

GROUPE DETENTE

Janvier – Février 2020 - départ à 9h

Dates	Distances	Parcours
01 Janvier	43km	Pluguffan ; D40 ; Ti Guen (à G.) ; Maner Vugit ; Dour Grâce ; D156 (à G.) ; St-Guénolé ; Kersabiec ; Ty Robin ; Tréméoc ; Direction Plonéour ; Moulin de Trémillec (à Dr) ; Créach Calvic ; à G. sur 100m puis à Dr. ; Moulin de Tréouron ; Minven ; Chapelle des Grâces ; Rd-pt aéroport ; Quimper.
05/01	40km	Ergué-Armel ; D783 ; Kervao ; Ménez Bily ; Moulin du Pont ; Lesquidic ; D234 ; Ty Laé (à Dr) Boutiguéry ; Porz Kéraign ; Ménez St-Jean ; Clohars-Fouesnant ; Pleuven ; Quimper.
12/01	48km	Pluguffan ; Rd-pt Aéroport ; Ti Lipic ; L'Avantage ; Ty Robin ; Tréméoc ; Kermaria ; D44 ; Kerboul ; Le Treustel ; Le Théven ; retour le Lannou ; Ty Robin ; L'avantage ; Quimper.
17		Galette des Rois – 19h00 à l'Espace Associatif
19/01	41km	Gourvily ; Ty Sanquer ; D770 ; Quilinen ; Croas Ven à Dr. ; Chapelle la Magdeleine ; (traverser D785) ; Edern ; Briec ; route des mines ; Quimper.
26/01	43km	Pluguffan ; D40 ; Ménez Kerveyen (à G.) ; D57 ; Chapelle St-Joseph ; Créach Calvic ; D156 ; Stang ar Bacol ; Chapelle St-Honoré ; Minven ; N.-D. des Grâces ; Rd-pt aéroport ; Ti Lipic ; Quimper.
02 Février	42km	Ergué-Armel ; Arbre du Chapon ; 2 X à Dr. ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Clohars-Fouesnant ; Ménez Groaz ; Le Letty ; Pointe St-Gilles ; la Corniche ; D34 ; Ménez St-Jean (à G.) ; Gouesnach ; Ty Laé ; Lesquidic ; Quimper.
09/02	45km	Lududu ; D40 ; Ty Crapon à G. ; Ti Lipic ; L'Avantage ; Ty Robin ; Le Lannou ; D144 (hauteur de la chlle prendre à Dr) ; Le Haffond ; Ile Tudy ; retour hauteur de Combrit prendre à Dr ; Route des Châteaux ; Plomelin ; Ti Lipic ; Quimper.
16/02	39km	L'Eau Blanche ; St-Yvi 2 fois à Dr. ; Ménez Tropic ; Toulgoat ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Carn Yann à G. ; Ménez Rohou ; Pleuven ; Quimper.
23/02	40km	Ergué-Armel ; Ménez Bily ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Chapelle St-Thomas ; D145 ; Prat Moulac ; Cleut Rouz ; Moustierlin ; D 134 ; Ty Glaz ; Quimper.

