

Besoin de louer un vélo ?

🚲 Intersport

Rue Raymond Pellier - Paimpol

Tél : 02.96.20.59.46

Ouvert toute l'année

Hors saison 9h30/12h15 et 14h/19h (samedi 9h30/19h)

Juillet-août : 9h15/19h30

🚲 Ac'scion Pêche

Quai de Kernea - Paimpol

Tél : 02.96.22.19.07

Ouvert toute l'année

Hors saison : du lundi au samedi 9h/19h

Juillet-août : du lundi au dimanche 9h/19h



Patrimoine :



🚲 **La chapelle de Kergrist** : Edifiée au XVIII^{ème} siècle, elle abrite aujourd'hui l'un des trois retables sculptés connus en Bretagne représentant la Vierge Marie couchée ainsi qu'une mise au tombeau en bois polychrome du XVI^{ème} siècle. A côté, se dresse un calvaire arborant des tibias et des têtes de mort. Pour la visiter n'hésitez pas à sonner à la maison située au n°1, juste en face.



🚲 **La maison de l'Estuaire** : Aujourd'hui appelé Manoir de Traou Nez, il s'y joua en 1923 une sombre histoire : l'affaire Sez nec, représentée par une exposition permanente. Aujourd'hui ce site du Conservatoire du Littoral propose tout au long de l'année des animations nature, des soirées contes, du dessin et des expositions photos ouvertes à tous. Ouvert de mai à septembre le samedi et dimanche de 15h à 18h et en juillet et en août, tous les jours de 15h à 18h sauf le lundi. **Contact : 02.96.55.96.79**

Nature :



🚲 **Le bois de Penhoat-Lancerf** : D'une superficie de 600 hectares, ce site est le plus grand massif forestier sur le littoral de Bretagne-Nord. Située sur un plateau avoisinant 90 mètres d'altitude, la forêt domine l'estuaire du Trieux en épousant ses méandres. Les essences principales sont composées de conifères et de feuillus. On trouve une lande d'ajoncs et de bruyères. Acquis par le Conservatoire du Littoral, le bois de Penhoat est cogéré par l'Office National des Forêts et la commune de Plourivo qui en assurent l'entretien et la protection.



🚲 **L'estuaire du Trieux** : Le Trieux prend sa source sur la commune de Kerpert près de St Gilles Pligeaux. Il se jette dans la Manche en face de l'île de Bréhat. L'estuaire traverse sur son parcours sinueux une mosaïque de landes, de bois, de pâturages et de prés salés découvrant à marée basse, d'importantes vasières semées d'îlots rocheux faisant ainsi le bonheur des nombreux oiseaux fréquentant l'estuaire.

D'autres balades à vélo vous attendent :

- Havre de Beauport **27** = 8 km
- Seigneurie de Boisge- **29** lin = 15 km
- Corniche de Plouézec **30** = 17 km

N'hésitez pas à vous les procurer à l'accueil de l'Office de Tourisme de Guingamp-Baie de Paimpol ou à télécharger sur Internet ! Ils sont gratuits !

Signalisation à suivre sur votre route



Tournez à droite



Tournez à gauche

28

Numéro du circuit

Quelques recommandations simples pour favoriser le bon déroulement de votre balade...

- 🚲 Avant de démarrer vos premiers coups de pédales, il est conseillé de vérifier l'état de votre vélo et de vous munir d'une trousse de réparation.
- 🚲 Les petites faims sont vite arrivées alors prévoyez un en-cas et de l'eau
- 🚲 Pour votre sécurité et celle des autres, respectez bien le code de la route : roulez à droite et en file indienne. Le port du casque et le gilet fluo sont recommandés.
- 🚲 La nature que vous traversez est fragile. Ne cueillez rien, ne ramassez rien. Préservez-la en utilisant les poubelles à votre disposition tout au long du parcours.



