

ROSCOFF-NANTES

VELODYSSÉE

8 jours / 7 nuits / 7 jours de vélo



Au départ de Roscoff la citée 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'oeil 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 coeur 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.

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Roscoff

Arrivée à Roscoff en fin d'après-midi. Nuit en demi-pension à l'hôtel.

JOUR 2 : Roscoff - Morlaix - Scrignac

Cette première étape au départ du vieux port de Roscoff vous conduira à travers d'immenses champs de primeurs après avoir admiré la vue plongeante sur la baie. Vous atteindrez alors Saint-Pol puis la cité médiévale de Morlaix, et son immense viaduc. La Vélodyssée empruntera alors une ancienne voie ferrée transformée en voie verte, très ombragée. La forêt laissera vite place aux landes typiques des Monts d'Arrée pour enfin atteindre Scrignac.

Nuit et petit déjeuner en gîte d'étape (B&B).

▲ **Distance : 52,6km.**

JOUR 3 : Scrignac - Carhaix Plouguer - Rostrenen

C'est une étape très nature qui vous attend aujourd'hui. Vous découvrirez l'intensité de la verdure Finistérienne en déroulant tranquillement sur une voie verte. Selon votre forme, n'hésitez pas à faire un détour au niveau de Huelgoat pour découvrir son lac et sa forêt de chaos rocheux, après une courte montée assez prononcée, vous ne serez pas déçus... Plus loin, vous longerez le Canal de Nantes à Brest et découvrirez les nombreuses écluses qui rythmeront votre avancée avant d'atteindre Rostrenen, pour votre étape du soir.

Nuit en demi-pension à l'hôtel.

▲ **Distance : 59,8km.**

JOUR 4 : Rostrenen - Gouarec - Mûr de Bretagne - Pontivy

Après un copieux petit-déjeuner, vous serpenterez dès les premiers tours de roues dans les bois de Rostrenen, jusqu'à Gouarec. A la mi-parcours, n'hésitez pas à faire une pause à la double écluse de Coat Natous pour admirer la chapelle Notre-Dame-de-la-Pitié, construite en pierre de taille au début du 16ème siècle et qui n'a subi aucune modification depuis cette époque. A Gouarec, la voie verte fera place au chemin de halage jusqu'au site de l'Abbaye de Bon Repos. Quelques coups de pédales plus loin, au niveau du lac de Guerlédan, vous prendrez un peu de hauteur en empruntant une ancienne voie ferrée jusqu'à Mûr-de-Bretagne, et pourrez admirer les eaux miroitantes de cette petite mer intérieure. Une grande descente en voie partagée vous conduira ensuite au pied du barrage, puis jusqu'à Pontivy, à travers une végétation luxuriante et dans une ambiance assez féerique.

Nuit et petit déjeuner à l'hôtel (B&B).

▲ **Distance : 54,4km.**

JOUR 5 : Pontivy - Rohan - Josselin

C'est une étape au fil de l'eau qui vous attend aujourd'hui. Pas moins de 54 écluses ainsi que la rigole d'Hilvern vous permettront de mieux cerner la complexité hydraulique d'un ouvrage aussi titanesque que le Canal de Brest à Nantes. De nombreuses essences d'arbres vous abriteront du soleil tout au long de ce début de parcours avant d'entrer au cœur du pays de Rohan. Peu après cette jolie cité, faites un détour par l'Abbaye de Timadeuc, impressionnante forteresse amarrée à son piton rocheux, que vous apercevrez au loin, peu avant d'arriver à Josselin, petite cité médiévale, votre étape du jour.

Nuit et petit déjeuner en chambres d'hôtes (B&B).

