

LA CARTE DES CIRCUITS VÉLO

du Pays bigouden



LÉGENDE

- Office de tourisme
- Stationnement pour le départ
- Point de départ / arrivée Niveau facile
- Point de départ / arrivée Niveau moyen
- Point de départ / arrivée Niveau difficile
- Arrêt d'autocar
- Plage
- Route secondaire
- Transbigoudène (2x2 voies)
- Véloroute (V45)
- Distances sur la véloroute (V45)
- Voie verte jusqu'à Quimper
- Circuit vélo Penmarc'h «La Penmarc'haise» / 20 km et ses liaisons inter-bourgs
- Circuit vélo de Penmarc'h à Pont-l'Abbé (n°2902) «L'itinéraire de l'ancienne voie ferrée du train Birinik» / 18,85 km

Les boucles vélo

- Boucle vélo Saint-Jean-Trolimon «Les 4 chapelles» / 19,4 km
- Boucle vélo Plomeur «Cap Caval» / 15,8 km
- Boucle vélo Plobannaec-Lesconil «Autour du Ster» / 11 km
- Boucle vélo Île-Tudy «Tro Enez» / 6,5 km
- Boucle vélo Loctudy «Loc en selle» / 9 km
- Boucle vélo Combrit-Sainte-Marine «Par bois, rivage et polder» / 15,5 km
- Boucle vélo Penmarc'h «Les mégalithes» / 12 km
- Boucle vélo Tréméoc «Tro Ar Gumun» / 15 km

Les liaisons bourg-bourg

- Plogastel-Saint-Germain à Tréogat
Départ : place de la mairie / 13,7 km
- Plonéour-Lanvern à Pont-l'Abbé par Tréenn
Départ : parking de la mairie / 7,6 km
- Plonéour-Lanvern à Pont-l'Abbé par Quéjordan
Départ : parking de la mairie / 8,2 km

Les liaisons bourg-plage

- Plovan - plage de Ru Vein
Départ : Rue de la mairie / 1,5 km
- Tréogat - plage de Kerbinigou
Départ : parking de la mairie / 5,8 km
- Plogastel-Saint-Germain - plage de Kerbinigou (Tréogat)
Départ : place de la mairie / 19,2 km
- Plonéour-Lanvern - plage de Kermabec (Tréguennec)
Départ : parking de la mairie / 5,2 km
- Plogastel-Saint-Germain - plage de Penhors (Pouldreuzic)
Départ : place de la mairie / 15,35 km
- Plovan - plage de Ru Vein
Départ : Rue de la mairie / 1,5 km
- Tréogat - plage de Kerbinigou
Départ : parking de la mairie / 5,8 km
- Plogastel-Saint-Germain - plage de Kerbinigou (Tréogat)
Départ : place de la mairie / 19,2 km
- Plonéour-Lanvern - plage de Kermabec (Tréguennec)
Départ : parking de la mairie / 5,2 km
- Plogastel-Saint-Germain - plage de Penhors (Pouldreuzic)
Départ : place de la mairie / 15,35 km
- Plovan - plage de Ru Vein
Départ : Rue de la mairie / 1,5 km
- Tréogat - plage de Kerbinigou
Départ : parking de la mairie / 5,8 km
- Plogastel-Saint-Germain - plage de Kerbinigou (Tréogat)
Départ : place de la mairie / 19,2 km
- Plonéour-Lanvern - plage de Kermabec (Tréguennec)
Départ : parking de la mairie / 5,2 km
- Plogastel-Saint-Germain - plage de Penhors (Pouldreuzic)
Départ : place de la mairie / 15,35 km

Cette carte des boucles vélo est un document d'appel touristique. Si vous souhaitez suivre les boucles, vous pouvez demander les "PAS à PAS" dans les offices de tourisme du Pays bigouden.



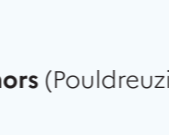
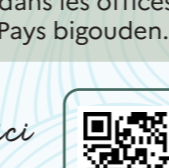
Retrouvez ici les pistes cyclables

Retrouvez ici un guide complet des transports, restaurants, hébergements et commerces accessibles tout au long de votre parcours à chacune de vos étapes.

Besoin de refaire le plein d'énergie ?



Tous les aménagements cyclables ne sont pas présentés sur cette carte.



