



La ROUTE DES PINGOUINS
hôtels, restaurants & gîtes d'étapes

À l'Ouest toute !

**Entre le continent et l'Île d'Ouessant,
une découverte à vélo de la nature sauvage du Nord Finistère**

5 nuits, 5 jours de randonnée à vélo, en boucle dans le Pays d'Iroise et sur l'île d'Ouessant

Tarifs et options, consulter le site :

<https://www.laroutedespingouins.fr/sejours-randonnees/>



À l'Ouest toute !

Partez à la découverte des paysages fantastiques et des habitants de ce territoire situé le plus à l'ouest de la France métropolitaine. C'est cette « Penn Ar Bed », littéralement « Tête du monde » qui a donné son nom au département du Finistère.

Vous y trouverez la plus importante concentration de phares au monde ! Plus d'une dizaine s'offrira à votre regard ébloui, de jour comme de nuit, entre Brest et Plouguerneau. Le musée des Phares et Balises, situé au pied du mythique phare du Créac'h sur l'île d'Ouessant retrace l'histoire de cette signalisation maritime.

Cette île magique et sauvage, que vous rejoindrez par bateau, illustre les profils accidentés de la côte bretonne. Le dicton local « *Qui voit Ouessant voit son sang* » exprime de manière un peu hostile sa nature brute et la peur créée par les courants puissants et les roches traîtres de la région. C'est aussi ce qui fait son charme.

Sur le continent, vous découvrirez la magie des abers, cette autre particularité géographique du Finistère Nord. Appelés aussi rias, les abers sont des cours d'eau qui rejoignent la mer et qui sont assujettis aux marées, ce qui les fait changer d'aspect tout au long de la journée.

Chaque jour, vous profiterez de la gastronomie Bretonne, de repas humain bon le terroir, grâce à une cuisine locale et raffinée élaborée par les chefs des restaurants du réseau de **la Route des Pingouins**.

Alors, prêts pour l'aventure ?

