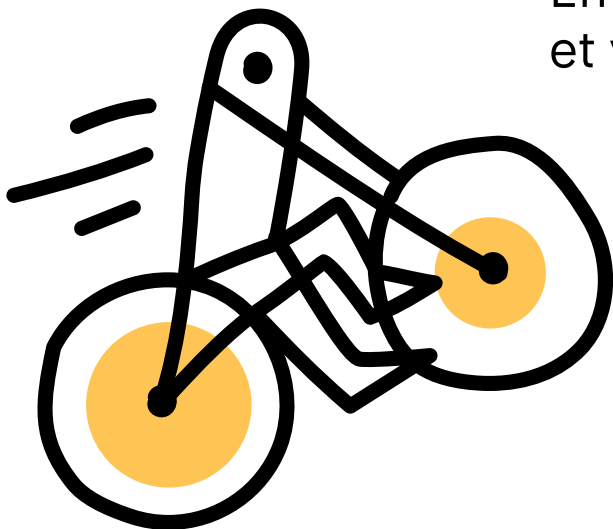


Rouler

sur la Tro-Vélo[®]

Kernouës, St-Frégant, Kernilis et Lanarvily

Entre ruisseaux
et vallées



DISTANCE : 29 km
DURÉE : 3h30
BALISAGE —



VÉLO







0 500 mètres

Bonne promenade !

La Tro-vélo* 4 vous emmènera à travers la campagne hors des sentiers battus jusque dans la vallée de l'Aber Wrac'h où vous pourrez découvrir le passé et le présent agricole de la Côte des Légendes.


1 La Fontaine St-Guérolé : Selon la légende, Guérolé aurait guéri sa petite soeur Clervie, dont l'oeil aurait été gobé par une oie sauvage. Depuis lors il est de coutume de dire que la fontaine St-Guérolé de St-Frégant aurait des vertues médicinales, en particulier pour les problèmes ophtalmologiques


2 La Vallée de l'Aber Wrac'h et le moulin du Vern : Dernier moulin en activité sur l'Aber Wrac'h, il possédait quatre paires de meules utilisées pour le blé noir, l'alimentation du bétail et la mouture du blé. Ce système artisanal fut remplacé par une turbine et des broyeurs lors de la transformation du moulin en minoterie en 1950. Aujourd'hui, ce vestige historique est passé dans le domaine privé, mais offre une vue dépayssante du passage de l'Aber Wrac'h.

3 Le hameau de Guicquelleau : Situé à 4 km au nord de la commune du Folgoët, le lieu-dit Guicquelleau abrite quelques témoignages du riche passé de la Côte des Légendes. Vous passerez tout d'abord à côté du manoir privé doté d'un colombier parfaitement conservé, puis de la chapelle Saint-Vellé. Cette chapelle qui tire son nom d'un ermite venu du Pays de Galles au V^{ème} ou VI^{ème} siècle, a été sauvée des ruines dans les années 80 et offre aujourd'hui un cadre privilégié grâce à son superbe jardin.



Légendes

 Point de départ : parking en face de la salle Louis Page
GPS lat x lon : 48.591036, -4.348635

 Attention, traversée de route dangereuse

 Toilettes

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 véloroutes.

Dans ce cas, suivez le fléchage véloroute 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 gardez un oeil sur la carte IGN.

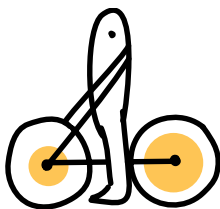
Les Tro-vélo[®], quésaco ?

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

