

TOUR DE BRETAGNE D'Audierne à Bénodet : le pays Bigouden



De la baie d'Audierne à Concarneau, traversez le pays Bigouden, fleuron du terroir et des traditions bretonnes. Vous apprécierez la géographie si particulière qui fait le charme de la Bretagne. En passant par le phare d'Eckmühl, vous visiterez Pont-l'Abbé, capitale du pays Bigouden et Bénodet, source d'inspiration pour de nombreux artistes...



7 jours - 7 nuits - 6 jours de randonnée.

Jour 1 : Audierne

Arrivée et installation dans la ville d'Audierne, trait d'union entre le Cap Sizun et la mer d'Iroise. Ce port de pêche, situé de façon idéale à l'embouchure du Goyen, était aussi un port de commerce très actif sur les voies maritimes de l'Ouest de l'Europe. La ville s'est construite en petites rues étroites et pittoresques à l'arrière du quai qui enserre l'anse du port et s'est largement étalée sur les hauteurs avoisinantes.

Jour 2 : Audierne - Pouldreuzic

Au départ d'Audierne vous quitterez peu à peu le Cap Sizun pour partir à la découverte du Pays Bigouden. Vous terminerez votre excursion à Pouldreuzic, connue notamment pour abriter le siège social de la société Jean Hénaff SA, célèbre pour son pâté et l'espace muséographique consacré à la marque.

Montée 45m - Descente 50m – 19 km

Jour 3 : Pouldreuzic - St Guénolé

Vous vous dirigez vers la pointe de la Torche, formidable lieu d'entraînement pour les surfeurs bigoudens, adeptes de sensations fortes. Votre randonnée se termine dans le village de St Guénolé, situé sur la commune de Penmarc'h et faisant face à l'Océan Atlantique sur ses trois côtés.

Montée 5m - Descente 10m – 20 km

Jour 4 : St Guénolé - Lesconil

Au départ du Port de Pêche de St Guénolé dont les digues abritent les bateaux des vents du sud-ouest, vous découvrirez le phare d'Eckmülh (classé monument historique), la pointe de Penmarc'h. Votre randonnée se poursuit le long de la côte, jusqu'à Lesconil.

Montée 10m - Descente 10m – 18 km

Jour 5 : Lesconil – Bénodet

Au départ de Lesconil, une fois à Loctudy, vous embarquez pour l'île-Tudy (prestation à payer sur place : 1.50 €), ancien port de pêche et de commerce. Enfin, vous rejoignez Bénodet, l'une des stations balnéaires les plus en vogue de la Bretagne. Vous traverserez l'Odet sur le bac qui relie Sainte Marine à Bénodet.

Montée 30 m - Descente 20 m - 22 km

(Possibilité de ne pas prendre le bac Sainte Marine à Bénodet et de longer la côte pour la dernière traversée: - Montée 60 m - Descente 45 m - 28 km)



Jour 6 : Bénodet

Fin de séjour après le petit-déjeuner



- le pays bigouden, fleuron du terroir et des traditions bretonnes.
- les villes d'art et d'histoire : Bénodet, Concarneau ...
- la pointe de la Torche : site naturel classé et paradis des sports de lisse et de voile.

> DATES

Séjour possible du 06/04 au 30/09. **Pas de départ les mercredis hors juillet Août.**

> LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en formule demi-pension
- Les transferts de bagages
- Le carnet de route

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le trajet A/R depuis votre domicile,
- La traversée Loctudy - île Tudy (env. 2 €/pers)
- la traversée Sainte Marine – Bénodet le J5 (2€ / pers)
- Les boissons
- Les visites éventuelles
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Les frais d'envoi à l'étranger
- Les frais de traitement prioritaire

> ACCUEIL / DISPERSION

Arrivée en fin d'après-midi à Audierne.

Départ en fin de journée à Bénodet.



> NIVEAU



Randonnées à pied linéaires.

> HEBERGEMENTS

6 nuits en hôtel 2* et 3* en formule demi-pension.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Le transfert des bagages entre chaque hébergement est assuré par nos soins. Attention, seul un bagage par personne est autorisé et il ne doit pas excéder les 13kg.

> ACCES



Nous vous conseillons de laisser votre véhicule à Quimper puis de prendre un bus jusqu'à Audierne (2,50 € par trajet à payer sur place, réseau Breizhgo, lignes 53/53B/52B).

A la fin de votre séjour à Bénodet => Connexions en car Quimper-Bénodet (Ligne 41) et en été Bénodet-Concarneau (Ligne 48) - Horaires et trajets sur réseau Breizhgo,

Stationnement du véhicule à Quimper :

- parking gratuit derrière la gare (parking Salle Omnisport).
- parking payant de la gare (tel : 08 06 00 01 15) – environ 36 € le forfait de 8 jours.



En train :

A l'aller : Gare SNCF de Quimper puis bus pour Audierne (2,50 € par trajet à payer sur place, réseau Breizhgo, ligne 53/53B/52B).

Au retour : Au retour : Bus de Bénodet à Quimper (2,50€ par trajet à payer sur place, réseau BreizhGo, ligne 41)

> DOSSIER DE VOYAGE

Un carnet de route vous sera adressé avant le départ, il comprend : une carte générale, un programme (précisant les coordonnées des prestataires et le déroulement du séjour), le tracé précis des itinéraires sur fond de carte et un carnet réalisé par nos soins détaillant l'itinéraire de chaque étape.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ www.lapelerine.com



> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Vos vêtements de marche (la liste doit être adaptée en fonction de la saison)

- de bonnes chaussures de randonnée (semelles cramponnées, chaussures pas forcément montantes, mais dans lesquelles vous vous sentez bien et que vous avez déjà utilisées),
- une paire de chaussures légères pour le soir (cela pourra être une paire de chaussures de sport qui pourra remplacer celle de randonnée en cas de douleurs aux pieds),
- chaussettes de sport ou de randonnée,
- pantalon de toile (séchage rapide),
- short ou jupe,
- pull ou veste polaire,
- tee-shirts ou chemises légères,
- une veste imperméable (type Goretex),
- cape de pluie ou poncho (qui protégera aussi le sac à dos)
- un chapeau et des lunettes de soleil,
- un bonnet,
- une paire de gants légers et un sur-pantalon imperméable (de l'automne au printemps),
- un maillot de bain et une petite serviette de bain,
- tenue de rechange confortable pour le soir.

Matériel divers

- paire de lunettes de soleil (toute saison),
- crème de protection solaire,
- 1 ou 2 gourdes de 1 litre,
- pour le pique-nique: couteau de poche, couverts, gobelet, boîte hermétique en plastique type Tupperware (à la place d'une assiette, très pratique notamment pour y ranger ses couverts), 1 serviette de table,
- affaires de toilette,
- petite pharmacie personnelle (désinfectant et pansements, crème protectrice pour les lèvres, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed, vos médicaments habituels),
- papier hygiénique, mouchoirs,
- 1 paire de lunettes de vue de rechange (ou des lentilles),
- 2 ou 3 sacs plastiques pour les restes des pique-niques,
- lampe torche ou lampe frontale,

Autres équipements facultatifs : bâtons de marche (conseillé), 1 paire de jumelles, appareil photos ...

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél: +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



Bagages

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans deux sacs :

- 1 sac à dos 35/40 litres à armature souple et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photos ...
- 1 sac de voyage souple pour les affaires de la semaine (attention, il ne doit pas dépasser 13 kg).

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

FICHE PLUS DETAILLEE A L'INSCRIPTION