1 BOUCLE DE SAINT-JEAN-TROLIMON « LES QUATRE CHAPELLES » : 19,4 KM

Numéro de la boucle sur la carte et sur le terrain

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	2 h	19,4 km	136D+	facile

DÉPART / ARRIVÉE : maison de la baie d'Audierno à Tréguennec ou parking de la Torche à Plomeur

Cette boucle légèrement vallonnée vous emmène à la découverte de chapelles emblématiques du Pays bigouden comme Tronoën, Saint-Evy, Saint-Vio et Saint-Budoc et vous permet d'apercevoir les trésors naturels et historiques de la baie d'Audierno.

Le petit + : vous avez la possibilité de réaliser une boucle de 10 km en partant de la Torche et en restant à l'ouest de la boucle.

① Pied à terre autour des mégalithes.

2 BOUCLE DE PLOMEUR « CAP CAVAL » : 15,8 KM

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	1 h 40	15,8 km	82D+	facile

DÉPART / ARRIVÉE : parking Menez Stang à Plomeur ou parking de la Torche à Plomeur

Partez des terres vers la pointe de la Torche, spot de surf emblématique. Cette balade familiale traverse champs, plages et sites mégalithiques, avec de belles vues sur la baie d'Audierno. Une promenade riche d'histoire qui fait voyager dans le temps.

Le petit + : vous avez la possibilité de réaliser une boucle de 10 km en partant de la Torche et en restant à l'ouest de la boucle.

① Pied à terre autour des mégalithes.

3 BOUCLE DE PLOBANNAEC-LESCONIL « AUTOUR DU STER » : 11,5 KM

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	1 h 15	11,5 km	100D+	facile

DÉPART / ARRIVÉE : quai de Pontruche à Lesconil ou place du 19 mars 1962 à Plobannaec

Un circuit terre-mer parfait pour la famille : parcourez le port avant de rejoindre les petites routes de campagne et de profiter de l'embouchure du Ster. En chemin, mégalithes, bâtiments atypiques et petit patrimoine se dévoilent.

Le petit + : vous avez la possibilité de suivre deux variantes pour découvrir le bourg de Plobannaec et des sites mégalithiques.

4 BOUCLE DE L'ÎLE-TUDY « TRO ENEZ » : 6,5 KM

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	40 min	6,5 km	54D+	très facile

DÉPART / ARRIVÉE : parking de l'espace multisports de l'Île-Tudy

Parcourez la plus petite commune du Pays bigouden avec ses ruelles étroites chargées d'histoire, ses maisons de pêcheurs et ses anciennes conserveries. Profitez d'une belle vue sur la tourle de la Perdrix et admirez le calme de l'étang de Kermor.

Le petit + : le circuit d'interprétation pour en apprendre davantage sur le patrimoine et l'histoire de l'Île-Tudy.

5 BOUCLE DE LOCTUDY « LOC EN SELLE » : 9 KM

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	1 h	9 km	78D+	facile

DÉPART / ARRIVÉE : port de plaisance de Loctudy

Partez à la découverte de la commune portuaire de Loctudy, marquée par l'histoire de ses anciennes conserveries. Ses manoirs emblématiques, comme celui de Kerazan, témoignent du passé prospère de la ville. N'hésitez pas à visiter le musée de la conserverie Le Gall à la fin de votre parcours.

① Pied à terre au passage du moulin à marée

6 BOUCLE DE COMBRIT-SAINTE-MARINE « PAR BOIS, RIVAGE & POLDER* » : 15,5 KM

* DRE GOAD, AOD HA POLDER

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Boucle non balisée en 2026

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT	2 h 10	15,5 km	159D+	difficile

DÉPART / ARRIVÉE : parking de la mairie de Combrit

Un circuit bucolique dans les chemins ombragés du bois de Roscouré, parsemé de fontaines et de lavoirs, témoins de la vie quotidienne d'autan. De nombreux monuments sont à découvrir entre le port de Sainte-Marine et les espaces naturels de la commune.

Le petit + : deux variantes vous permettent de vous ressourcer au cœur de la zone naturelle du Polder (en pointillés sur la carte).

① Vigilance autour des zones boisées : glissantes et boueuses après de fortes pluies.

7 BOUCLE DE PENMARC'H « LES MÉGALITHES » : 12 KM

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage courant 2026

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	1 h 15	12 km	71D+	facile

DÉPART / ARRIVÉE : parking de l'aire de Menez Gad à l'entrée de Penmarc'h

Explorez l'héritage néolithique du Pays bigouden en découvrant menhirs, dolmens et alignements laissés par les premières sociétés de la région. Poursuivez le long de la côte rocheuse, puis revenez via les marais paisibles de Lescors.

Le petit + : vous avez la possibilité de réaliser une boucle de 6 km.

