place à des collines ondulées, les lacs et marais cachent des oasis de verdure.

La Bretagne est aussi un pays fier de ses racines, qui a su préserver coutumes et traditions. Histoire et légendes ont donné naissance à un patrimoine artistique de premier ordre.

Surtout, il règne en Bretagne une atmosphère enchantée qui la rend unique, à part. C’est une sensation indescriptible, que l’on perçoit parfaitement quand on la visite et la rend inoubliable quand on la quitte....



8 jours, 7 nuits et 6 jours de randonnée.

JOUR 1 : Arrivée à Concarneau en fin d'après-midi.

JOUR 2 : Transfert puis **POINTE DE LA JUMENT- PORT MANECH**

19 km 5h environ + 60 m / - 40 m

Transfert en taxi (sinon étape de 35 km). Port Manech, anciennement port de pêche, petite station balnéaire, est situé à l'entrée de la Ria de l'Aven. Diner gastronomique ce soir-là.

JOUR 3 : **PORT MANECH - PONT AVEN**

12 km 3h30 environ + 150 m / - 140 m

Vous suivrez le GR plein Nord, en direction de Pont Aven, en longeant plus ou moins l'Aven. L'étape est courte, donc possibilité de visite de Pont Aven, cité des peintres et des célèbres galettes. Pont Aven est un lieu pour le regard. Le charme du village invite à la flânerie : le cours tumultueux de l'Aven, les galeries, le Bois d'amour, la chapelle de Trémalo, le souvenir de Paul Gauguin et des peintres. De plus, le GR passe à côté d'un élevage d'huîtres, si celui-ci est ouvert, vous pourrez à la rencontre du propriétaire et lui acheter des huîtres afin de déguster un pique-nique local !!

JOUR 4 : Transfert puis **ANSE DE PENMOR - KERFANY**

15 km 4h00 environ + 140 m / - 120 m

Transfert en taxi (sinon étape de 33 km). Vous suivrez toujours le GR, et passerez à proximité de Riec sur Bélon, capitale de l'huître de Bélon. Chapelle fontaines, sentiers ombragés. Après le Pont du Guily, on redescend vers l'océan, en suivant l'autre rive.

JOUR 5 : Transfert puis **PORT DE BRIGNEAU - LE KEROU**

21 km 5h30 environ + 120 m / - 120 m

Transfert en taxi (sinon étape de 31 km). Depuis Port de Brigneau (commune de Moélen sur Mer) vous allez découvrir la zone naturelle protégée de Merrien Pointe de Houard, le Port de Merrien (parc à huîtres), Doélan rive droite (commune de Clohars Carnoët), Doélan rive gauche puis la plage du Kérou.



JOUR 6 : BOUCLES AUTOUR DU KEROU

4 – 9 - 12 km

Le matin, circuit des peintres (entre 4 et 9 km, possibilité d'aller jusqu'à 12 km) : vous passerez à Kerzellec, magnifique village.

Ou circuit de la Roche Percée (9 km) ou circuit des Chapelles au Moulin (8.5 km)

Le site du Pouldu en Clohars-Carnoët, a accueilli Gauguin, Meyer de Haann, Filiger, et bien d'autres artistes.

La municipalité de Clohars-Carnoët décide donc en 2003 de créer le chemin des peintres. Le départ se fait de la maison de Marie Henry qui hébergea à son tour ses artistes du XIX Siècle. Cette promenade aménagée en douze étapes vous permettra de revivre l'ambiance naturelle dans laquelle les artistes ont puisé leur inspiration.

La boucle des peintres longue est donnée pour 5 km environ (circuit vert) mais il est possible de prolonger avec la visite de la chapelle Notre Dame de la Paix et la chapelle de Saint Maudet (3 km environ).

Détente sur la plage du Kérou en fin d'après-midi !

JOUR 7 : LE KEROU - QUIMPERLE

21 km

5h30 environ

+ 230 m / - 210 m

Passage au Port du Pouldu, puis on retrouve le GR qui domine la Laïta. Pont St Maurice, point de rencontre entre le GR 34 et le GR 34 E. On suit alors le GR 34 E, qui se dirige vers Quimperlé.