GROUPE DETENTE

Mars – Avril 2020 - Départ 9h

Dates	Distances	Parcours
01 Mars	40km	Ergué-Armel ; Chemin du Quinquis ; à Dr. ; Kervern ; Arbre du Chapon ; St-Evarzec ; Ménez Rohou ; à G. sur 500m puis à Dr. ; Port la Forêt ; Le vieux port ; la digue ; Cap Coz ; D45 ; Fouesnant ; Pleuven ; Quimper.
08/03		CRQC : Randonnée de Printemps 30 ou 50 km.
15/03	41km	Ty Sanquer ; D785 ; Ty Ru à Dr. ; Trolez ; St-Adrien ; Edern ; Briec ; D61 ; Landrévarzec ; D770 ; Quilinen ; Quimper.
22/03	35km	Pluguffan ; D40 ; 1 Km av. St Germain à G. Guiler ; Kerdaniel ; Kerdréanton ; Minven ; Chapelle St-Honoré ; Stang ar Bacol ; Tréméoc ; La gare ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper.
29/03	41km	L'Eau Blanche ; D765 ; Le Roudou à Dr. ; Croaz Hent Goyet ; à Dr. ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Carn Yan ; Ménez Rohou ; Le Prajou ; Pleuven ; Clohars-Fouesnant ; Ménez St-Jean ; D34 ; Ty Glaz ; Quimper.
05 Avril	46km	Ergué-Armel ; Ty Bos ; D783 ; Arbre du Chapon ; 2 X à Dr. ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Chapelle St-Thomas ; Chapelle du Perguet ; à G. ; D134 ; Moustierlin ; retour ; Croaz Hent Kerneïn à Dr. ; D145 ; Fouesnant ; Pleuven ; Ménez Bily ; Quimper.
12/04	39km	Gourvily ; Ty Sanquer ; D785 ; Ty Ru à Dr. ; Trolez ; St-Adrien à G. Edern ; Briec ; Route des mines ; Le Stangala ; Quimper.
13/04	49km	Pluguffan ; D40 ; Ti Guen à G. ; Maner Vugit ; Dour Grâce ; à G. sur D156 ; St-Guérolé à Dr. ; Kersabiec ; Ty Robin ; D144 ; Le Lannou ; Ste-Marine ; Pont de Cornouaille ; D34 ; Ménez St-Jean à G. ; Gouesnach ; D234 ; Ty Laé ; Moulin du Pont ; Quimper.
19/04	44km	L'Eau Blanche ; D15 ; la Croix St-André à G. sur D51 ; Edern ; Briec ; D61 ; Landrévarzec ; Ty Coat à G. sur D770 ; Quilinen à Dr. sur Voie Romaine ; Ty Ru à Dr. ; Route de Penvern ; †† D39 ; Kergadonna ; à G. sur Chemin de Troheïr ; Kerben ; Quimper (Rues du Château et du Manoir).
26/04	39km	D765 ; Kergaben à Dr. ; Guengat ; Plaisance ; La Boissière à G. ; Kergoc ; Landivigneau ; D39 ; Chapelle St-Pierre ; Plogonnec ; Le Croëzou ; Quimper.

GROUPE DETENTE

Mai - Juin 2020 - départ à 8h30

Dates	Distances	Parcours
1er Mai	41km	Ergué-Armel ; Ty Bos ; Arbre du Chapon ; St Evarzec ; Ménez Rohou ; Belle Vue à G. ; traverser D44 ; Anse de Penfoulic ; Cap Coz ; le vieux port ; D45 ; à Dr. ; Fouesnant ; D44 ; Chapelle du Perguet ; Ménez Groaz à Dr. ; Clohars-Fouesnant ; Chapelle du Drennec ; Quimper.
03/05	48km	Gourvily ; Ty Sanquer ; D785 ; Briec ; Trois Croix à G. puis à Dr. ; Chapelle de Garnilis ; Croaz ar Born ; D770 ; Quilinen ; Quimper.
08/05	37km	D765 ; Plonéis à G. ; Manoir de Kervern ; D784 ; Plogastel-St-Germain ; Le Hilguy ; Tourne-Ici ; D40 ; Rd-pt de Ti Lipic ; Quimper.
10/05	41km	L'Eau Blanche ; D765 ; Le Roudou à Dr. ; Croaz Hent Goyet ; à Dr. ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Carn Yan ; Ménez Rohou ; Le Prajou ; Pleuven ; Clohars-Fouesnant ; Ménez St-Jean ; D34 ; Ty Glaz ; Quimper.
17/05	51km	Ergué-Armel ; TyBos ; Arbre du Chapon ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Fouesnant ; Beg Meil ; Renouveau ; marais de Moustierlin ; Pointe de Moustierlin ; D134 ; Ménez Groaz ; Clohars-Fouesnant ; Ty Glaz ; Quimper. Ou RANDO DES POINTES QCC.
21/05	46km	Lududu ; D40 ; Ty Crapon à G. ; Bel-Air ; Ti Lipic à G. ; Plomelin ; Route des Châteaux ; Le Lannou ; Ile-Tudy ; retour Rd-pt du Lannou ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper. Ou « la Kerné » Parking Leclerc à Quimper.
24/05	47km	Le Moulin Vert ; Le Croëzou ; Plogonnec à Dr. ; Lesmel ; Moulin du Lay ; D770 ; à Dr. ; Landrévarzec ; Briec ; la route des mines ; Quimper.
31/05	41km	L'Eau Blanche ; D765 ; Le Roudou à Dr. ; Croaz Hent Goyet ; à Dr. ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Carn Yan ; Ménez Rohou ; Le Prajou ; Pleuven ; Clohars-Fouesnant ; Ménez St-Jean ; D34 ; Ty Glaz ; Quimper
1er juin	47km	Ergué-Armel ; Chemin du Quinquis ; Rte de Kerthomas ; Bellevue ; VC2 ; la Véronique ; à G. ; Bois de Pleuven à G. ; St-Yvi à G. ; Elliant à G. sur D150 ; Croas Ménez Bris à G. sur D15 ; la Croix St-André ; Quimper.
07/06		Tout Quimper à Vélo.
14/06	51km	Ergué-Armel ; Ty Bos ; Arbre du Chapon ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Fouesnant ; Beg Meil ; Renouveau ; marais de Moustierlin ; Pointe de Moustierlin ; D134 ; Ménez Groaz ; Clohars-Fouesnant ; Ty Glaz ; Quimper.
21/06	46km	Lududu ; D40 ; Ty Crapon à G. ; Bel-Air ; Ti Lipic à G. ; Plomelin ; Route des Châteaux ; Le Lannou ; Ile-Tudy ; retour Rd-pt du Lannou ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper. Ou Tout Saint-Evarzec à Vélo.
28/06	47km	Moulin Vert ; Le Croëzou ; Plogonnec à Dr. ; Lesmel ; Moulin du Lay ; D770 ; à Dr. ; Landrévarzec ; Briec ; la route des mines ; Quimper.