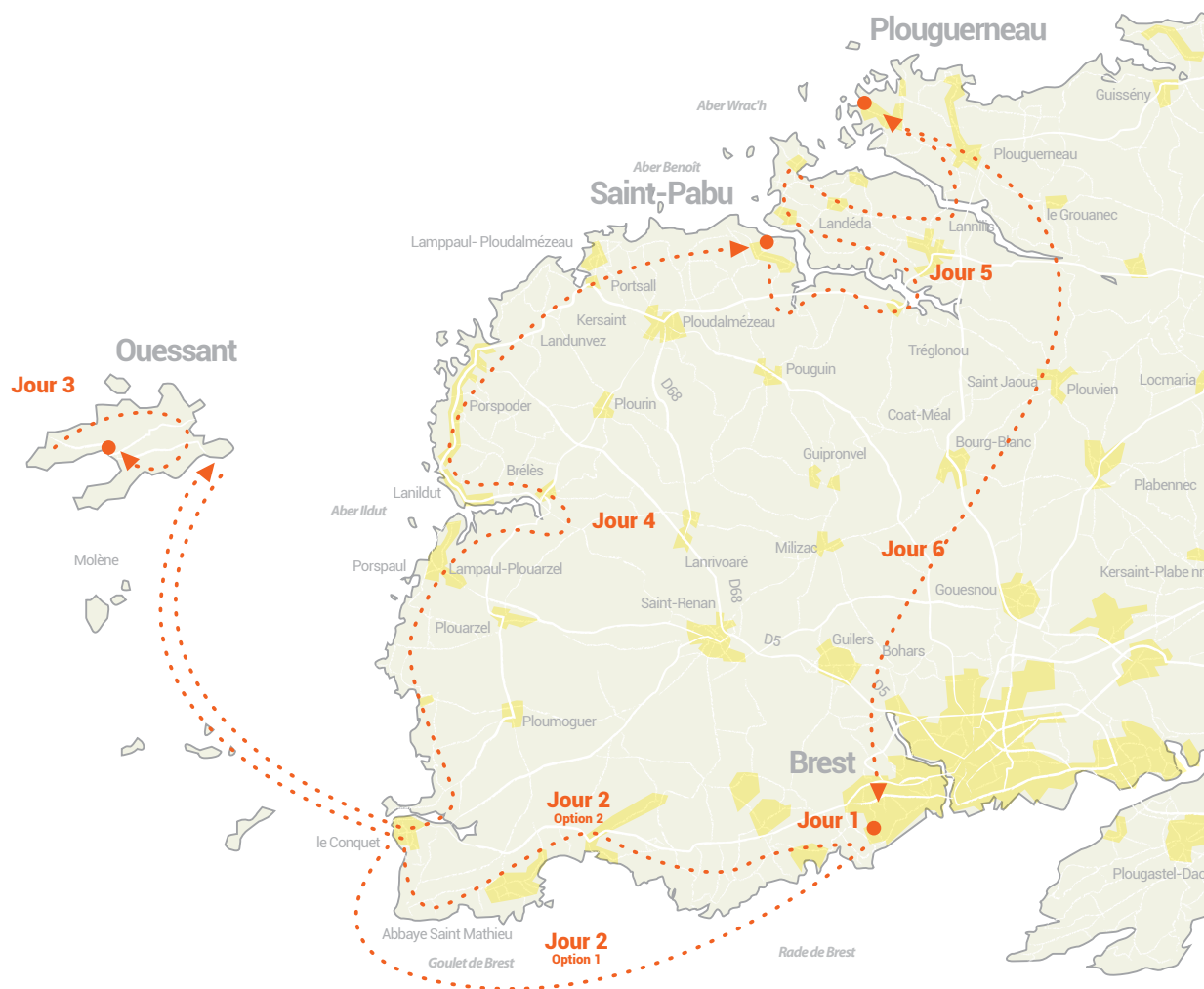
Les Points forts

- L'accès facilité avec le début et la fin de circuit en gare TGV à Brest
- La découverte de Brest, ville emblématique du Finistère
- La journée sur l'Île d'Ouessant, ses côtes déchiquetées, sa nature à l'état brut
- Être à la Pointe de l'Europe, dans des espaces sauvages peu fréquentés
- Des sites naturels exceptionnels comme les Abers Ildut, Benoît ou Wrac'h
- La Route des phares et leurs faisceaux hypnotisants

Observations

- Départ de Brest
- Date de départ : du 1^{er} avril au 31 octobre
- Pour le deuxième jour, deux lieux d'embarquement différents sont proposés pour aller sur l'Île d'Ouessant : soit à partir du port de Brest, soit à partir du port du Conquet





Votre itinéraire

Jour 1 | Arrivée à Brest

Temps libre pour découvrir la ville : Située au fond d'**une des plus belles rades de France**, Brest est labellisée « Ville d'Art et d'histoire » grâce à son programme de visites et d'animations culturelles et patrimoniales très riche.

Une balade sur le très animé quai Commandant-Malbert du port de commerce vous offre un des meilleurs aperçus de la ville. La visite du **nouveau quartier des Capucins** via l'utilisation du téléphérique vous donne l'image d'une ville résolument tournée vers l'avenir.

Nuit | Appartement **Les Pingouins de la gare**, 1 bis rue Yves Collet 29200 Brest

Dîner | **Restaurant Le Ruffé**, 1 bis rue Yves Collet 29200 Brest

Option | Panier pique-nique pour le lendemain préparé par **Le Ruffé**



Jour 2 | Option 1

De Brest à l'île d'Ouessant en bateau

7 km, 30 min

À partir de la gare maritime de Brest, à 900 m de l'appartement, partez pour une mini-croisière de 2 h 30 vers **l'Île d'Ouessant** avec le premier bateau du matin.

Pendant votre traversée, profitez d'une superbe balade : découvrez la Rade avec sa base navale, **les phares du Portzic** puis du **Petit Minou**.

Sur votre gauche **la Pointe des Espagnols** située sur **la Presqu'île de Crozon** marque l'entrée du goulet. Ensuite vous longez **la Pointe Saint-Mathieu**, son sémaphore, son phare et les ruines de son abbaye fondée au VI^e siècle. **La presqu'île de Kermorvan** en vue, vous arrivez bientôt au port du Conquet pour une dernière escale avant l'île d'Ouessant.

Molène étant à quelques brasses d'Ouessant, c'est bien souvent le même bateau qui dessert les deux îles !

Une fois débarqué au **port du Stiff**, prenez le temps de découvrir le centre de l'île en vous dirigeant progressivement vers **le bourg de Lampaul**, votre destination du soir.

