LA VELODYSSEE

De Roscoff à Nantes,

Au départ de Roscoff la cité corsaire et balnéaire du Finistère, la Vélodyssée vous conduira à travers champs de primeurs et paysages surprenants d'îles et d'îlots rocheux jusqu'à Morlaix. Vous continuerez ensuite sur une voie verte très boisée, ancienne voie ferrée, avant de changer de paysage dans les landes caractéristiques des contreforts des Monts d'Arrée, sous l'œil du "toit de Bretagne" qui culmine à 385m. Vous retrouverez des petites routes avec du relief avant d'arriver à Scrignac. De là, une nouvelle voie verte ponctuée de rares hameaux et anciennes gares vous conduira jusqu'à Carhaix Plouguer, puis le long du canal de Nantes et ses 15 écluses jusqu'à Rostrenen. A partir de Gouarec, la voie verte fait place au chemin de halage jusqu'à l'Abbaye de Bon Repos. Puis vous retrouverez une ancienne voie ferrée jusqu'à Mûr-de-Bretagne avant d'entamer la descente jusqu'à Pontivy, après avoir retrouvé le Canal et ses nombreuses écluses.
Vous entrerez alors au cœur du Pays de Rohan, avant de rejoindre Josselin, puis Malestroit et son ambiance très médiévale. Vous trouverez beaucoup de cachet aux abords de l'Île-aux-Pies peu avant Redon puis vous longerez les marais jusqu'à Guenrouët. Vous atteindrez alors Blain par une piste cyclable, puis Nort-Sur-Erdre avant de terminer par de petites routes et voies vertes jusqu'à l'agglomération Nantaise.

9 jours - 8 nuits - 8 jours de vélo.

JOUR 1 - ROSCOFF

Arrivée libre à Roscoff. Profitez dès votre arrivée de cette charmante petite cité de caractère et de ses nombreuses façades granitiques classées. Si vous êtes là de bonne heure, embarquez pour l'île de Batz et baladez-vous sur ce petit paradis exotique ! Accueil personnalisé entre 16h et 19h.

JOUR 2 - De ROSCOFF à MORLAIX 30km ou 38km

D+ 335m ou 380m

Depuis le port de Roscoff, vous longez la Baie de Morlaix. Vous apprécierez la traversée de Saint-Pol-de-Léon qui présente un belle église et centre historique charmant. L'arrivée par le port de Morlaix vous permet de ressentir comme les marins arrivant en bateau, cette sensation de grandeur et de profondeur de la vallée.

JOUR 3 - De MORLAIX à CARHAIX-PLOUGUER 50km

D+321m

Vous quittez Morlaix par de belles petites routes s'enfonçant dans la campagne bretonne. Pour éviter le relief des Monts d'Arrée, c'est par une voie verte que vous roulez jusqu'à Carhaix.

JOUR 4 - DE CARHAIX-PLOUGUER à MUR DE BRETAGNE 64km

D+365m

Sans s'en rendre compte, parti de 0m d'altitude le premier jour, votre vélo vous hisse à près de 200m d'altitude. Le point culminant du canal est alors atteint. C'est ici qu'a été creusée la tranchée de Glomel ou de nombreux bagnards ont perdu la vie. Pour vous c'est la délivrance puisqu'un long faux plat descendant de plusieurs dizaines de km vous attend ! Dîner inclus.

JOUR 5 - De MUR DE BRETAGNE à PONTIVY 25km

D+36m

Le lac de Guerlédan et son barrage hydroélectrique vous offre un paysage nouveau. Vous retrouvez après le barrage le cours du Blavet. Vous descendez le fleuve jusqu'à Pontivy.

JOUR 6 - De PONTIVY à JOSSELIN 50km

D+120m

D'un château à l'autre, vous reliez deux villes d'Histoire. A l'approche de Rohan, vous pourrez découvrir l'Abbaye Notre-Dame de Timadeuc. Une communauté de moines y vit sous la règle de Saint-Benoit. Les moines fabriquent fromages, confitures, pâtes de fruit… Vous pourrez découvrir toutes leurs productions à l'intérieur de leur boutique. Profitez d'une balade sur Josselin en fin de journée.

