

# CYCLOS RANDONNEURS QUIMPER CORNOUAILLE F.F.C.T LIGUE DE BRETAGNE



*"Quand on partait de bon matin, Quand on partait sur les chemins, A bicyclette..."*  
(La Bicyclette: Yves MONTAND - Pierre BAROUH - Francis LAI)



*"Des vaches paissaient,  
cachées dans les roseaux  
de la prairie et j'entendais  
leurs cloches, tandis que,  
descendu de bicyclette..."*  
(Alain FOURNIER)



*"Des couples, montés sur des tandems  
qui pédalaient vers les portes de Paris"*  
(Simone de BEAUVOIR)



# GROUPE CYCLORANDONNEUR

**JANVIER 2022**

2018

**Départ 9h00**

Dates	Distances	Parcours
<b>01</b>	<b>49km</b>	Allée de Locmaria ; Créac'h Gwen ; D34 ; le Moulin du Pont ; D45 ; Pleuven ; Fouesnant ; D145 ; <b>Pointe de Moustierlin</b> (21,5 km) ; Croissant Kerneïn à Dr. sur D134 ; Pont Henvez ; D44 ; Bénodet (Av. de la Mer, la Corniche) ; D34 ; le Moulin du Pont ; à Dr. à Ménez Bily ; Ty Bos ; Quimper.
<b>02</b> <small>07</small>	<b>55km</b>	Lududu ; D785 ; à Dr. sur D40 ; Pluguffan ; Ti Gwenn à G. ; N.-D. des Grâces, Minven à G. sur D240 ; Stang ar Bacol ☩ D156 ; Tréméoc ; Kermaria, <b>Pont-L'Abbé</b> ; Lambour ; Kerguévelen ; D44 ; le Lannou à G. sur D144 ; le Croissant à Dr. sur D20 ; St-Roc'h ; Plomelin ; Ti Lipic à G. sur D56 ; le Paradis à Dr. sur D784 ; D765 ; Quimper.
<b>09</b> <small>14</small>	<b>57km</b>	Le Moulin Vert ; D63 ; le Croëzou ; Plogonnec ; Locronan à G. sur D7 ; à Dr. à Kerguével ; ☩ D107 ; Kervel à Dr. ; Tréfeuntec ; le Bon Coin à Dr. Sur D61 ; <b>Plonévez-Porzay</b> (28 km) ; D63 ; à Ti Didrouz à G. sur D61 ; Kergoat ; Quéménéven ; la Gare de Quéménéven ; D770 ; Quilinen ; Quimper. <a href="https://www.visugpx.com/nJfR6X5qRu">https://www.visugpx.com/nJfR6X5qRu</a>
<b>14</b>		<b>Galette des Rois – 19h00 à l'Espace Associatif</b>
<b>16</b> <small>21</small>	<b>58,4km</b>	<b>Rues du Frouit et de l'Hippodrome</b> ; D15 ; D115 ; Elliant à G. sur D150 ; Croaz Ménez Bris ☩ D15 ; <b>Langolen</b> (28,1 km) ; D50 ; St-Adrien ; 700m puis à Dr. ; <b>Lannien</b> ; Edern à G. sur D72 ; 360m puis à Dr. ; Kermarzin à G. ; ☩ D785 ; <b>500m</b> puis à G. ; <b>Croix St-Yves</b> ; Pargamou ; à G. sur D61 puis à Dr. ; Route de <b>Pont Guin</b> ; Ty Sanquer ; D770 ; Quimper. <a href="https://www.visugpx.com/OdW8n0pgqM">https://www.visugpx.com/OdW8n0pgqM</a>
<b>23</b> <small>28</small>	<b>60km</b>	L'Eau Blanche, D765, St-Yvi, Rosporden, D765A, D24, la Trinité à Dr. Sur D22, <b>Melgven</b> (29 km), le Moulin Neuf, Kérose, à Dr. Sur D783, Keramporiel, Kérlin, l'Arbre du Chapon, Ty Bos, Quimper (Rue de la Tour d'Auvergne).
<b>30</b> <small>04/02</small>	<b>63km</b>	Gourvily ; D770 ; Quilinen ; Croas ar Born ; la Pointe à Dr. ; St-Coulitz ; <b>Lothey</b> (33 km) ; Croaz Kerabri à G. sur D41 ; Cabaret à Dr. sur D785 ; les Trois Croix ; Briec ; Ty Ru ; Ty Sanquer ; Quimper.

