

# Mûr de Bretagne

## QUATRE NIVEAUX de randonnée

- ✓ Niveau **VERT** Randonnée facile
- ✓ Niveau **BLEU** Randonnée pour tout marcheur débutant mais en forme
- ✓ Niveau **ROUGE** Randonnée plus sportive pour marcheur régulier
- ✓ Niveau **NOIR** Randonnée sportive pour randonneur entraîné



Catalogue

# RANDO PEDESTRE 2021



## La Bretagne

Randonner en Bretagne, c'est partir pour des kilomètres de découverte sur les côtes ou dans l'intérieur du pays. Des spectaculaires côtes marines d'Armor, des îles intimes aux landes d'ajoncs et de bruyères, des forêts magiques à la mer intérieure qu'est le Golfe du Morbihan... La Nature change à chaque pas. Sur la côte, les falaises abruptes laissent place aux courbes arrondies des dunes de sables. Quand la lande descend vers les vallées, elle se transforme en bocage. En marchant sur ces sentiers entre terre et mer, vous partirez à la rencontre de l'âme bretonne.

## NOS RANDONNÉES A LA DEMI-JOURNÉE

Ces randonnées en demi-journée ne sont qu'un exemple des possibilités offertes par l'environnement de notre partenaire Miléade. La réalisation de ces randonnées est suspendue aux conditions météo et aux capacités physiques réelles des participants.

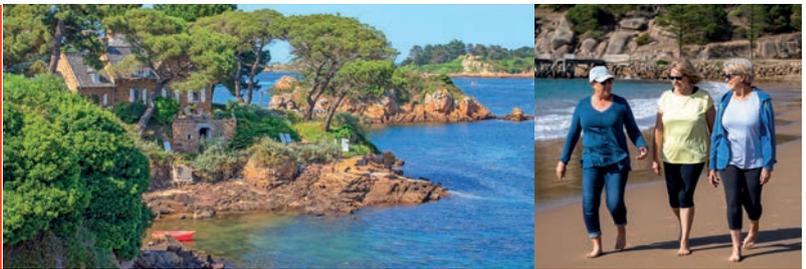
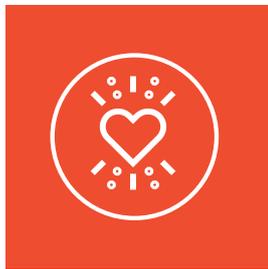
### Randonnée autour de Landroannec

✓ Niveau **BLEU**

#### Départ de l'établissement.

Traversée du Bois de Caurel...Maisons d'ardoisiers et points de vue au dessus du Lac. Traversée du Bois et retour par l'ancienne voie de chemin de fer.

✓ Itinéraire : 11 km



### Randonnée vers le Barrage de Guerlédan

✓ Niveau BLEU

#### Départ de l'établissement.

Traversée du bois du Cornec au plus près du Lac. Passage par la plage de la base de Loisirs et point de vue au dessus du Barrage de Guerlédan. Descente au pied du barrage et retour par le halage et le bourg de Mûr de Bretagne

✓ Itinéraire : 10 km

### Les hauteurs de Bulat Pestivien

✓ Niveau BLEU

100 km

#### Départ du bourg de Bulat Pestivien.

Départ du bourg de Bulat Pestivien. Parcours avec de magnifiques vues sur le bocage. Passage par l'étang de Coatgoureden et le village remarquable de Pestivien et retour sur Bulat.

✓ Itinéraire : 8 km

✓ Durée : 2 h 30

### La haute vallée de l'Oust

✓ Niveau BLEU à ✓ Niveau ROUGE

35 km

Départ de Saint Martin des Prés. Itinéraire qui part à la rencontre de lieux chargés d'Histoire et d'un important patrimoine bâti vestige de l'époque des toileux.

✓ Itinéraire : 10 km

✓ Durée : 3 h

### De Bon Repos aux Forges des Salles

✓ Niveau BLEU

25 km

Traversée de la forêt de Quénécan et passage par le village des anciennes forges. Retour par le Canal de Nantes à Brest.

Possibilité de visiter les forges des Salles, ancien village sidérurgique, ainsi que le site de l'abbaye de Bon Repos dont la restauration est exemplaire.

✓ Itinéraire : 8 km

### Circuit de La Grande Tranchée de Glomel

✓ Niveau VERT

40 km

Départ de Glomel sur les traces des bagnards qui ont creusé le Canal de Nantes à Brest et retour par l'étang du Korong.