▲ **Distance : 49km.**

JOUR 6 : Josselin - Malestroit - Peillac - Redon

Aujourd'hui, vous allez pédaler en direction de Malestroit, et continuer votre approche de l'époque médiévale, tant ces 2 citées se ressemblent, de part leurs maisons à pans de bois et leurs ruelles très étroites. Surnommée "la perle de l'Ouest", Malestroit vous invite à une visite de ses vieilles ruelles remplies de charmes. Vous continuerez ensuite sur un revêtement très roulant à travers la vallée de l'Oust et les contreforts des Landes de Lavax en second-plan, avant de pourquoi pas, faire une pause bien méritée à Saint-Congard et l'écluse de Guélin, juste après le confluent avec la Claie. Peu avant

Redon, le site de l'Île-aux-Pies avec son caractère très méditerranéen, ses pins et son piton rocheux, donneront un autre visage à cette étape de la Vélodyssée.

A l'entrée de Redon, au carrefour de La Croix-des-Marins où s'entrelacent l'Oust et la Vilaine, prenez garde de ne pas vous tromper et suivez la signalétique pour ne pas basculer du mauvais côté du chemin de halage. Vigilance requise au niveau du barrage de la Potinais et lors de la traversée de Redon pour rejoindre votre hébergement.

Nuit et petit déjeuner à l'hôtel (B&B).

▲ **Distance : 63,4km.**

JOUR 7 : Redon - Guenrouët - Blain - Le Gâvre

Nouvelle journée au fil de l'eau, non loin de la Brière et de la confluence entre l'Isac et la Vilaine... En étant attentif et aux aguets sur votre vélo, vous pourrez distinguer de nombreuses espèces animales qui peuplent les marais aux alentours. C'est la journée la plus variée de ce séjour, car vous alternerez entre méandres, paysages bocagers, bosquets et coteaux, parfois même de petites pinèdes justes avant l'écluse de Barel. Étape entièrement sur piste cyclable roulante et très agréable jusqu'au cœur de Blain, puis 8km de petite départementale jusqu'à notre Logis Auberge partenaire.

Nuit en demi-pension à l'hôtel.

▲ **Distance : 53km.**

JOUR 8 : Le Gâvre - Blain - Nort sur Erdre - Nantes

Dernière étape de cette belle aventure en poursuivant le long du Canal de Nantes à Brest. Faites une pause fraîcheur à l'étang de Bout-de-Bois ou au Bois de la Chevallerai. L'écluse N°2 de Quiheix marquera la fin du chemin de halage, et vous alternerez alors entre petites routes et sections de voies vertes en sillonnant les villages typiques des environs de Sucé-sur-Erdre. A partir de là, une piste cyclable située en bordure de la RD69 vous conduira à l'agglomération de Nantes en toute sécurité. Soyez tout de même prudents en traversant Nantes jusqu'à la gare SNCF ou afin de rejoindre votre hôtel (si vous nous avez réservé une nuit supplémentaire à Nantes), car le trafic y est dense et le balisage de la Vélodyssée n'y est pas toujours évident.

Fin du séjour dans l'après-midi.

▲ **Distance : 73km.**

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : Etapes de 45 à 73 kms. La moyenne des étapes est de 54 kms par jour, sans difficulté particulière car très peu de dénivelé. Un minimum d'entraînement et de pratique vélo suffisent.

PORTAGE : Uniquement les affaires de la journée.

HÉBERGEMENT : En fonction des disponibilités en hôtels** et ***(ou niveaux équivalents) gîtes et en chambres d'hôtes.

RENDEZ-VOUS : En fin d'après-midi le J1 à votre hôtel de Roscoff.

DISPERSION : Dispersion à Nantes le J8 en fin d'après-midi.

DATES ET PRIX :

Pour connaître les départs confirmés, consultez notre site internet :

www.cheminsdusud.com

Supplément chambre individuelle sous réserve de disponibilité : 190€

Location vélo avec livraison à Roscoff et récupération à Nantes: 110€

Location vélo électrique avec livraison à Roscoff et récupération à Nantes : 140€

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € / personne.
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € / personne.

Nous consulter pour des nuits supplémentaires.

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en demi-pension (sauf dîner du J2, J4, J5 et J6),
- Le transport de vos bagages durant le séjour,
- Les documents de voyages (Cartes, descriptifs, étiquettes pour vos bagages, bons d'échanges),
- L'assistance téléphonique.