Circuit vélo-train de l'Estuaire du Trieux

Difficulté : MOYEN
Circuit balisé



28

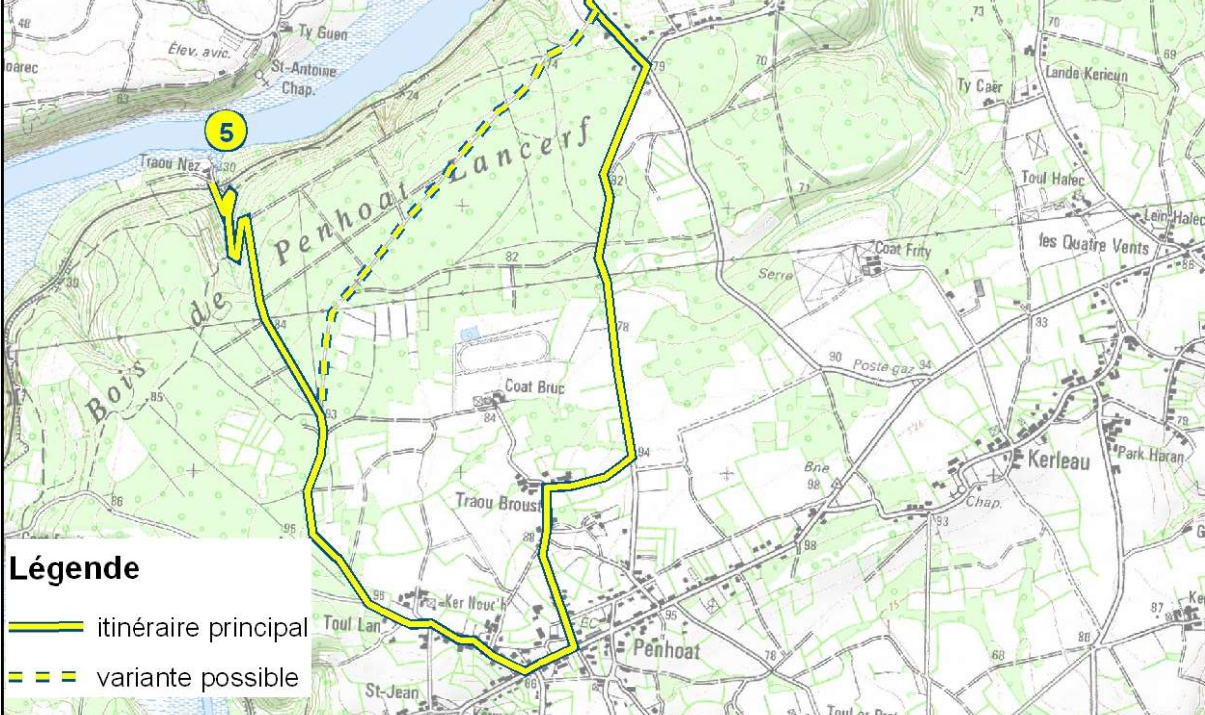
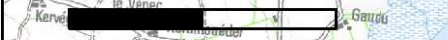


15 km

Option pour VTT : 9 km

Pour votre retour en train : prévoyez à l'avance en consultant les horaires de train de la ligne Paimpol-Guingamp. Faites bien signe au conducteur afin de signaler votre présence. Vous pouvez acheter votre ticket dans le train ou à la gare SNCF de Paimpol. Votre vélo sera transporté gratuitement. Contact Ter Bretagne n° vert : 0 800 880 562

0 500 1 000 Mètres



Légende

- itinéraire principal
- - - variante possible

Sources : Scan 25 IGN n° 2009-CISO25-53-RB-SC25-0050; CCPG; OIT.

Départ de l'Office de Tourisme ①

Prenez à droite sur l'avenue du Général de Gaulle. Continuez toujours tout droit jusqu'au rond-point. Prenez tout droit avenue de Guerland puis chemin de Goasmeur.

Au stop à côté de la voie ferrée tournez à droite, continuez tout droit et entrez dans Plounez. Arrivez place de la mairie et tournez à la 2^{ème} rue à droite : chemin de Kernuet. Continuez tout droit puis tournez à droite Hent Kerez. A l'intersection prenez à gauche et continuez tout droit. Prenez le chemin de Kerivon. Prenez à droite chemin de la chapelle : vous arrivez à la chapelle de Kergrist ②. Revenez sur vos pas puis tournez à droite par Hent Kerez. Puis prendre le chemin de mon frère Yves sur votre gauche.

Passez sous la D786 par le tunnel.