JOUR 7 - De JOSSELIN à REDON 64km

D+110m

Le début du parcours vous amène à la Chapelle Caro puis au Roc Saint-André qui offre une architecture religieuse impressionnante. Ce village est aussi celui de la désormais célèbre Brasserie Lancelot. Vous pourrez vous y arrêter pour visiter et déguster les bières traditionnelles ou le cola du Phare Ouest ! Quelques kilomètres plus loin et vous voilà à Malestroit, petite cité de caractère où vous trouverez tout ce qu'il faut pour vous restaurer. Face aux falaises de l'Ile aux Pies, qui se trouve de l'autre côté du canal, la Bretagne vous montre à quel point elle peut être surprenante.

JOUR 8 - De REDON AU GAVRE 50km

D+130m

Le paysage change après Redon. Plus ouvert, vous profitez davantage du soleil sur votre chemin. Vous croisez régulièrement quelques terrasses de café et restaurant où il est bon de s'hydrater. Diners inclus.

JOUR 9 - DU GAVRE à NANTES 68km

D+243m

Depuis votre hébergement, vous regagnez le Canal pour rouler jusqu'à la dernière écluse : Quiheix. Par de petites routes vous gagnez Nantes.

- Séjour accessible à tous
- Roscoff, la cité corsaire
- Voies vertes et petites routes
- Nantes, ville d'art et d'histoire

>DATES

Du 1 Avril au 31 Octobre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hébergements.

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 chambres d'hôtes et hôtels 2* et 3*
- 8 petits-déjeuners
- 2 dîners (jours 4 et 8)
- Un carnet de route
- Le transport des bagages entre les hébergements
- Les taxes de séjour
- Le prêt d'un GPS de randonnée
- Le topoguide de la Vélodyssée
- Un accueil personnalisé, réalisé par notre guide local à votre arrivée
- Une assistance téléphonique 24h/24

L'option location de vélo comprend le rapatriement des vélos.

>LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les déjeuners, les dîners (sauf 2)
- La location de vélo (voir option)
- Les dépannages, pièces et indemnités kilométriques correspondantes
- Les boissons
- Les visites
- Les éventuels frais de parking
- Les assurances
- Les frais d'envoi à l'étranger (+15€/dossier),
- Les frais d'inscription (+15€/personne),
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+35 € / dossier).

>ACCUEIL / DISPERSION

Rendez-vous dans le hall de votre hôtel de Roscoff. Accueil personnalisé entre 16h et 19h.

Votre séjour se termine en fin d'après-midi le jour 9 à Nantes.

>NIVEAU

Étapes de 40 à 70 km. La moyenne des étapes est de 49 km par jour, sans difficulté particulière car très peu de dénivelé (De 100 à 400 mètres par jour).

>HEBERGEMENTS

Petits hôtels familiaux, où règne une atmosphère conviviale et chaleureuse.
Certaines nuits peuvent être dans des chambres d'hôtes de charme en fonction des disponibilités.
Etablissements ayant l'habitude de recevoir des cyclistes et randonneurs.

ATTENTION : Lorsque 2 hébergements sont complets, 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**. Certains hébergements ne disposent pas d'une grande capacité d'accueil donc pour les éventuels groupes il est souhaitable de nous contacter avant votre inscription.

Information :
Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements… Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

>REPAS

Séjour en formule B&B (seuls les dîners du J4 et J8 sont inclus). De nombreux restaurants de qualité se trouvent à proximité de vos hébergements, et nos hôteliers se feront un plaisir de vous conseiller sur les meilleures tables de la ville. Les pique-niques ne sont pas fournis.

Certains hébergements peuvent vous confectionner des paniers repas. Pour cela, les prévenir dès votre arrivée à l'étape. Compter entre 7 et 15 € le pique-nique (à régler directement à l'hébergeur).

>TRANSPORT DES BAGAGES

Rien à porter, excepté vos affaires de la journée. Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape.
Attention : certains changements d'hébergements peuvent induire une modification importante du coût de transport des bagages.

Durant votre circuit, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg** + 1 caisse de matériel pour le groupe.

Nous nous déchargeons de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

>ACCES

EN TRAIN : Gare TGV de Morlaix, gare TER de Roscoff et Saint-Pol-de-Léon (liaison avec Morlaix). http://www.breizhgo.com/fr/
Tél SNCF : 36 35. http://www.voyages-sncf.com/

EN AVION : Aéroport de Brest http://www.brest.aeroport.fr/
Vols directs Paris CDG, Paris Orly, Nice, Lille, Toulon, Marseille, Bordeaux, Birmingham et Southampton.