JOUR 8 : QUIMPERLE

Fin de votre séjour après le petit-déjeuner.

> DATES

Du 01/04 au 31/10, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hébergements. **Eviter la période estivale.**

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée d'un ou deux jours avant ou après...) ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.



Nous vous demandons également de réserver le plus tôt possible. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

> LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en formule nuit et petit déjeuner sauf aux J2 et J4.
- Le dîner gastronomique du J2 et le dîner du J4.
- Le transport des bagages entre chaque étape de marche
- Les transferts mentionnés au programme
- La mise à disposition du topo-guide (1 topo-guide par chambre réservée)
- La taxe de séjour dans les hébergements.

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les dîners des J1, J3, J5, J6 et J7.
- Les pique-niques de midi
- Les assurances
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les transferts de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion
- Le transfert retour pour récupérer votre voiture
- Les taxis pour raccourcir certaines étapes
- Les frais d'inscription, de traitement prioritaire et les frais d'envoi à l'étranger.

> ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu au premier hébergement, la veille de votre premier jour de marche à Concarneau.

Votre séjour se termine à Quimperlé le lendemain de votre dernier jour de marche, après le petit déjeuner.

> NIVEAU



Moyen. Pas de difficulté particulière.

> HEBERGEMENTS

Hôtels** et chambres d'hôtes très confortables.



ATTENTION : Lorsqu'un hébergement est complet, nous sommes contraints de vous faire passer 2 nuits au même hébergement et d'organiser un transfert (ce qui ne change en rien le contenu de votre randonnée) ; ces précisions vous seront indiquées sur votre confirmation d'inscription si le cas se produit. Un supplément peut vous être demandé.

› RESTAURATION

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis vers 8H.

Les dîners sont en général servis à partir de 19 H 30 ; ils sont composés la plupart du temps du menu du jour (pas de choix de menu dans la majorité des hébergements).

› REPAS DE MIDI et LISTE DES COMMERCES

Les paniers repas du midi ne sont pas inclus dans nos prix.

Vous pouvez les commander directement la veille à l'hôtelier (à payer sur place, de 7 à 15 € environ par personne selon les établissements) ou les acheter dans les villages, aux commerces existants.

› TRANSPORT DES BAGAGES

Vos bagages seront transportés entre chaque étape par un taxi ou par l'hôtelier en fin de matinée ou dans le courant de l'après-midi.

Nous vous demandons de les déposer dans le hall de chaque hébergement le matin avant votre départ en randonnée et de ne prévoir **qu'un seul bagage par personne ne dépassant pas 13 kg.**

Nous vous invitons à vous munir d'un petit sac à dos pour transporter vos effets personnels de la journée.

Si vous faites partie d'un groupe, nous vous demandons d'indiquer sur vos étiquettes valises le NOM de la personne responsable de ce groupe (personne qui a réservé la randonnée).



> ACCES

ALLER



Train :

Gare TGV à Concarneau.



Voiture :

La commune de Concarneau est située au sud du département du Finistère à l'ouest de la région Bretagne. Concarneau est située à 19 km de Quimper, 44 km de Lorient, 71 km de Brest, 169 km de Rennes et 475 km de Paris.



Avion : Aéroport à Lorient (21 km de Quimperlé)

RETOUR



Train : Gare SNCF de Quimperlé.



Voiture : Rejoindre en taxi Concarneau où vous avez laissé votre véhicule le premier jour.

> DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons, au versement du solde, un dossier de voyage comprenant la liste des hébergements et le topo guide (1 topo-guide par chambre réservée).

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- un petit sac à dos pour le pique - nique et les affaires de la journée
- une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool)
- une paire de chaussures de marche de moyenne montagne (attention aux chaussures neuves)
- lunettes, crème et chapeau pour le soleil
- des vêtements de pluie
- des chaussures légères pour le soir
- une gourde : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour
- un couteau
- une lampe de poche (pas indispensable)



- une paire de jumelle (facultative)
- mouchoirs en papier
- une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté
- couteau à huîtres

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