① Pied à terre autour des mégalithes

8 BOUCLE DE TRÉMÉOC « TRO AR GUMUN* » : 15,5 KM

* LE TOUR DE LA COMMUNE

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Balisage prévu en 2027

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	1 h 30	15,5 km	150D+	moyen

DÉPART / ARRIVÉE : parking du Roc'h (étang du Moulin-Neuf) à Tréméoc

Au départ de l'étang du Moulin-neuf, laissez-vous bercer par le calme de la campagne verdoyante et découvrez le petit patrimoine bigouden : fontaines, lavoirs, chapelles et anciennes voies ferrées racontent l'histoire des villages d'autrefois.

① Une variante de 20 km permet de faire le tour de l'étang à vélo. Attention itinéraire difficilement praticable en hiver ou après de fortes pluies (variante, en pointillés sur la carte).

Afin d'écourter ou d'étouffer votre balade, des variantes sont proposées, elles apparaissent en pointillés sur la carte. La durée est donnée à titre indicatif (10 km/h en moyenne, allure modérée). Elle ne prend pas en compte les pauses aux points d'intérêt et les arrêts éventuels avec des enfants.

COMMENT REPERER les tracés sur la carte ?

- SUR LES BOUCLES CYCLABLES** - ou - Sur les boucles 1, 2, 3, 4 et 5 sont balisées avec des panneaux numérotés. La boucle 7 sera balisée courant 2026. Pour la boucle 6 et 8 vous pouvez vous géolocaliser depuis le site internet de l'office de tourisme, en téléchargeant le tracé GPX sur une application (OpenRunner, All Trails) ou en téléchargeant le PDF des pas à pas. Vous retrouverez à certains endroits les panneaux indiquant que vous empruntez la véloroute.
- SUR LA VÉLOROUTE N°45** - Sur près de 80 km balisés sur routes et chemins, la véloroute n°45 La Littorale longe le bord de mer par la baie d'Audierno et les ports bigoudens jusqu'à Sainte-Marine. Pensez à P'tit bac entre Bénodet et Sainte-Marine et au passeur entre l'Île-Tudy et Loctudy pour faciliter votre parcours. Les bateaux accueillent les vélos (service payant).
- SUR LES VOIES VERTES** - Ces aménagements en site propre sont réservés à la circulation non motorisée et vous permettent de circuler en toute sécurité. Pensez à rouler au pas. L'ancienne voie ferrée entre Quimper et Pont-l'Abbé présente un parcours ombragé de 20 km.

LES COUPS DE CŒUR de l'office de tourisme

CIRCUIT DE PENMARC'H « LA PENMARC'H AISE » ET SES LIAISONS : 19,4 KM

Toutes les liaisons de Penmarc'h

Flashez le QR code : -version numérique -tracé GPX

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	2 h 30	19,4 km	90D+	facile

DÉPART / ARRIVÉE : débutez d'où vous souhaitez !

Une balade vivifiante autour de la pointe bigoudène : traversez bourg et petits ports, grimpez au phare d'Eckmühl, profitez des plages, découvrez les rochers de Saint-Guénéolé et terminez par marais, champs et sites mégalithiques. Circuit accessible à tous sur routes plates et voies vertes.

Le petit + : grâce au balisage des Bigoudènes à vélo, vous avez la possibilité de partir de n'importe quel point du circuit. Les cinq liaisons inter-bourg permettent de passer d'une boucle à l'autre.

L'ITINÉRAIRE DE L'ANCIENNE VOIE FERRÉE DU TRAIN BIRINIK N°2902 : 19 KM

Suivre ce balisage

VELOS CONSEILLÉS	DURÉE	DISTANCE	DÉNIVELÉ	NIVEAU
VTC, VTT, VAE	2 h 30	19 km	106D+	moyen

STATIONNEMENT : parking de la Madeleine à Pont-l'Abbé
DÉPART : rue du Petit Train à Pont-l'Abbé
ARRIVÉE : rue Danielle Casanova à Penmarc'h
TYPE ITINÉRAIRE : voie verte, piste cyclable, sans aucune avec double-sens cyclable, voie partagée avec les voitures.

Avant d'être un itinéraire cyclable, le Birinik est le surnom donné à la ligne ferroviaire qui desservait Treffiat et les gares de Plobannaec, le Guilvinec, Penmarc'h, Kéry et Saint-Guénéolé.



Le patrimoine A VÉLO ICI on fait une pause bigoudène !