Nuit | Hôtel **Le Roc'h Ar Mor*****

Le bourg, 29242 Ouessant, 02 98 32 43 93, www.lerocharmorouessant.bzh

Dîner | Restaurant **Le Roc'h Ar Mor**

Option | Panier pique-nique pour le lendemain préparé par **Le Roc'h ar Mor**

Jour 2 | Option 2

De Brest au Conquet, puis l'île d'Ouessant en bateau

37 km, 3 h 00

Cette première étape vous fait évoluer dans une atmosphère très militaire. L'itinéraire, entre Brest et la pointe Saint-Mathieu, compte en effet de nombreux forts et phares, dressés pour protéger Brest et son arsenal militaire.

À partir du centre ville, vous longez la base navale en direction du **phare du Portzic**, du **Fort Monbarey** puis de **la très belle plage de Trez Hir**.

Prenez le temps de découvrir, à proximité de la plage, **le fort de Bertheaume**. Haut de 37 mètres, il a été construit vers 1690, à la demande de Louis XIV. Il aura démontré à plusieurs reprises son efficacité (des expositions et des spectacles son et lumière retracent son histoire).

Ensuite, en direction du musée mémoire 39/45 de **Plougonvelin**, prenez le temps de visiter le minuscule mais ô combien magique « **Jardin du Vaéré** ».

À l'horizon, vous apercevez **le phare de Saint-Mathieu**. Sur place, le panorama est superbe. Il est encore plus impressionnant à partir du sommet du phare et de ses 163 marches. Son feu blanc, d'une portée de 50 km, indique la route vers **le Goulet de Brest**.



À son pied, les vestiges d'une abbaye bénédictine du VI^e siècle. Elle aurait abrité les reliques de l'apôtre Mathieu. Subsistent aujourd'hui la façade romane, les voûtes de pierre du chœur et les arcades de la nef. Un lieu envoûtant !

En direction du **port du Conquet**, vous apercevez **le phare de Lochrist**. Votre périple n'est pas terminé. Le bateau pour l'île vous attend. Après 1 h 30 de traversée, vous débarquez au port du Stiff et vous vous dirigez vers le bourg de Lampaul. Votre journée s'achève avec une vue mer sur la baie de Lampaul, presque les pieds dans l'eau.

Nuit : Hôtel **Le Roc'h Ar Mor*****

Le bourg, 29242 Ouessant, 02 98 32 43 93, www.lerocharmorouessant.bzh

Dîner : Restaurant **Le Roc'h Ar Mor**

Option : Panier pique-nique pour le lendemain préparé par **Le Roc'h Ar Mor**

Jour 3 | Ouessant, le tour de l'île à vélo

24 km, 4 h 00 en intégrant les nombreux arrêts "paysages" !

L'île se décompose en 4 pointes exceptionnelles aux caractéristiques différentes. Vous succumberez à leur charme.

À partir du **bourg de Lampaul**, dirigez-vous vers **la pointe de Pern**. Il s'agit de l'endroit qui se situe le plus à l'ouest de la France et probablement l'endroit le plus magnifique de l'île. En revenant sur vos pas, prenez la direction du **phare du Créac'h**. À son pied, le musée des phares et balises retrace l'histoire de la signalisation maritime. À proximité, possibilité de visiter aussi l'écomusée d'Ouessant dédié à l'histoire de l'île.

Puis partez vers **la Pointe de Kadoran**. Elle se situe au nord-est et ressemble très fortement à l'Irlande (ou c'est l'inverse ?). Vous ferez face aux plus hautes falaises d'Ouessant !

Continuez vers le sud-est vers **la pointe de Penn Arlan**. Elle abrite un joli port où vous pourrez flâner à pied et apercevrez les vestiges d'un château fort datant du Moyen-Age.

Ensuite, prenez la direction de **la pointe de Porz Doun** au sud-ouest d'Ouessant. Cette pointe vous amènera à un peu de douceur grâce à sa pelouse moelleuse et épaisse.

Enfin, retournez vers le bourg de Lampaul pour accorder à vos mollets un repos bien mérité.