GROUPE DETENTE

Juillet - août 2020 - départ à 8h30

Dates	Distances	Parcours
05 juillet	45km	Ergué-Armel ; Arbre du Chapon ; St-Evarzec ; Ménez-Rohou ; Pleuven ; Clohars-Fouesnant ; Ménez Groas ; Le Letty ; Pointe St-Gilles ; La Corniche ; Ménez Saint-Jean ; Gouesnac'h ; Moulin du Pont ; Quimper.
12/07	40km	Quimper ; Route de Pont-L'Abbé ; l'Avantage ; à Dr. sous D785 ; Ty Guip ; Tréméoc ; Plonéour-Lanvern ; Retour par Pluguffan.
14/07	44km	Créac'h Guen ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Fouesnant ; Pointe de Beg Meil ; Chapelle de Kerbader ; D145 ; Croaz Hent Kernein ; D134 ; Pont Henvez ; Ty Glaz ; Quimper
19/07	37km	Ergué-Armel ; Chemin du Quinquis ; Kervern ; Arbre du Chapon 2 X à Dr. ; Moulin du Pont ; D240 ; Ty Laé ; Gouesnach ; Ménez St-Jean ; Clohars-Fouesnant ; Pleuven ; D45 ; Moulin du Pont ; Quimper.
26/07	40km	Quimper ; Plonéis ; Les 4 Chemins ; Route d'Audierne ; Vers le château du Hilguy ; St-Germain ; Retour Route de Pouldreuzic ; Pluguffan ; Quimper
02 août	35km	Quimper ; Ty Sanquer ; Moulin du Lay ; Quéménéven ; Locronan ; Le Croëzou ; Quimper.
09/08	40km	Lududu ; Ti Lipic ; Plomelin ; D20 ; Croas-Hent à G. sur D144 ; Rd-pt du Lannou ; Île-Tudy ; Chapelle de la Clarté ; D44 ; Pont de Cornouaille ; D34 ; Ménez Billy ; Kervao ; Ty Bos ; Quimper
15/08	40km	L'Eau Blanche ; Le Roudou ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Port La Forêt ; Cap Coz ; Fouesnant ; Pleuven ; Moulin du Pont ; Quimper.
16/08	35km	Moulin du Pont ; Saint-Cadou ; Gouesnach ; Ménez St-Jean ; Bénodet ; Direction Fouesnant ; St-Thomas ; Pleuven ; Quimper.
23/08	51km	Ergué-Armel ; Ty Bos ; Arbre du Chapon ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Fouesnant ; Beg Meil ; Renouveau ; marais de Moustierlin ; Pointe de Moustierlin ; D134 ; Ménez Groaz ; Clohars-Fouesnant ; Ty Glaz ; Quimper.
30/08		<u>TRO BRO PLUGUEN</u>