Office de tourisme Pays bigouden

LES MOBILITÉS en chiffres

+ de **200 km** d'aménagements cyclables dont 17 km de pistes cyclables en Pays bigouden

7 lignes de car dont 1 ligne estivale

2 transports à la demande financés par les EPCI et la région Bretagne

4 aires de covoiturage

MA CARTE VÉLO

Office de tourisme Pays bigouden

www.destination-paysbigouden.bzh

Nous contacter
02 98 82 37 99

Mail : info@destination-paysbigouden.bzh
Livechat sur notre site web

Nos horaires d'ouverture
Nos bureaux d'information touristique
Notre office de tourisme mobile

Nous suivre
@destinationpaysbigouden

NUMÉRIQUES D'URGENCE
16 SAMU
18 POMPIERS

Office de tourisme Pays bigouden

LES MOBILITÉS en chiffres

+ de **200 km** d'aménagements cyclables dont 17 km de pistes cyclables en Pays bigouden

7 lignes de car dont 1 ligne estivale

2 transports à la demande financés par les EPCI et la région Bretagne

4 aires de covoiturage

MA CARTE VÉLO

Office de tourisme Pays bigouden

www.destination-paysbigouden.bzh

Nous contacter
02 98 82 37 99

Mail : info@destination-paysbigouden.bzh
Livechat sur notre site web

Nos horaires d'ouverture
Nos bureaux d'information touristique
Notre office de tourisme mobile

Nous suivre
@destinationpaysbigouden

NUMÉRIQUES D'URGENCE
16 SAMU
18 POMPIERS

LE LABEL « ACCUEIL VÉLO »

c'est quoi ?

Accueil Vélo est une marque nationale qui garantit un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables pour les cyclistes en itinérance.

Ces établissements sont labellisés « Accueil Vélo » :

Avis aux cyclistes !

Ces itinéraires cyclo-touristiques peuvent présenter des risques. Votre responsabilité de cycliste est engagée. L'office de tourisme et les communautés de communes du Pays bigouden sud et du haut Pays bigouden ne peuvent en aucun cas être désignés comme responsables de dommages commis ou subis en cas d'accidents, dégâts ou dégradations.

Office de tourisme Pays bigouden

Carte réalisée en partenariat avec la communauté de communes du Pays bigouden sud qui met en œuvre le schéma vélo communautaire (approuvé le 8 décembre 2022) / www.ccpb.fr

Ainsi que la communauté de communes du haut Pays bigouden / www.ccphb.fr

SPL Destination Pays bigouden sud - 17 Rue Raymonde Folgoas Guillou 29100 Pont-l'Abbé / RCS - Quimper 824 433 999 / Immatriculation des opérateurs de voyages et de séjours : IM029170002 / Assurances : GRCUPAMA N° 102 355948L / garantie financière GRCUPAMA 40220460001 / SIRET : 824 433 999 000 11

Office de tourisme du haut Pays bigouden - 13 rue du Centre 29710 Plozévet N° siret : 8494533050029 / N° immatriculation : IM0209160003 Assurance GRCUPAMA - Contrat N° 003667094000

Direction de la publication : G. Le Cal / Coordination : M. Le Pihou, M. Oulguen
Conception : M. Oulguen, C. Le Gornicid
Crédit photos couverture : A. Lamouroux - Le Guilvinec / Pictos : Vague Graphique
Impression : Sprint - Document imprimé en mars 2026
Ne pas jeter sur la voie publique.

QUELQUES CONSEILS avant de partir

Équipez-vous bien avant le départ : vérifiez l'état de votre vélo (freins, lumières, pneus) et équipez-vous du nécessaire de réparation. Portez un casque : il est obligatoire pour les -12 ans et vivement conseillé pour les autres usagers. Le gilet jaune est obligatoire hors-agglomération en cas de faible visibilité. Emportez de quoi vous restaurer (boisson, en-cas).

Regles et bonnes pratiques

- Partagez la route et veillez au respect de la réglementation : espaces, piétons, trottoirs.
- Respecter les interdictions d'accès au sentier côtier qui peut être étroit, fragile ou escarpé.
- Préservez en tous lieux la faune et la flore dont l'équilibre est fragile.
- Respectez la propriété privée.
- Veillez à ne laisser aucun objet ou débris : à défaut de poubelles, emportez vos déchets avec vous.

Vous avez rencontré un problème sur votre parcours vélo ?

SENTINELLE, NE PARTEZ PAS SANS...

Signalez les problèmes rencontrés sur l'application Suricate

NUMÉRIQUES D'URGENCE
16 SAMU
18 POMPIERS

LOUER, RÉPARER ou acheter un vélo

Établissements labellisés "Accueil Vélo"

Loueurs, réparateurs & vendeurs de vélo labellisés "Accueil Vélo" sur la carte, à droite.

