

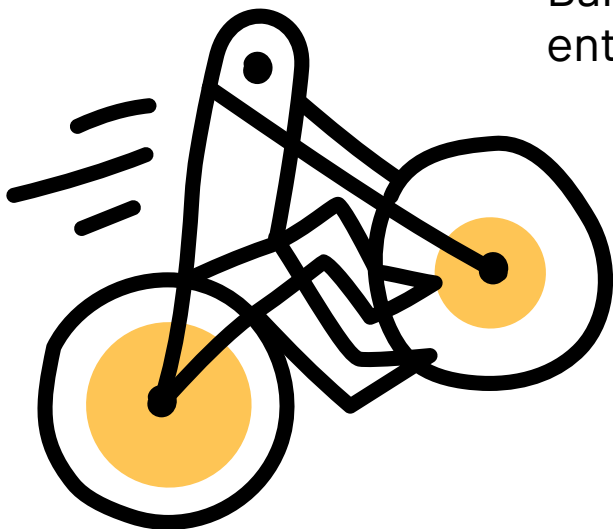
Rouler

1

sur la Tro-Vélo[®]

Plouneour-Brignogan-Plages et Kertouan

Balade audio-guidée
entre terre et mer



DISTANCE : 25 km
DURÉE : 3 h
BALISAGE —

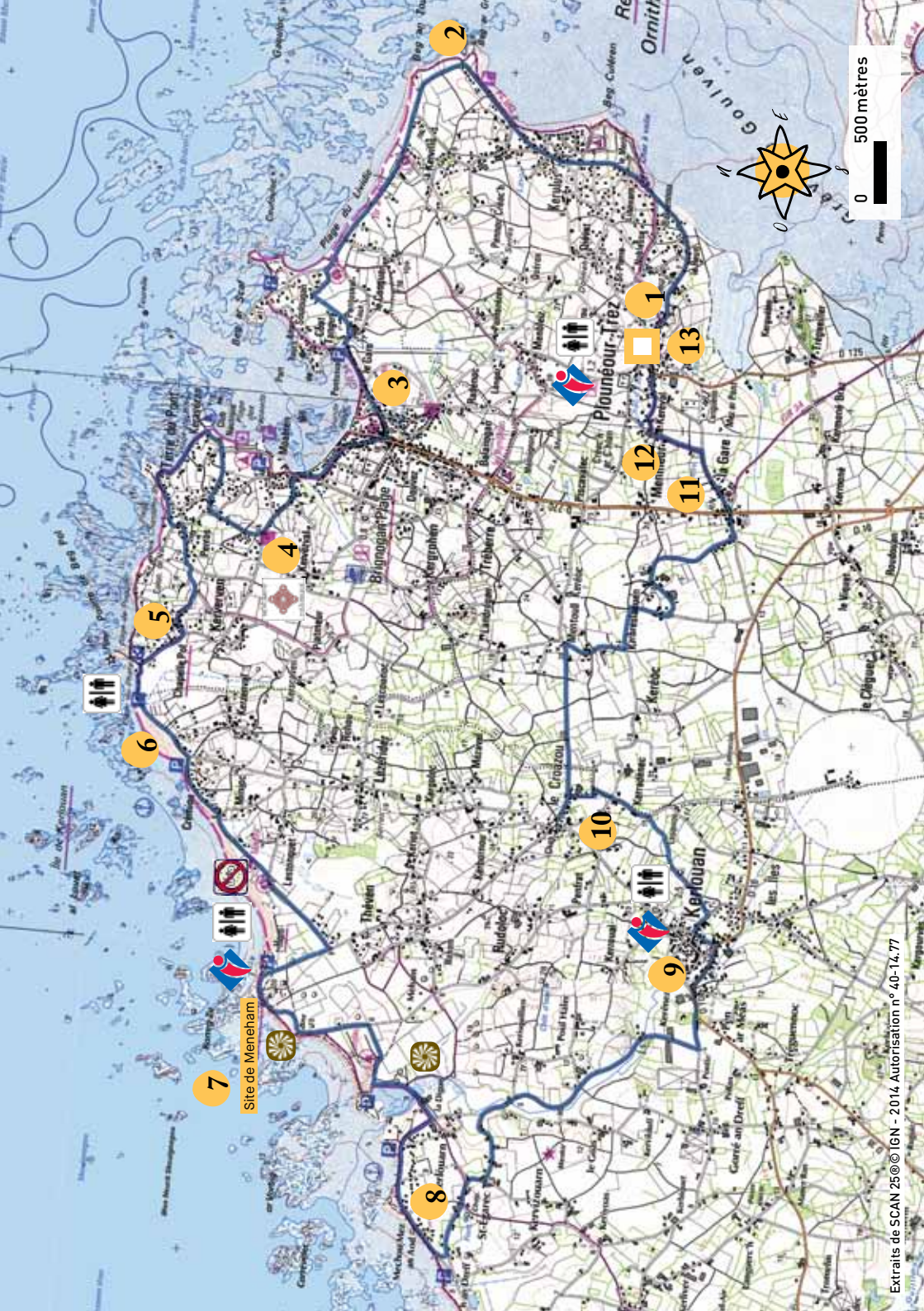


VÉLO



Menhir Men Marz à Plounéour-Brignogan-Plages © R.Gladu - TCDL





Site de Meneham

Bonne promenade !