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

2018

FEVRIER 2022

Départ 8h30

Dates	Distances	Parcours
06 11	69,8km	D765 ; Kernévez ; D784 ; le Moustoir à G. sur D140 ; Plogastel St Germain à Dr. à l'église ; Ménez Kerveyen ; D40 ; 2km et à G. sur D202 ; † D2 ; Keryouen ; à G. sur D143 ; Plovan ; Kergroas à Dr. ; « le Mur Bigouden » ; Kersaux à G. sur D156 ; Tréguennec ; <b>Plonéour-Lanvern</b> (37 km) ; D2, Pont-L'Abbé à G. sur D785 ; D44 ; le Pont de Cornouaille ; Bénodet ; à G. sur D34 ; le Moulin du Pont ; le Moulin des Landes ; Créac'h Gwenn ; Quimper. <a href="https://www.visugpx.com/14hVGUt6j6">https://www.visugpx.com/14hVGUt6j6</a>
013 18	70km	L'Eau Blanche ; D15 ; la Croix St-André à G. sur D51 ; le Croissant (Lango- len) ; Trégourez ; D36 ; <b>Laz</b> (30 km) ; D41 ; Goarem Louarn à Dr. ; Croas Brenn † D72 ; Gouézec ; Kroaz Bauguion à G. ; Baradozic ; les Trois Fontaines à G. sur D785 ; Briec ; Route de <b>Pont Guin</b> ; D785 ; à G. sur Vieille Route de Briec ; Ty Gardien ; Rd-pt Fly ; Quimper.
20 25	71km	L'Eau Blanche ; D765 ; St-Yvi ; Rosporden ; D765A ; à Dr. sur D70 ; Cadol à G. ; Melgven ; D44 ; la Croix Neuve à Dr. sur D24 ; <b>Nizon</b> (36 km) ; Croaz Hent Kergoz à Dr. sur D783 ; Trégunc ; Keramporiel ; Kérilin ; Croaz Avalou ; l'Arbre du Chapon ; Ty Bos ; Ergué-Armel ; Quimper.
27 10/03/ 2019	67,7km	Gourvily ; D770 ; Quilinen ; Croas ar Born ; la Pointe à Dr. ; St-Coulitz ; Lothey ; Cabaret à Dr. sur D785 ; Ty Daoudal à G. ; Stang Kergourlay à Dr. ; Pont ar Guen à Dr. ; <b>Briec</b> (Place de l'église : 46 km) ; Rue de la Boissière † D72 ; Croix an Turc ; Landudal ; Kerriou ; D51 ; Croix St-André à Dr. sur D15 ; Quimper. <a href="https://www.visugpx.com/YfGOdrtbmf">https://www.visugpx.com/YfGOdrtbmf</a>