Liste des partenaires de l'office de tourisme : loueurs / vendeurs / réparateurs de vélo

- Cycles Déesées** - Location, vente et réparation
17, rue de la Paix - Le Guilvinec / 02 98 58 20 17
- Nord Ouest Cycles** - Location
Place du Maréchal Davout - Penmarc'h / 02 98 58 61 26 & 06 64 79 94 67
- Brio Location** - Location
Douar Brioloch - Plomeur / 06 18 69 02 42
- La P'tite Boîte** - Réparation
Rue de Ster Vad - Pont-l'Abbé / 09 84 51 12 83
- Jour de balade à vélo** - Location et livraison dans le Pays bigouden
15, route de Quimper - Plonéour Lanvern / 06 41 92 26 45
- Épopée cycles** - Réparation, livraison dans le Pays bigouden
22, Avenue du Douric - Pont-l'Abbé / 06 63 17 87 57
- Be Good N'Bike** - Réparation, location et vente
Galerie des Arcades 22, place Gambetta - Pont-l'Abbé / 02 90 94 31 42
- Cycles Manu Scotet** - Réparation, vente
Giant Experience Center
2, rue des Pins - Pont-l'Abbé / 02 98 87 22 67 & 06 67 00 66 38
- Plein Ouest** - Location
Plage de Penhors, 29710 Pouldreuzic / 06 15 34 09 92
- Les enfants de la côte** - Location / Livraison dans le Pays bigouden
29710 Landudec / 06 61 01 63 29
- Camping Le Léhan** - Location (campeurs prioritaires)
Kerloc'h-Kerlay - Treffiat / 02 98 58 21 27
- Camping Le Bois d'Amour** - Location
Avenue des sports - Ile-Tudy / 02 98 56 43 54
- Camping Les Vergers de Squidivan** - Location (campeurs prioritaires)
55, rue du petit Bourg - Combrit / 02 98 56 31 46
- Camping de Kéralouet** - Location (campeurs prioritaires)
11, rue Eric Tabarly - Plobannaec-Lesconil / 02 98 82 23 05
- Camping de la Grande Plage** - Location (campeurs prioritaires)
71, rue Paul Langevin - Plobannaec-Lesconil / 02 98 87 88 27
- Camping Les Sables Blancs** - Location (campeurs prioritaires)
21, lieu-dit Kéralouet - Plobannaec-Lesconil / 02 98 87 84 79

Vous pouvez croiser d'autres loueurs et réparateurs de vélos non partenaires sur votre chemin.

Stations autonomes de gonflage et réparation

- Pont-l'Abbé** - Bois Saint-Laurent : un abri, 2 box sécurisés et station de gonflage en libre accès.
- Ile-Tudy** - 1, rue Roitelets (mini golf) : kit entretien et réparation fixe et station de gonflage en accès libre.

LES P'TITS BACS à vélo

Entre Loctudy et l'Ile-Tudy

Entre Sainte-Marine et Bénodet

Avec les P'tits Bacs, passer d'une rive à l'autre est simple ! (service payant) D'avril à octobre, entre Loctudy et l'Ile-Tudy, comme entre Sainte-Marine et Bénodet, on embarque son vélo ! Le moment idéal pour profiter d'une pause iodée avant de continuer la balade. On vous félicite pour ce double geste éco-responsable ! (Attention, quelques marches rendent l'accès difficile à Sainte-Marine).

LES ÉVÉNEMENTS À VÉLO en Pays bigouden

Mai à vélo tout le mois de mai 2026 : sont organisées des stands de sensibilisation, d'informations, des balades de découvertes des boucles cyclables, des animations nature à vélo, des ateliers d'auto-réparation...

Semaine européenne de la mobilité du 15 au 21 septembre 2026 : découvrez des façons plus durables et conviviales de se déplacer avec des stands d'informations, des ateliers sécurité routière, des challenges covoiturage, des balades à vélo...

Opération cycliste brille du 1^{er} novembre au 15 décembre : des opérations de sensibilisation sur la sécurité et la visibilité des cyclistes.

Tous les événements à vélo sur l'agenda des animations !