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les pique-niques du midi, et les dîners du J2, J4, J5 et J6 et les boissons
- L'assurance annulation et/ou assistance
- Le billet de train Nantes - Roscoff
- Les visites de sites
- Les vélos
- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les dépenses personnelles,
- Les frais d'inscription éventuels,
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "*Le prix comprend*"

POUR VOUS CONTACTER PENDANT LA RANDONNEE :

En cas d'urgence, faites appeler Chemins du sud, nous transmettrons les coordonnées de l'hébergement où vous joindre.

MOYENS D'ACCES :



EN VOITURE : La Rochelle

Vous pouvez consulter votre itinéraire sur : fr.mappy.com

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



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.

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>

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.

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Possibilité de réserver une nuit supplémentaire à Roscoff ou Nantes (nous consulter).



EQUIPEMENT CONSEILLÉ :

- 1 paire de chaussures de marche légères type randonnée déjà rodées
- 1 sac à dos de 30l mini (pour les affaires de la journée et une partie du pique nique)
- 1 sac de voyage pour les affaires transportées par véhicule suiveur dont le poids ne devra pas excéder 10 Kg (1 seul sac par personne)
- 1 short
- 1 maillot de bain
- 1 anorak ou veste coupe vent
- 1 vêtement de pluie : poncho, ciré ou parapluie solide
- 1 pantalon ample (toile ou jogging)
- plusieurs paires de chaussettes (laine ou coton de préférence) et sous-vêtements, 1 pull ou fourrure polaire, des gants et un bonnet (selon la saison)
- lunettes de soleil, crème solaire, chapeau, crème labiale
- 1 gourde de 1 litre
- 1 petite trousse de toilette réduite au maximum
- 1 petite pharmacie personnelle (gaze, élastoplaste, antalgique, etc.)
- 1 paire de tennis et 1 survêtement ou vêtement ample pour le soir
- 1 lampe de poche, du papier hygiénique, des jumelles si vous en possédez, votre appareil photo (filtre U.V, pellicules) - et pourquoi pas un bon roman...

Très important : Vos sacs seront transportés par nos soins, toutefois vous aurez parfois à porter vos affaires en ville sur quelques centaines de mètres, pour cette raison toutes vos affaires devront être contenues dans un seul sac à dos ou sac de voyage. N.B : Si vous savez vous limiter à l'essentiel, votre sac ne doit pas excéder 8 kilos.

AUTRES PRÉCISIONS Spécifique vélo :

- Des gants de vélo, voire longs suivant la saison
- 1 casque vélo (obligatoire)
- 1 bidon ou 2, le plus pratique étant les poches à eau dorsales (type Camel Back)
- des garde-boue peuvent être utiles
- 2 chambres à air
- quelques rayons de rechange
- 1 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 d'un peu de matériel

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

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

CLIMAT

Le climat dominant de la Bretagne est le climat océanique caractérisé par des étés plutôt beaux et doux et des hivers souvent pluvieux, ventés (mais avec régulièrement de belles journées calmes et lumineuses) et doux. Les écarts de températures sont faibles et les jours de gel en hiver sont rares. Les précipitations sont assez fréquentes et sont réparties toute l'année, ce qui donne une fausse réputation de « mauvais temps » en Bretagne. Globalement le temps breton est souvent variable, changeant, sans excès de températures. Car en Bretagne le climat est très variable aussi d'un secteur à un autre.

METEO :

Pour connaître les prévisions météo :

- vous pouvez contacter Météo France à ce nouveau numéro: 32 50 (0,34 € la minute)
- vous pouvez consulter le site de Météo France sur www.meteo.fr

TRANSPORT DES BAGAGES

Votre sac doit être muni des étiquettes, accrochées de façon visible.

Les bagages doivent être prêts avant 9h30 à la réception de l'hôtel et arriveront au nouvel hôtel avant 17h30. Il vous sera également demandé de ne pas laisser de bouteille en verre ou tout objet fragile.

Le transport des bagages termine à Avignon. Les nuits supplémentaires ne comprennent pas le transport des bagages.