Continuez tout droit chemin du Lédano admirez le superbe panorama s'ouvrant sur le Trieux ③

Tournez à droite et passer la ligne de chemin de fer. Arrivée sur le chemin de Kerbiguet. Continuez tout droit sur la route de Traou Du.

Entrez dans Lancerf ④, au carrefour prendre la route à gauche.

Continuez à monter sur la côte.

OPTION POUR LES VTT :

Tournez à droite à l'entrée du chemin de randonnée

Entrez dans le bois de Penhoat Lancerf continuez toujours tout droit

A la fourche continuez tout droit

Arrivez à la fin du chemin de randonnée tournez à droite

Au carrefour tournez à droite route de Lancerf vers Penhoat (sur votre gauche n'hésitez pas à vous rendre jusqu'aux Croix Mérovingiennes). Continuer toujours tout droit

Tournez à droite direction Traou Broust, tournez à gauche à Coat Bruc puis au stop tournez à droite

Tournez à droite en suivant les indications « Maison de l'Estuaire »

Arrivée à la Maison de l'Estuaire ⑤ Pour votre retour en train :

Prendre à gauche sur le Parking et accéder à l'arrêt de Traou Nez pour prendre le train (TER)

Arrivée à la Gare de Paimpol



PAIMPOL ↔ GUINGAMP

Consultez l'empreinte CO₂ de vos trajets
en vous rendant sur sncf.com

N'oubliez pas de vous reporter aux renvois ci-dessous

PÉRIODE DU 09 DÉCEMBRE 2018 AU 05 JUILLET 2019

LUNDI À VENDREDI (SAUF FÊTES)

Numéro de circulation	855402	855416	855420	855424	855434	855440	855444	855452	855462
Jours de circulation	Lun. à Ven.	Lun. à Ven.	Lun. à Ven.	Lun. à Ven.	Lun. à Jeu.	Ven.	Ven.	Lun. à Jeu.	Ven.
					①	②	②	①	②
PAIMPOL	06.55	09.16	11.53	14.04	16.29	17.05	18.06	18.37	19.11
Lancerf	07.01	09.22	11.59	14.10	16.35	17.11	18.12	18.43	19.17
Traou-Nez	07.04	09.25	12.02	14.13	16.38	17.14	18.15	18.46	19.20
Frynaudour	07.09	09.30	12.07	14.18	16.43	17.19	18.20	18.51	19.25
Pontrieux	07.15	09.36	12.13	14.24	16.49	17.25	18.32	18.57	19.31
Pontrieux (Halte)	07.17	09.38	12.15	14.26	16.51	17.27	18.34	18.59	19.33
Brétidy-Plouec	07.23	09.44	12.21	14.32	16.57	17.33	18.40	19.05	19.39
Trégonneau-Squiffiec	07.29	09.50	12.27	14.38	17.03	17.40	18.46	19.11	19.45
Gourland	07.38	09.59	12.36	14.47	17.12	17.48	18.55	19.20	19.54
GUINGAMP	07.42	10.03	12.40	14.51	17.16	17.52	18.59	19.24	19.58

LUNDI À VENDREDI (SAUF FÊTES)

Numéro de circulation	855403	855417	855427	855443	855449	855463	855471	855475	855491	855495
Jours de circulation	Lun. à Ven.	Lun. à Ven.	Lun. à Ven.	Lun. à Ven.	Ven.	Lun. à Jeu.	Ven.	Lun. à Jeu.	Ven.	Ven.
					②	①	②	①	④	②
GUINGAMP	06.45	10.53	12.53	15.01	16.55	17.40	18.02	19.50	20.35	22.02
Gourland	06.48	10.56	12.56	15.04	16.58	17.43	18.05	19.53	20.38	22.05
Trégonneau-Squiffiec	06.56	11.04	13.04	15.12	17.06	17.51	18.13	20.01	20.46	22.13
Brétidy-Plouec	07.03	11.11	13.11	15.19	17.13	17.58	18.20	20.08	20.53	22.20
Pontrieux (Halte)	07.09	11.17	13.17	15.25	17.19	18.04	18.26	20.14	20.59	22.26
Pontrieux	07.18	11.20	13.20	15.28	17.28	18.07	18.29	20.17	21.02	22.29
Frynaudour	07.23	11.25	13.25	15.33	17.33	18.12	18.34	20.22	21.07	22.34
Traou-Nez	07.28	11.30	13.30	15.38	17.38	18.17	18.39	20.27	21.12	22.39
Lancerf	07.31	11.33	13.33	15.41	17.41	18.20	18.42	20.30	21.15	22.42
PAIMPOL	07.38	11.40	13.40	15.48	17.48	18.27	18.49	20.37	21.22	22.49