LES P'TITS BACS à vélo

Entre Loctudy et l'Ile-Tudy

Entre Sainte-Marine et Bénodet

Avec les P'tits Bacs, passer d'une rive à l'autre est simple ! (service payant) D'avril à octobre, entre Loctudy et l'Ile-Tudy, comme entre Sainte-Marine et Bénodet, on embarque son vélo ! Le moment idéal pour profiter d'une pause iodée avant de continuer la balade. On vous félicite pour ce double geste éco-responsable ! (Attention, quelques marches rendent l'accès difficile à Sainte-Marine).

LES ÉVÉNEMENTS À VÉLO en Pays bigouden

Mai à vélo tout le mois de mai 2026 : sont organisées des stands de sensibilisation, d'informations, des balades de découvertes des boucles cyclables, des animations nature à vélo, des ateliers d'auto-réparation...

Semaine européenne de la mobilité du 15 au 21 septembre 2026 : découvrez des façons plus durables et conviviales de se déplacer avec des stands d'informations, des ateliers sécurité routière, des challenges covoiturage, des balades à vélo...

Opération cycliste brille du 1^{er} novembre au 15 décembre : des opérations de sensibilisation sur la sécurité et la visibilité des cyclistes.

Tous les événements à vélo sur l'agenda des animations !

Les boucles VTT

1 BOUCLE VTT LA POINTE DE LA TORCHE : 35 KM

DURÉE : 3 h
DISTANCE : 35 km
DÉNIVELÉ : 140D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : centre culturel Le Triskell à Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : horaire

Partez de Pont-l'Abbé jusqu'au célèbre spot de glisse de la Torche, en découvrant en chemin le patrimoine local moins connu : fontaines, chapelles et nombreux menhirs.

Plusieurs traversées de routes départementales. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

2 BOUCLE VTT COMBRIT : 24 KM

DURÉE : 2 h 15
DISTANCE : 24 km
DÉNIVELÉ : 210D+
NIVEAU : très facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Grafenhausen à Sainte-Marine SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Longez l'Odet et son estuaire pour découvrir l'est bigouden et les villages typiques de Sainte-Marine et l'Ile-Tudy.

Traversée de RD44 à Pen ar Garn uniquement du nord vers le sud (visibilité insuffisante dans l'autre sens). Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

3 BOUCLE VTT LE MOULIN-NEUF : 19 KM

DURÉE : 1 h 45
DISTANCE : 19 km
DÉNIVELÉ : 180D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : parking de la mairie de Tréméoc SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Entre la campagne bigoudène, le plan d'eau du Moulin-Neuf et la ville de Pont-l'Abbé cette boucle VTT vous fera découvrir une autre facette du Pays bigouden.

Descendre de vélo pour la traversée de RD785 à Kermaria. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

4 BOUCLE VTT LES ÉTANGS : 42 KM

DURÉE : 3 h 30
DISTANCE : 42 km
DÉNIVELÉ : 310D+
NIVEAU : difficile

DÉPART / ARRIVÉE : parking du centre culturel Le Triskell à Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

De l'étang de Pont-l'Abbé à la baie d'Audiern, plongez au cœur de la nature bigoudène et sa faune exceptionnelle.

Plusieurs traversées de routes départementales. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

5 BOUCLE VTT SAINT-KODELIG : 35 KM

DURÉE : 3 h 15
DISTANCE : 35 km
DÉNIVELÉ : 310D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Corentin Hénaff à Pouldreuzic en face de la salle Pierre Jakez Hélias - rue de Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : horaire

Cette boucle vous offre une belle découverte de l'arrière-pays bigouden et son patrimoine historique et religieux, avec un passage par le site de Penhors.

Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

6 BOUCLE VTT LES VALLÉES DE PLOGASTEL : 11,5 KM

DURÉE : 1 h 15
DISTANCE : 11,5 km
DÉNIVELÉ : 170D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place du 19 mars 1962 à Plogastel-Saint-Germain SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Entrée vallées et collines, découvrez la partie la plus rurale du Pays bigouden.

Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

1 BOUCLE VTT LES DROITS DE L'HOMME : 27,5 KM

DURÉE : 2 h 30
DISTANCE : 27,5 km
DÉNIVELÉ : 320D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Henri Normant à Plozévet SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Ce circuit entre terre et mer vous emmène dans la campagne de Plozévet puis sur le bord de mer pour découvrir le littoral sauvage et préservé de la baie d'Audiern.

Les sentiers littoraux sont interdits aux vélos. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

Les boucles VTT

1 BOUCLE VTT LA POINTE DE LA TORCHE : 35 KM

DURÉE : 3 h
DISTANCE : 35 km
DÉNIVELÉ : 140D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : centre culturel Le Triskell à Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : horaire

Partez de Pont-l'Abbé jusqu'au célèbre spot de glisse de la Torche, en découvrant en chemin le patrimoine local moins connu : fontaines, chapelles et nombreux menhirs.