VÊTEMENTS

Nous vous conseillons des chaussures confortables et une tenue pratique, "d'oignon" comme on dit, avec plusieurs couches afin de pouvoir affronter les changements de climat et de température; n'oubliez pas un **K-Way** ou un **poncho**, indispensables s'il pleut, et également une veste pour les jours frais et pour les soirs. Il est important de porter des lunettes de soleil en été, un chapeau (légèrement coloré), une crème solaire protectrice et un spray contre les insectes.

Un casque, des pantalons et des gants de bicyclette sont recommandés mais pas nécessaires.

Un casque, des pantalons et des gants de bicyclette sont recommandés mais pas nécessaires.

Pendant le circuit, vous avez la chance de visiter différentes institutions religieuses, tels que des églises ou couvents, ou vous devez porter une tenue appropriée (épaules couvertes, chaussures ou sandales...).

Casque de bicyclette: la loi française n'oblige pas aux cyclistes de porter un casque mais nous le considérons très important pour voyager en sécurité.

Et n'oubliez pas d'amener un **équipement de premiers secours**.

ACCUEIL ET RECEPTION DES VELOS

Si vous n'avez pas encore reçu votre dossier par courrier, il vous sera remis le 1^{er} jour à l'hôtel lors de votre arrivée.

En fonction de votre jour d'arrivée, vous pouvez soit récupérer votre vélo chez le loueur, soit directement à l'hôtel.

Vous pouvez aussi louer des vélos pour enfant, sièges pour enfant, remorque à vélo, tandem et casque.

Vous êtes responsable des vélos loués durant le circuit. **Les vélos doivent être cadencés autant que possible dans des lieux sécurisés même pour de court instant.**

PROBLÈMES TECHNIQUES

Si un problème technique avec les bicyclettes vous empêche de continuer **le tour**, contacter nous au numéro d'urgence.

VÉLOS PERSONNELS

Si vous souhaitez faire le parcours avec votre propre bicyclette, nous vous conseillons de vérifier que tout fonctionne parfaitement avant de partir.

Feux avant et arrière, sonnette, et **compteur kilométrique (important pour bien suivre le roadbook)**.

Nous vous recommandons d'amener votre propre kit de réparation puisque l'utilisation du numéro

d'urgence en cas de panne n'est pas prévu si vous portez votre propre bicyclette. N'oubliez pas d'amener votre propre antivol et de toujours mettre l'antivol à votre bicyclette.

RAPPEL DE LA LOI FRANCAISE

Les cyclistes doivent porter une veste réfléchissante en dehors des villes une demi heure après le couché du soleil jusqu'à une heure avant le levé du soleil et dans les tunnels.

Le casque, le port des gants et d'une trousse de secours n'est pas obligatoire mais fortement conseillé.

INFOS REGION

La section bretonne de La Vélodyssée et de l'Eurovéloroute 1 qui relie Roscoff à Hendaye, emprunte en partie le Canal de Nantes à Brest. Avec ses 238 écluses et ses nombreux ouvrages d'art, le Canal de Nantes à Brest est considéré comme la plus grande oeuvre technologique du XIXe siècle. Ce chemin d'eau traverse des paysages naturels contrastés, de la douceur nantaise et des marais de Redon, aux Monts d'Arrée, en côtoyant des villes historiques, Blain, Redon, Pontivy.

POUR EN SAVOIR PLUS

ADRESSES UTILES :

CARTOGRAPHIE

- IGN Top 25, 1/25000 1223 E, Nantes.
- IGN Top 25, 1/25000 0515ET, Saint-Pol-de-Léon, Roscoff, Brigognan-Plage, Île de Batz.

SUR LE WEB

- <http://www.nantes-tourisme.com/>
- <http://www.roscoff-tourisme.com/>
- <http://www.finisteretourisme.com/>



Ce séjour vous est proposé en collaboration avec notre partenaire La Balaguère

En cas de problème de dernière minute, appelez en France en priorité au :

(00 33) 4 90 09 06 06

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter au :

(00 33) 7 77 08 14 68