GROUPE DETENTE

Septembre – départ 8h30 – Octobre2020 – départ 9h

Dates	Distances	Parcours
06 Sept.	35km	Pluguffan ; D40 ; 1 Km av. St-Germain à G. ; Guiler ; Kerdaniel ; Kerdréanton ; Minven ; Chapelle St-Honoré ; Stang ar Bacol ; Tréméoc ; La gare ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper. ou LA PLONEIS CYCLO.
13/09	49km	Pluguffan ; D40 ; Ti Guen à G. ; Maner Vugit – Dour Grâce à G. sur D156 ; St-Guénolé à Dr. ; Kersabiec ; Ty Robin ; D144 ; Le Lannou à G. sur D44 ; Pont de Cornouaille ; D34 ; Ménez St-Jean à G. ; Gouesnach ; D234 ; Ty Laé ; Moulin du Pont ; Quimper.
20/09	39km	Gourvily ; Ty Sanquer ; D785 ; Ty Ru à Dr. ; Trolez ; St-Adrien à G. ; Ederm ; Briec ; Route des mines ; Le Stangala ; Quimper.
27/09	39km	D765 ; Kergaben à Dr. ; Guengat ; Plaisance ; La Boissière à G. ; Kergoc ; Landivigneau ; D39 ; Chapelle St-Pierre ; Plogonnec ; Le Croëzou ; Quimper.
04 Oct.	37km	Gourvily ; Ty Sanquer ; D785 ; Briec ; Trois Croix à G. sous N165 puis à Dr. ; Chapelle de Garnilis, Croas ar Born ; D770 ; Quilinen ; Quimper.
11/10	48km	Gourvily ; Ty Sanquer ; D785 ; Briec ; Trois Croix à G. sous N165 puis à Dr. ; Chapelle de Garnilis, Croas ar Born ; D770 ; Quilinen ; Quimper.
18/10	41km	Ergué-Armel ; Ty Bos ; Arbre du Chapon ; St-Evarzec ; Ménez Rohou ; Belle vue à G. traverser D44 ; Anse de Penfoulic ; Cap Coz ; le vieux port ; D45 ; à Dr. ; Fouesnant ; D44 ; Chapelle du Perguet ; Ménez Groaz à Dr. ; Clohars-Fouesnant ; Chapelle du Drennec ; Quimper.
25/10	48km	Pluguffan ; Rd-pt Aéroport ; Ti Lipic ; l'Avantage ; Ty Robin ; Tréméoc ; Kermaria ; D44 ; Kerboul ; Le Treustel ; Le Théven ; retour le Lannou ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper.

GROUPE DETENTE

Novembre - Décembre 2020 - départ à 9h

Dates	Distances	Parcours
1 ^{er} Nov.	40km	Eau Blanche ; D765 ; Le Roudou à Dr. ; Croaz Hent Goyet ; à Dr. ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Carn Yan ; Ménez Rohou ; Le Prajou ; Pleuven ; Clohars-Fouesnant ; Ménez St-Jean ; D34 ; Ty Glaz ; Quimper.
08/11	42km	Lududu ; Ti Lipic ; l'Avantage ; Ty Robin ; Rd-pt du Lannou ; Ile-Tudy ; (retour) ; Route des châteaux ; Plomelin ; Ti Lipic ; Quimper.
11/11	46km	Lududu ; D40 ; Ty Crapon à G. ; Bel-Air ; Ti Lipic à G. ; Plomelin ; Route des Châteaux ; le Lannou ; Ile-Tudy ; retour Rd-pt du Lannou ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper.
15/11	47km	Moulin Vert ; Le Croëzou ; Plogonnec à Dr. ; Lesmel ; Moulin du Lay ; D770 ; à Dr. ; Landrévarzec ; Briec ; la route des mines ; Quimper
21/11		<u>Assemblée Générale.</u>
22/11	46km	Ergué-Armel ; Ty Bos ; D783 ; l'Arbre du Chapon 2 X à Dr. ; Moulin du Pont ; Pleuven ; Chapelle St-Thomas ; Chapelle du Perguet à G. ; D134 ; Moustierlin ; retour Croaz Hent Kernein à Dr. sur D145 ; Fouesnant ; Pleuven ; Ménez Bily ; Quimper
29/11	39km	L'Eau Blanche ; St-Yvi 2 X à Dr. ; Ménez Tropic ; Toulgoat ; Bois de Pleuven ; La Grande Halte ; Carn Yan à G. ; Ménez Rohou ; Pleuven ; Quimper
06 Déc.	37km	D765 ; Plonéis à G. ; Manoir de Kervern ; D784 ; Plogastel-St-Germain ; Le Hilguy ; Tourne-Ici ; D40 ; Rd-pt de Ti Lipic ; Quimper.
13/12	30km	Gourvily ; Ty Sanquer ; Quilinen Chapelle 2 X à Dr. ; Ty Névez Kerhuon ; Kerdalaé ; Lespritren $\frac{1}{11}$ Route des mines ; D785 ; Ty Ru ; Quimper
20/12	35km	Lududu ; Pluguffan ; D40 ; Ti Guen ; N.-D. des Grâces ; Minven à G. ; <u>Chapelle St-Honoré</u> ; Stang ar Bacol ; Tréméoc ; la gare ; Ty Robin ; l'Avantage ; Quimper.
27/12	42km	Lududu ; Ti Lipic ; l'Avantage ; Ty Robin ; Rd-pt du Lannou ; Ile-Tudy ; (retour) ; Route des Châteaux ; Plomelin ; Ti Lipic ; Quimper.