Plusieurs traversées de routes départementales. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

2 BOUCLE VTT COMBRIT : 24 KM

DURÉE : 2 h 15
DISTANCE : 24 km
DÉNIVELÉ : 210D+
NIVEAU : très facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Grafenhausen à Sainte-Marine SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Longez l'Odet et son estuaire pour découvrir l'est bigouden et les villages typiques de Sainte-Marine et l'Ile-Tudy.

Traversée de RD44 à Pen ar Garn uniquement du nord vers le sud (visibilité insuffisante dans l'autre sens). Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

3 BOUCLE VTT LE MOULIN-NEUF : 19 KM

DURÉE : 1 h 45
DISTANCE : 19 km
DÉNIVELÉ : 180D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : parking de la mairie de Tréméoc SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Entre la campagne bigoudène, le plan d'eau du Moulin-Neuf et la ville de Pont-l'Abbé cette boucle VTT vous fera découvrir une autre facette du Pays bigouden.

Descendre de vélo pour la traversée de RD785 à Kermaria. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

4 BOUCLE VTT LES ÉTANGS : 42 KM

DURÉE : 3 h 30
DISTANCE : 42 km
DÉNIVELÉ : 310D+
NIVEAU : difficile

DÉPART / ARRIVÉE : parking du centre culturel Le Triskell à Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

De l'étang de Pont-l'Abbé à la baie d'Audiern, plongez au cœur de la nature bigoudène et sa faune exceptionnelle.

Plusieurs traversées de routes départementales. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

5 BOUCLE VTT SAINT-KODELIG : 35 KM

DURÉE : 3 h 15
DISTANCE : 35 km
DÉNIVELÉ : 310D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Corentin Hénaff à Pouldreuzic en face de la salle Pierre Jakez Hélias - rue de Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : horaire

Cette boucle vous offre une belle découverte de l'arrière-pays bigouden et son patrimoine historique et religieux, avec un passage par le site de Penhors.

Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

6 BOUCLE VTT LES VALLÉES DE PLOGASTEL : 11,5 KM

DURÉE : 1 h 15
DISTANCE : 11,5 km
DÉNIVELÉ : 170D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place du 19 mars 1962 à Plogastel-Saint-Germain SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Entrée vallées et collines, découvrez la partie la plus rurale du Pays bigouden.

Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

1 BOUCLE VTT LES DROITS DE L'HOMME : 27,5 KM

DURÉE : 2 h 30
DISTANCE : 27,5 km
DÉNIVELÉ : 320D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Henri Normant à Plozévet SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Ce circuit entre terre et mer vous emmène dans la campagne de Plozévet puis sur le bord de mer pour découvrir le littoral sauvage et préservé de la baie d'Audiern.

Les sentiers littoraux sont interdits aux vélos. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

Les boucles VTT

1 BOUCLE VTT LA POINTE DE LA TORCHE : 35 KM

DURÉE : 3 h
DISTANCE : 35 km
DÉNIVELÉ : 140D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : centre culturel Le Triskell à Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : horaire

Partez de Pont-l'Abbé jusqu'au célèbre spot de glisse de la Torche, en découvrant en chemin le patrimoine local moins connu : fontaines, chapelles et nombreux menhirs.

Plusieurs traversées de routes départementales. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

2 BOUCLE VTT COMBRIT : 24 KM

DURÉE : 2 h 15
DISTANCE : 24 km
DÉNIVELÉ : 210D+
NIVEAU : très facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Grafenhausen à Sainte-Marine SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Longez l'Odet et son estuaire pour découvrir l'est bigouden et les villages typiques de Sainte-Marine et l'Ile-Tudy.

Traversée de RD44 à Pen ar Garn uniquement du nord vers le sud (visibilité insuffisante dans l'autre sens). Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

3 BOUCLE VTT LE MOULIN-NEUF : 19 KM

DURÉE : 1 h 45
DISTANCE : 19 km
DÉNIVELÉ : 180D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : parking de la mairie de Tréméoc SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Entre la campagne bigoudène, le plan d'eau du Moulin-Neuf et la ville de Pont-l'Abbé cette boucle VTT vous fera découvrir une autre facette du Pays bigouden.

Descendre de vélo pour la traversée de RD785 à Kermaria. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

4 BOUCLE VTT LES ÉTANGS : 42 KM

DURÉE : 3 h 30
DISTANCE : 42 km
DÉNIVELÉ : 310D+
NIVEAU : difficile

DÉPART / ARRIVÉE : parking du centre culturel Le Triskell à Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

De l'étang de Pont-l'Abbé à la baie d'Audiern, plongez au cœur de la nature bigoudène et sa faune exceptionnelle.