SAMEDI, DIMANCHE ET FÊTES

Numéro de circulation	855416	855424	855428	855448	855476
Jours de circulation	Sam. Dim. et Fêtes	Sam. Dim. et Fêtes	Sam. Dim. et Fêtes	Dim. et Fêtes	Sam. et Fêtes
					③
PAIMPOL	09.16	14.04	16.15	18.32	19.16
Lancerf	09.22	14.10	16.21	18.38	19.22
Traou-Nez	09.25	14.13	16.24	18.41	19.25
Frynaudour	09.30	14.18	16.29	18.46	19.30
Pontrieux	09.36	14.24	16.35	18.52	19.36
Pontrieux (Halte)	09.38	14.26	16.37	18.54	19.38
Brétidy-Plouec	09.44	14.32	16.43	19.00	19.44
Trégonneau-Squiffiec	09.50	14.38	16.49	19.06	19.50
Gourland	09.59	14.47	16.58	19.15	19.59
GUINGAMP	10.03	14.51	17.02	19.19	20.03

SAMEDI, DIMANCHE ET FÊTES

Numéro de circulation	855417	855427	855443	855455	855463	855475
Jours de circulation	Sam. et Fêtes	Dim. et Fêtes	Sam. Dim. et Fêtes	Dim. et Fêtes	Sam. et Fêtes	Dim. et Fêtes
	③				③	
GUINGAMP	10.53	12.53	15.01	17.37	17.40	19.50
Gourland	10.56	12.56	15.04	17.40	17.43	19.53
Trégonneau-Squiffiec	11.04	13.04	15.12	17.48	17.51	20.01
Brétidy-Plouec	11.11	13.11	15.19	17.55	17.58	20.08
Pontrieux (Halte)	11.17	13.17	15.25	18.01	18.04	20.14
Pontrieux	11.20	13.20	15.28	18.04	18.07	20.17
Frynaudour	11.25	13.25	15.33	18.09	18.12	20.22
Traou-Nez	11.30	13.30	15.38	18.14	18.17	20.27
Lancerf	11.33	13.33	15.41	18.17	18.20	20.30
PAIMPOL	11.40	13.40	15.48	18.24	18.27	20.37

Train régional financé par le Conseil régional de Bretagne.

Pour nous écrire : SNCF - Service clientèle TER
BP 90257 - 35005 Rennes Cedex.

Ces horaires sont donnés sous réserve de toute modification.
SNCF 552 049 447 RCS PARIS.

Tous les trains TER Bretagne acceptent les vélos dans la limite des emplacements prévus à cet effet et sous votre responsabilité.

« PETITS PRIX Ronds » : l'aller/retour au prix de l'aller.
Le samedi cette offre s'applique sur tous les trains TER en Bretagne !

- ① Circule du 10 décembre au 4 juillet, sauf le 29 mai.
- ② Circule du 14 décembre au 5 juillet, circule aussi le 29 mai.
- ③ Circule du 15 décembre au 29 juin, circule aussi le 30 mai.
- ④ Circule du 14 décembre au 5 juillet, circule aussi le 29 mai, sauf le 31 mai.

Pour vos déplacements
en Bretagne :

MOBIBREIZH.bzh
LA BRETAGNE EN TRANSPORTS PUBLICS



TER c'est gratuit
pour les moins de 12 ans !
accompagnés d'une personne payante

CONTACT TER

0 800 880 562

Du lundi au vendredi de 6h15 à 20h,
le samedi de 10h à 17h.

www.ter.sncf.com/bretagne



Avec les petits prix ronds,
l'aller/retour est au prix
de l'aller.



BREIZHGO

Le réseau de transport de la Région Bretagne