✓ Itinéraire : 8 km

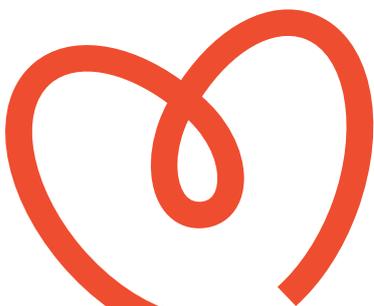
### Le circuit du Liscuis et des Gorges du Daoulas

✓ Niveau BLEU

25 km

Départ de Bon Repos par les anciennes ardoisières et les allées couvertes (dolmen) des Landes du Liscuis.

✓ Itinéraire : 12 km





### La Forêt de Huelgoat et la grotte d'Arthur

✓ Niveau BLEU

160 km

Après midi, départ en direction de la **forêt d'Huelgoat**, randonnée au milieu du chaos granitique, de la forêt, arrêt à la roche tremblante, rocher posé sur une crête de quartz vous permettant de faire basculer à la main ce rocher de plus de 600 tonnes. Traversée de la forêt par la grotte d'Arthur, la mare au sanglier, et retour au bord de l'étang d'Huelgoat point de départ de votre périple.

- ✓ Itinéraire : 6 km
- ✓ Durée : 1 h 45

### La vallée du Blavet

✓ Niveau BLEU

100 km

Départ de Quistinic. Traversée des bois et des landes via des paysages joliment vallonnés. Halte au village de chaumières de Poul Fétan et retour à Quistinic.

- ✓ Itinéraire : 10 km
- ✓ Durée : 3 h

### La Côte de Granit Rose

✓ Niveau VERT

150 km

Promenade au coeur du chaos granitique de la côte la plus visitée de Bretagne. Départ depuis le petit port de Ploumanac'h pour une demi-journée durant laquelle vous sillonnerez le Sentier des Douaniers en passant par le phare de Min Ruz ou le château de Costaeres (les cartes postales les plus célèbres du littoral breton).

- ✓ Itinéraire : 8 km
- ✓ Durée : 2 h 30
- ✓ Dénivelé : 150 m





## NOS RANDONNÉES A LA JOURNÉE

Ces randonnées en journée ne sont qu'un exemple des possibilités offertes par l'environnement de notre partenaire Miléade. La réalisation de ces randonnées est suspendue aux conditions météo et aux capacités physiques réelles des participants.

### L'île Bréhat, le diamant des Côtes d'Armor

✓ Niveau BLEU

**200 km**

Départ matinal en direction de **Paimpol** passage par l'ancien port des Terre-Neuvas. Direction **la pointe de l'Arcouest** pour un embarquement en vedette vers Bréhat. Débarquement sur l'île et c'est parti pour une journée de randonnée sur cette île au climat si généreux qu'on y trouve une végétation exceptionnellement riche (plantes et fleurs tropicales au printemps).

**Pique-nique** sur l'île.

Le supplément bateau comprend un tour de l'île et un A/R vers le continent.

- ✓ Itinéraire : 12 km
- ✓ Durée : 4 h
- ✓ Dénivelé : faible

### L'île aux moines, la perle du Golfe

✓ Niveau BLEU

**220 km**

(supplément bateau)

Après avoir navigué pendant 2h à travers le Golfe du Morbihan (départ de Vannes à 10h), Pique-Nique sur l'île et randonnée sans quitter la mer des Yeux. Traversée du bourg de l'île au Moines, Vue sur le golfe et ses îles, Chemins pédestres, plages et petites maisons traditionnelles de pêcheurs.

- ✓ Itinéraire : 12 km
- ✓ Durée : 4 h
- ✓ Dénivelé : faible

### Au pays des Men Zao

✓ Niveau BLEU

**200 km**

Départ de Nevez. Traversée de hameaux de chaumières restaurées et de lieux à l'architecture spécifiques, les Men Zao (pierres debout). Passage par l'anse de Rospico et poursuite par la côte avec splendides points de vue sur l'Océan. Retour à Nevez.

- ✓ Itinéraire : 12 à 15 km
- ✓ Durée : 5 h
- ✓ Dénivelé : faible

### La forêt de Brocéliande, un monde à part

✓ Niveau ROUGE

**200 km**

Randonnée au cœur de la forêt mythique du roi Arthur descente dans le « Val sans Retour », passage au pied de l'arbre d'or... Vous êtes confrontés aux plus célèbres des légendes de notre région. Sur le retour, visite de l'église de Tréhorenteuc dont le décor est inspiré des légendes Arthuriennes. Pique nique dans la forêt de Brocéliande puis continuation en car vers le tombeau de Merlin et la fontaine de jouvence.