Plusieurs traversées de routes départementales. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

5 BOUCLE VTT SAINT-KODELIG : 35 KM

DURÉE : 3 h 15
DISTANCE : 35 km
DÉNIVELÉ : 310D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Corentin Hénaff à Pouldreuzic en face de la salle Pierre Jakez Hélias - rue de Pont-l'Abbé SENS DE L'ITINÉRAIRE : horaire

Cette boucle vous offre une belle découverte de l'arrière-pays bigouden et son patrimoine historique et religieux, avec un passage par le site de Penhors.

Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

6 BOUCLE VTT LES VALLÉES DE PLOGASTEL : 11,5 KM

DURÉE : 1 h 15
DISTANCE : 11,5 km
DÉNIVELÉ : 170D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place du 19 mars 1962 à Plogastel-Saint-Germain SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Entrée vallées et collines, découvrez la partie la plus rurale du Pays bigouden.

Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

1 BOUCLE VTT LES DROITS DE L'HOMME : 27,5 KM

DURÉE : 2 h 30
DISTANCE : 27,5 km
DÉNIVELÉ : 320D+
NIVEAU : facile

DÉPART / ARRIVÉE : place Henri Normant à Plozévet SENS DE L'ITINÉRAIRE : antihoraire

Ce circuit entre terre et mer vous emmène dans la campagne de Plozévet puis sur le bord de mer pour découvrir le littoral sauvage et préservé de la baie d'Audiern.

Les sentiers littoraux sont interdits aux vélos. Pour votre sécurité, respecter le sens de balisage.

LA CARTE DES CIRCUITS VTT du Pays bigouden

Office de tourisme Pays bigouden

Stationnement pour le départ

Point de départ / arrivée

Arrêt d'autocar

Plage

Route secondaire

Transbigoudène (2x2 voies)

Véloroute (V45)

Loueurs, réparateurs & vendeurs de vélo

Loueurs, réparateurs & vendeurs de vélo labellisés "Accueil Vélo"

Office de tourisme

Stationnement pour le départ

Point de départ / arrivée

Arrêt d'autocar

Plage

Route secondaire

Transbigoudène (2x2 voies)

Véloroute (V45)

Loueurs, réparateurs & vendeurs de vélo

Loueurs, réparateurs & vendeurs de vélo labellisés "Accueil Vélo"

Les boucles VTT

1 Boucle «La pointe de la Torche» 35 km

2 Boucle «Combrit» 24 km

3 Boucle «Le Moulin-Neuf» 19 km

4 Boucle «Les Étangs» 42 km

5 Boucle «Saint-Kodelig» 35 km

6 Boucle «Les vallées de Plogastel» 11,5 km

1 Boucle «Les Droits de l'Homme» 27,5 km

Suivez le balisage !

Le balisage terrain prévaut toujours sur les différents supports.

Bonne direction ou **Mauvaise direction**

LE GÉNÉRAL

LE DÉTAIL

AIDEZ-NOUS À PROTÉGER NOS SITES durant vos balades !

Évitons les bouteilles en plastique et gardons notre gourde sous le coude pendant les balades !

Ne cueillons et n'emportons rien avec nous ! Laissons les galets sur place pour le maintien de la dune et prenons les fleurs en photo plutôt que de les cueillir.

Quand nous faisons une petite pause, vérifions bien qu'il ne reste pas de déchets derrière nous.

Respectons le balisage et restons sur les sentiers

Protégeons le gravet ! Soyons attentifs lorsque nous passons sur le haut de la plage pour rejoindre le littoral.

Son nid et ses œufs sont très peu visibles, attention à la casse ! Privilégions une balade les pieds dans l'eau !

Nos amis à quatre pattes ne sont pas acceptés sur les plages du Pays bigouden pendant l'été (même tenus en laisse), pour des raisons sanitaires et de protection de la faune et de la flore. Cependant, ils sont autorisés sur les plages de Penmarc'h et Tréguennec de 20 h à 10 h.

Chut !

Protégez vos spots bigoudens préférés en ne les partageant pas sur les réseaux sociaux. Indiquer la localisation d'un spot sur les réseaux sociaux peut paraître anodin, mais cela peut avoir des répercussions importantes sur le lieu, comme une fréquentation plus forte et un impact sur l'environnement.

Gardez ce petit secret pour votre famille et vos amis.