Nuit | Hôtel **Le Roc'h Ar Mor*****

Le bourg, 29242 Ouessant, 02 98 32 43 93, www.lerocharmorouessant.bzh

Dîner | Restaurant **Le Roc'h Ar Mor**

Option | Panier pique-nique pour le lendemain préparé par **Le Roc'h ar Mor**

Jour 4 | D'Ouessant à Saint-Pabu

63 km, 5 h 15

C'est reparti pour le continent. Depuis **le bourg de Lampaul**, prenez la direction du **port du Stiff**. Après 1 h 30 de traversée, au **Conquet**, dirigez-vous vers le nord en longeant **la magnifique plage des Blancs Sablons**.



Poursuivez vers **la Pointe de Corsen** et son sémaphore avec le Centre régional opérationnel de surveillance et de sauvetage de Corsen-Ouessant (Cross Corsen). Ce dernier joue le rôle de gendarme en veillant à la bonne circulation des navires et au sauvetage des bateaux en difficulté **entre la baie du mont Saint-Michel et la pointe de Penmarc'h**. Tout près, se trouve une table d'orientation avec une vue imprenable sur Molène et Ouessant.

Continuez en passant à proximité du phare de Trézien. D'une hauteur de 37 m, il a comme particularité de se trouver à 500 m de la côte.

Contournez ensuite **l'Aber Ildut** et ses anciennes carrières de granit jusqu'à **Lanildut**. La présence de nombreux murets de pierres sèches le long des propriétés n'y est pas étrangère. À Lanildut, il est possible de visiter La Maison de l'Algue pour y découvrir les activités liées à la valorisation du goémon.

Poursuivez vers **le petit port de Mazou**. C'est, avec le port de Gwin Zegal à Plouha, le dernier représentant en France d'un mode de mouillage très particulier dont l'histoire remonte au Moyen-Âge : un simple mouillage sur pieux de bois.

Entre **Pospoder** et **le port d'Argenton**, vous avez la possibilité de bifurquer sur **les presqu'îles du Vivier** ou de **Saint-Laurent** pour apercevoir au plus près **le phare du Four**. Cet endroit est un véritable enfer pour les navigateurs.

Progressez ensuite vers **Portsal** où le souvenir du naufrage du pétrolier l'Amoco Cadiz est encore très présent.

Longez ensuite la côte en direction de **l'Aber Benoît** et de sa rive sud jusqu'à **Saint-Pabu**, votre point d'arrivée.

Nuit | Chambres d'hôtes **La Clé des Champs**

Kermerrien, 29830 Saint-Pabu, 02 98 89 77 51, www.lacledesabers.fr

Dîner | Plateaux repas fournis par un traiteur

Option | Panier pique-nique pour le lendemain préparé par les chambres d'hôtes

Jour 5 | De Saint-Pabu à Plouguerneau

40 km, 3 h 30

Quittez **Saint-Pabu** et dirigez-vous vers **Tréglonou** et **le pont de l'Aber Benoît** et poursuivez sur sa rive nord jusqu'au **port de l'Aber Wrac'h** et les multiples îlots qui parsèment son embouchure. Vous voici prêts à longer l'Aber le plus long des 3. Il fait 33 km et il traverse onze communes.

Progressez ensuite jusqu'au pont de Paluden. Un petit retour dans les terres s'impose pour arriver au quartier de **Lilia à Plouguerneau** et au **phare de l'Île de Wrac'h**. Aujourd'hui, cette maison phare est devenue un lieu de résidence d'artistes et d'expositions. Bientôt face à vous, **l'île vierge et son phare emblématique**. L'un des plus impressionnants, avec ses 82 m, il est le plus haut phare d'Europe. Le panorama depuis **la Pointe de Kastell Ac'h** est magnifique.

Plouguerneau est aussi connu pour l'exploitation du goémon. L'Écomusée des Goémoniers et de l'Algue retrace son histoire. Après sa visite, Vous serez alors incollable sur cette manne naturelle que sont les algues.

Nuit | Hôtel **Le Castel Ac'h** ***

Kervenny - Plage de Lilia, 29880 Plouguerneau, 02 98 37 16 16, www.castelach.fr

Dîner | Restaurant **Le Castel Ac'h**

Option | Panier pique-nique pour le lendemain préparé par **Le Castel Ac'h**



Jour 6 | De Plouguerneau à Brest

45 km, 4 h 00

Revenez sur vos pas jusqu'au **pont de Paluden** puis prenez la direction de **Lannilis**. Poursuivez sur la **Véloroute des Abers** en longeant **l'Aber Benoît vers Plouvien**.