EN VOITURE : A partir de Rennes, N12 jusqu'à Morlaix (voie express), puis direction St-Pol-de-Léon, Roscoff (25Km)
- De Paris à Roscoff : 562 km - 5h55
- De Lyon à Roscoff : 983 km - 9h45
- De Bordeaux à Roscoff : 682 km - 7h15

Comment repartir :
En train à partir de la gare SNCF de Nantes, 27 Boulevard de Stalingrad, 44041 Nantes. Possibilité d'embarquer les vélos.

Dans les TER, votre vélo voyage gratuitement, suspendu ou placé dans un endroit prévu à cet effet. Il n'est pas possible de réserver, ces emplacements sont libres, dans la limite des places disponibles. Il est conseillé d'arriver environ 20 minutes avant le départ pour vous préparer à charger votre vélo et pour éviter les horaires d'affluence. Renseignez-vous à l'avance si vous voyagez en groupe.
- Vous êtes responsables de votre vélo (transport, maniement, surveillance) tout au long du trajet.
- Dans la gare, sur les quais et dans le train, votre vélo doit être tenu à la main.
- Vous ne pouvez pas emprunter les escaliers mécaniques avec votre vélo.
- Pensez à préparer votre descente du train pour faciliter celle des autres passagers.

- Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant.
- Les horaires des lignes de train et de bus étant sujets à variation au cours de l'année et suivant les jours de la semaine, nous vous invitons à contacter les différents opérateurs de transports publics pour préparer votre trajet jusqu'au point de rendez-vous et retour.

Parking : Parking payant Gare SNCF de Roscoff, Rue de la Petite Vitesse, 29680 Roscoff.
http://www.ter.sncf.com/bretagne/gares/87474635/Roscoff/prochaines-arrivees
Possibilité avant votre arrivée de réserver sur internet votre place de parking pour toute la durée de votre séjour :
http://www.voyages-sncf.com/train/effia-parking-gare

>DOSSIER DE VOYAGE

Dans le mois précédant votre départ et après réception du solde, nous vous adressons votre carnet de route par voie électronique. Le topoguide (road book), la fiche pratique et la carte tracée sera remise au 1er hébergement à Roscoff.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Pour vos **bagages transportés**, choisissez un sac souple (sac à dos ou sac de voyage en bon état). UN SEUL SAC PAR PERSONNE + 1 caisse de matériel pour le groupe.

- 1 petit sac à dos pour la journée ou camel-back suffisamment grand.
- éventuellement un sur-sac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur).
- des vêtements de rechange pour le soir.
- 1 vêtement CHAUD pour le soir (type veste polaire...).
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- 1 maillot de bain.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protections latérales.
- 1 couteau de poche, une cuillère et une boîte plastique alimentaire (si vous choisissez de commander les pique-niques aux hébergements),
- des vivres de courses (barres de céréales, fruits secs…).
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.
- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement et de petite dimension.
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- papier toilette + 1 briquet.
- crème solaire + écran labial.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil - photo, jumelles (facultatif).
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Pharmacie personnelle

- vos médicaments habituels.
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- pastilles contre le mal de gorge.
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- vitamine C.
- 1 pince à épiler.
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains).

SPÉCIFIQUE VÉLO

- 1 tenue de vélo adaptée : cuissard, tee-shirts respirant (manches longues, manches courtes suivant la saison),
- 1 pantalon confortable pour le vélo,
- des chaussures adaptées pour le vélo,
- 1 coupe-vent ou gore tex,
- des gants de vélo, voire gants longs suivant la saison,
- 1 casque vélo (obligatoire),
- 1 bidon ou 2, le mieux étant les poches d'eau dorsales (type Camel Back),
- des garde-boue peuvent être utiles.
- 2 chambres à air, rayons de rechange…
- une patte de dérailleur dite « patte fusible ».
- 1 jeu de patins / plaquettes de frein
- nécessaire de réparation (petit matériel) que vous prendrez soin de mettre dans une caisse à part (1 caisse de réparation pour l'ensemble du groupe). Néanmoins, les hébergements choisis disposent généralement de matériel.

Attention : il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...) Si vous avez des freins à disque ou un vélo sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.

Une liste de mécaniciens de vélo vous sera donnée à votre départ. Ces informations sont remises à jour régulièrement. En aucun cas, nous ne sommes responsables de leurs prestations ou des modifications de leurs jours d'ouverture et en particulier les jours fériés.

Vous aimeriez aussi...

- Le Canal du Midi à Vélo
- Le Canal de Garonne à Vélo
- Le Pays Cathares à Vélo

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE VOTRE INSCRIPTION