Le Tro-vélo® 1 vous invite à découvrir les communes côtières de Plouneour-Brignogan-Plages et de Kerlouan, cœur du Pays Pagan. Le parcours est ponctué de reportages audio faisant appel à la mémoire et aux connaissances de la population locale : chansons et comptines, danses, interviews sur l'histoire et sur les métiers anciens et actuels.


Écouter les étapes audio en flashant ce tag !





Des audio guides sont disponibles dans les bureaux d'information touristique


Les séquences sonores sont également téléchargeables sur : www.cotedeslegendes.bzh

Légendes

 Point de départ : Bourg de Plouneour - Place de la Mairie
GPS lat x lon : 48,650656, -4,318169

 Obligation de descendre du vélo aux endroits suivants :
▶ GR 34 : direction Ouest du phare
▶ Traversée du site de Meneham


 1 Point d'écoute à entendre en Pays Pagan

 Office de tourisme

 Monument historique

 Site naturel classée ou inscrit

 Toilettes

 Circuit balisé dans le sens anti-horaire

Étapes audio

- 1 Bourg de Plouneour-Brignogan-Plages : *Qui est Patre Treouere ?*
- 2 Pointe de Beg ar Graoz – Plouneour-Brignogan-Plages : *Les Goémoniers – la Drôme*
- 3 Baie de Pontusval – Plouneour-Brignogan-Plages : *Qu'est-ce que le Pays Pagan ?*
- 4 Menhir de Men Mars – Plouneour-Brignogan-Plages : *Légendes de Men Mars*
- 5 Chapelle Pol – Plouneour-Brignogan-Plages : *Légende de la Chapelle Pol*
- 6 Pointe de Beg Pol – Plouneour-Brignogan-Plages : *Phare de Pontusval, Côtes de Naufrageurs ?*
- 7 Meneham – Kerlouan : *La Danse Round – Spectacles sons et lumières*
- 8 St Egarec – Kerlouan : *Légende de Saint Egarec*
- 9 Bourg de Kerlouan : *L'agriculture dans le Léon*
- 10 Chapelle du Croazou – Kerlouan : *Toponymie – nom des lieux-dits*
- 11 La Gare – Plouneour-Brignogan-Plages : *Le Train Patate*
- 12 Menneur – Plouneour-Brignogan-Plages : *Lavoir et lavandières*
- 13 Bourg de Plouneour-Brignogan-Plages : *Chants / comptines*

Suivre le bon chemin...

Chaque itinéraire est matérialisé par des flèches comportant un pictogramme vert « vélo », la mention « Tro-vélo® » et le numéro du circuit correspondant.



Les boucles Tro-vélo® se connectent parfois aux itinéraires vélo routes.

Dans ce cas, suivez le fléchage vélo route matérialisé par des flèches comportant le pictogramme vert « vélo ».

En cas d'absence de fléchage, la règle est de continuer tout droit.

Pour bien vous localiser, prenez des repères sur le terrain et garder un oeil sur la carte IGN.

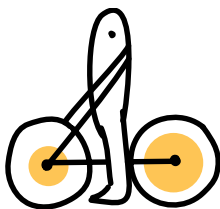
Les Tro-vélo[®], quésaco ?

Les Tro-vélo[®] sont des boucles de promenade à vélo à destination de publics touristiques et/ou familiaux.

D'une distance limitée et de faible dénivelé, elles permettent de partir à la découverte du patrimoine de la Côte des Légendes et de profiter des services de proximité.

Les Tro-vélo[®] empruntent les petites routes communales et les routes à faible circulation automobile. Prudence et respect du code de la route sont donc de mise !

6 boucles Tro-vélo[®] sont actuellement proposées en Côte des Légendes, n'hésitez pas à nous demander conseils et à nous transmettre vos avis.



Petits conseils entre cyclistes

- Préparer et vérifier l'état de votre vélo (freins, éclairage, vitesses, pneus).
- Emporter quelques outils de réparation : pompe, démonte pneu, rustines...
- Prévoir de l'eau pour vous hydrater, lunettes et crème solaires pour vous protéger.
- Choisir des itinéraires adaptés à votre niveau de pratique. Avec des enfants en bas âge, des circuits de 15 à 25 km dans la journée sont idéaux pour débuter. Cette distance parcourue à la vitesse moyenne tranquille de 10 km/h à vélo laisse le temps de faire de haltes, de découvrir le patrimoine et de garder un peu de place pour l'imprévu.

www.cotedeslegendes.bzh

Contact :

Tourisme Côte des Légendes :
Place des 3 Piliers - 29 260 Lesneven
Tél. : 02 29 61 13 60
tourisme@cotedeslegendes.bzh