Traversez l'Aber au niveau du **Moulin de Coumou**. Ce moulin présente une petite minoterie avec une turbine produisant de l'électricité et une paire de meules. Ces différents éléments sont encore en parfait état de fonctionnement.

Situés au cœur du bourg, **la chapelle de Saint-Jaoua**, son enclos paroissial et la fontaine valent aussi le détour.

Poursuivez vers le sud en direction de **Plabennec**. Terminez votre parcours en longeant les méandres de **la petite rivière de la Penfeld** jusqu'à la gare de Brest, votre terminus !

Dates, prix, hébergements et restauration

Date | Nous nous adaptons à vos besoins et à vos envies : vous partez à la date que vous souhaitez ! Nous vérifions la disponibilité des hébergements et des liaisons maritimes pour assurer votre départ.

Le prix comprend

- Hébergement : 5 nuits en chambre double
- Une assistance téléphonique
- Les taxes de séjour

Le prix ne comprend pas

- 5 petits-déjeuners et 5 dîners
- Le coût des traversées A/R vers Ouessant (consulter les conditions de transport des vélos)
- La location de vélo (en option)
- Les déjeuners (en option)
- Le transfert des bagages
- Les visites du musée des phares et balises à Ouessant, de l'Écomusée des Goémoniers et de l'Algue à Plouguerneau
- Les dépannages
- Les boissons, les visites (autres que celles mentionnées dans l'offre) et autres dépenses personnelles
- L'assurance
- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous

Pour les tarifs enfants et les voyageurs solo, nous consulter
Possibilité de réserver des nuits supplémentaires en début ou en fin de séjour

Nombre de participant | à partir de 1 personne

Hébergements | 4 nuits en hôtel***, 1 nuit en chambres d'hôtes

Restauration | 4 dîners assurés par nos hôtels restaurants, 1 dîner assuré par un traiteur et livré en plateau repas aux chambres d'hôtes pour le jour 4

Début du séjour | Le jour 1 à l'appartement les Pingouins du Phare à partir de 17 h 00

Fin du séjour | Le jour 7 lors de votre arrivée à la gare de Brest



Infos pratiques

Observation | Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement (déviation, météo, niveau des participants...).

Caractéristiques du circuit | De 3 h 00 à 5 h 15 heures de vélo sur des routes partagées avec peu de circulation. L'itinéraire, en partie balisé, emprunte la Voie 5 Bretagne et la Véloroute des Abers. Une moyenne de 12 à 15 km/h est retenue pour le calcul de la durée des étapes.

Niveau de difficulté | De facile à modéré

Transfert des bagages | Contactez nos taxis partenaires :

- AT Taxi, 06 45 74 92 24
- Abers Benoît Taxi, 06 26 68 39 72

Location de vélos | contactez nos partenaires

- Méli Mélo à Landéda – <https://www.cycle-finistere.com/>
- Les Frères Complices à Porspoder – www.lesfrerescomplices.com

Carnet de route | Vous disposez à partir de ce document de l'ensemble des informations nécessaires à l'organisation de votre séjour.

Traversées vers Ouessant | Contactez la compagnie maritime de Penn Ar Bed – www.pennarbed.fr

Embarquement des vélos | Se renseigner auprès de la compagnie Penn Ar Bed – www.pennarbed.fr

Comment venir | En train, TGV Paris Montparnasse – Brest (direct ou correspondance à Rennes) ; en voiture, depuis Paris (5 h 30 à 6 h 00 de route) ; en avion, Paris Charles de Gaulle – Brest (1 h 15), puis navette pour la gare de Brest

Où stationner | Parkings payants à proximité de la gare

Plus d'informations & contact

Réservation des hébergements et des repas |

Pour les jours 1,2,3,5, Jérémie : jeremie@laroutedespingouins.fr, 02 98 32 43 93

Pour le jour 4, Chambres d'hôtes La Clé des Champs Kermerrien, 29830 Saint-Pabu, 02 98 89 77 51, www.lacledesabers.fr

Information sur l'itinéraire |

Emmanuel : emmanuilemaitre2@gmail.com 06 87 00 90 17

Séjour modulable, nous consulter pour un devis