- ✓ Itinéraire : 9 km
- ✓ Durée : 4 h
- ✓ Dénivelé : 150 m



### La Forêt de Huelgoat

✓ Niveau **ROUGE**

**160 km**

La forêt légendaire de Huelgoat offre une multitude de randonnées, au coeur du plus impressionnant chaos granitique du centre Bretagne. Vous observerez La Roche Tremblante, Le Camp d'Arthur, La Mare au Sanglier... les anciennes mines de plomb argentifère de Bretagne. Fin de la randonnée sur les bords du lac de Huelgoat.

- ✓ Itinéraire : 14 km
- ✓ Durée : 5 h

### La haute vallée de l'Oust

✓ Niveau **BLEU** à ✓ Niveau **ROUGE**

**35 km**

Départ de Saint Martin des Prés. Itinéraire qui part à la rencontre de lieux chargés d'Histoire et d'un important patrimoine bâti vestige de l'époque des toilleux.

- ✓ Itinéraire : 20 km
- ✓ Durée : 5 h

### Boucle de Treffrin

✓ Niveau **BLEU**

**100 km**

Départ de Treffrin pour une traversée de paysages aux multiples facettes : magnifiques panoramas sur les hauteurs, fraîcheur des fonds de vallée, calme des sous-bois, quiétude de la campagne.

- ✓ Itinéraire : 14 km
- ✓ Durée : 5 h
- ✓ Dénivelé : faible

### La Boucle de Bon Repos

✓ Niveau **ROUGE**

**30 km**

2 Balades possibles :

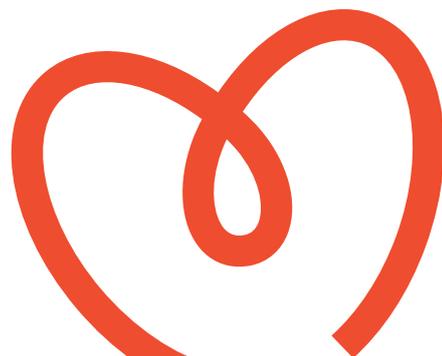
Le bus ou les voitures se garent sur le site de Bon Repos, face au canal de Nantes à Brest.

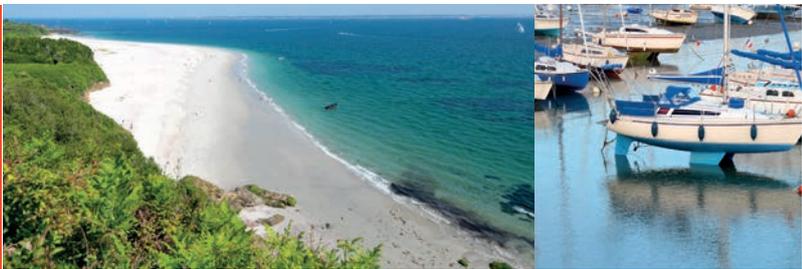
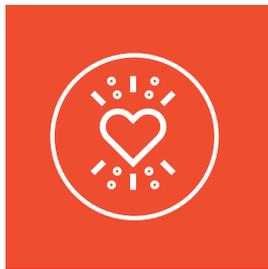
Départ de Bon Repos et traversée de la Forêt de Quénécan en direction des Forges des Salles. Montée vers les hauteurs de la forêt et descente ensuite vers la rivière des salles qui alimentait les forges. Après un point de vue sur le village des Forges, retour vers le lieu de Pique-Nique par le chemin de halage. Itinéraire : 8 km Chemin assez difficile. Pique-Nique acheminé par l'établissement. L'abbaye de Bon Repos est à 10 mn de Mur de Bretagne.

**OU** Départ pour la journée vers l'abbaye de Bon Repos en direction des Gorges du Daoulas. Montée vers les anciennes carrières d'ardoises du Liscuis. Passage par les Allées Couvertes (Dolmens) du Liscuis. Randonnée sur les crêtes de la région de Guerlédan, vue imprenable sur les environs et le canal de Nantes à Brest. Descente vers Gouarec, et retour aux véhicules par le chemin de halage.

Mieux vaut emporter son pique-nique car nous ne sommes pas à Bon Repos à l'heure de midi.

- ✓ Itinéraire : 14 km
- ✓ Durée : 5 h
- ✓ Dénivelé : 260 m





### Autour du lac de Guerlédan et les gorges de Daoulas

#### ✓ Niveau ROUGE

**30 km**

**Matinée :** randonnée autour du **lac de Guerlédan** traversée du bois du Cornec, site des premières ardoisières de la région de Mûr de Bretagne. Retour par le bourg de Mûr de Bretagne visite de la chapelle Sainte Suzanne. Retour au Vacancier pour le déjeuner.

**Après midi :** départ pour une ballade pédestre vers **Les landes de Liscuis**. Arrêt sur le site mégalithique (allées couvertes) des landes, et randonnée pédestre sur les crêtes au-dessus des **gorges du Daoulas**. Descente vers l'abbaye de Bon Repos.

- ✓ Itinéraire : 13 km
- ✓ Durée : 4 h
- ✓ Dénivelé : 250 m

### Les Monts d'Arrée

#### ✓ Niveau ROUGE

**180 km**

Départ Commana ou Braspart. Selon le départ choisi passage par les Roch Trevezel, Roch Tredudon, Montagne St Michel, tourbières du Yeun Ellez. Itinéraire en boucle ou linéaire au choix.

- ✓ Itinéraire : 14 km
- ✓ Durée : 4 h

L'accompagnement est assuré par un guide conférencier, spécialiste de la région :  
Nous consulter.

(maximum 25 participants par guide)

### Journée île de Groix

#### ✓ Niveau BLEU

**140 km**

(supplément bateau)

Embarquement à Lorient pour une visite commentée de la rade, puis direction l'île de Groix (8km de long pour 3 km de large, située à 45 mn du continent). Le sentier côtier vous mènera jusqu'à la réserve ornithologique de l'île. Vue sur la première plage convexe d'Europe et la réserve minéralogique de l'île appelée aussi l'île aux grenats.

- ✓ Itinéraire : 12 à 15 km
- ✓ Durée : 5 h
- ✓ Dénivelé : faible





## LES RANDOS CITADINES EN JOURNÉE

Pourquoi ne pas joindre l'utile à l'agréable ? Nous vous proposons des randonnées en milieu urbain. Cela vous permet de visiter une ville activement. C'est-à-dire sans utilisation du bus pour les visites. La découverte de la cité et de ses monuments se fait entièrement à pied. Cela permet de découvrir une ville autrement, sous un autre angle.

Un guide Conférencier vous accompagne lors de ces randos citadines. Il vous permettra de comprendre l'urbanisme, les traditions et la géographie de la cité.

Outre des lieux cachés, insolites et des anecdotes, vous découvrirez les rues et les habitants qui constituent l'âme de la ville.

### Circuit « le pays malouin »

✓ Niveau VERT

**280 Km**

Randonnée pédestre avec pique-nique suivie de la visite guidée de Saint-Malo. Découverte de la côte malouine au départ de Rothéneuf en passant par la pointe de la Varde et les plages du Minihic et du Sillon pour arriver à la cité des Corsaires, autrefois « arrimée à la terre ferme par l'isthme du Sillon ». Visite de la cité Intra-Muros en empruntant le chemin des remparts qui en fit une forteresse imprenable pour l'un des plus grands ports de commerce du royaume.

✓ Itinéraire : 10 km

✓ Durée : 6 h

### Circuit « les bords de la Rance vers Dinan »

✓ Niveau VERT

**220 Km**

Randonnée pédestre avec pique-nique incluant la visite guidée de Dinan, ville au patrimoine bâti exceptionnel, ainsi que celle de Léhon. Départ du centre historique de Dinan en rejoignant par le « Jerzual » le port en bordure de la Rance, et le petit pont que l'on traverse pour rejoindre le halage vers Léhon, petite cité de caractère dominée par l'ancienne église abbatiale.

✓ Itinéraire : 8 km

✓ Durée : 6 h

### Vannes et l'île aux Moines

**250 Km**

(Supplément bateau) - A la découverte du Golfe du Morbihan

Départ en direction de Vannes, préfecture du Morbihan, cité médiévale et historique où fut célébré le mariage de François 1er avec Claude de France. Découverte de la ville : les remparts, le port, la cathédrale et l'empreinte médiévale sur cette ville. Vannes est une ville aux quartiers anciens serrés dans de solides remparts médiévaux cantonnés de tours. Embarquement pour l'île aux Moines à Port Blanc. Pause pique nique sur l'île.

Tour de l'île aux Moines à pied. Baptisée la « perle du Golfe », tellement elle est jolie avec ses ravissantes maisons basses de pêcheurs aux murs blancs, ses hautes demeures de capitaines en belles pierres de taille, ses paysages magnifiques avec les jardinets plantés de mimosas, de camélias, de figuiers, d'eucalyptus, ses petites collines couvertes de bruyère, son bois d'Amour, sa belle et longue plage

✓ Itinéraire : 12 km

✓ Durée : 3 h