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

MARS 2022

2018

**Départ 8h30**

Dates	Distances	Parcours
06	<b>72,5</b> km	<p>Route de Brest ; Gourvily ; D770 ; Ty Sanquer ; D785 ; Briec ; D72 ; Edern à G. à l'église ; Ty Fléan à G. au calvaire ; Goarem Jaouen à G. ; Gouézec à Dr. sur D41 puis à G. ; Keriok ; Ty Men ; <b>Lennon</b> (34,8 km) à Dr. ; Kergonniou ; à Dr. à Kerbiguet ; Penn ar Stang à Dr. sur D72 ; Kroaz Brenn à G. ; Gwoarem Louarn à G. sur D41 puis à Dr. sur D141 (100m puis à Dr.) ; Kervenec ; Kerninon ; Moulin de l'Abbé ; Kerglaz ; à Dr. sur D51, le Croissant (Langolen) ; la Croix st-André à Dr. Sur D15 ; Quimper (par Rue de l'Hippodrome).</p> <p style="text-align: center;"><a href="https://www.visugpx.com/TWuCr0wBsx">https://www.visugpx.com/TWuCr0wBsx</a></p>
13	<b>50 ou 90</b> km	<b>RANDONNEE DE PRINTEMPS CRQC</b>
20 18	<b>75</b> km	<p>Le Moulin Vert ; à G. à l'église ; la Coudraie ; Guengat ; à G. à Kerdrein ; Kermoal ; le Juc'h, à Dr. ; D39 ; Kervignac ; la Ste Croix à Dr. puis à G. ; à G. sur Route du Ris ; Douarnenez (le Grand Pont, Av. de la Gare) ; D7, à Dr. à Poullan-sur-Mer ; Kervoal ; Lescogan ; à Dr. ; <b>Pointe du Millier</b> (37 km) ; retour par D407 ; à G. sur D7 puis à Dr. sur D307 ; Confort Meilars ; Mahalon ; Stang Irvin, à G. ; Ty Guen ; Guiler-sur-Goyen ; D243 ; D143 ; Landudec ; D784, Kerandoaré ; Quimper.</p> <p style="text-align: center;"><b>Ou Randonnée des Trois Etangs – CRCE Rosporden</b></p>
27 25	<b>75</b> km	<p>L'Eau Blanche ; D765 ; Troyalac'h ; le Roudou à Dr. ; Locmaria Hent ; à Croas Lanardé à G. sur D70 ; Cadol ; Rosporden à Dr. sur D765 puis à G. sur D782 ; à Dr. après le passage à niveau ; Kernével à G. au Rd-pt ; St-Guérolé ; Ty Naour ; à G. après Toulc'Hoat ; D4 ; <b>Scaër</b> (40 km) ; D50 ; Coadry ; Coray ; D15 ; la Croix St-André, Quimper.</p>

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

AVRIL 2022

2018

**Départ 8h30 du 1<sup>er</sup> au 15, départ 8h00 à partir du 15 au 30**

Dates	Distances	Parcours
03	<b>64,3km</b>	<p>D765 ; Plonéis ; la Croix Neuve ; au Rd-pt à G. sur D43 ; Pouldergat ; Lanfiacre à G. ; Lésivy à G. ; Tromelin, Kerdalec ; Ty Guen à G. ; Guiler-sur-Goyen à Dr. ; Kervéret à Dr. sur D784 ; Poul Ar Marquis ; Ménez Trébrévan à G. ; Kervinou ; Ménez Queldrec à G. sur D2 ; Pouldreuzic ; D40 ; Pluguffan, Ty Crapon à Dr. ; Bel Air ; Quimper (<i>Pont de Poulguinan, Rue du Frugy, Av. Yves thépot &amp; de Limérick</i>).</p> <p style="text-align: center;"><a href="https://www.visugpx.com/na7j22flRf">https://www.visugpx.com/na7j22flRf</a></p> <p style="text-align: center;"><b>Pot salle « les Châtaigniers » au Braden</b></p>
10 02	<b>74km</b>	<p>L'Eau Blanche ; D765 ; Rosporden ; la Croix Lanveur, à G. ; Kernével ; St-Mathieu ; Loretta ; D4 ; <b>Bannalec</b> (36 km) ; Loj Bégoarem, à Dr. sur D22 ; Stang Trébalay ; la Trinité <math>\frac{+}{+}</math> D24 ; Melgven ; D44 ; la Boissière ; Kérilin ; D783 ; Croaz Avalou ; Ty Bos ; Quimper.</p>
17 01	<b>73km</b>	<p>Gourvily ; D770 ; à G. sur Chemin de Coat Olier ; à Dr. sur Voie Romaine ; à G. à Garsabic ; Pont Quéau à Dr. ; Quilinen ; D770 ; Moulin du Lay ; la Gare de Quéménéven ; Kergaradec ; Cast ; Lagad Ven ; <b>Kerdréolou</b> ; Ménez Kerinec à Dr. Pors Morvan ; <b>Kervélen</b> ; D887 ; <b>Châteaulin</b> (42,7 km) ; D770 ; Croas ar Born ; D41 ; D241 ; Ty Daoudal ; D785 ; <b>les Trois Croix</b> ; 850m et à Dr. sur 400m puis à G. ; Croix St-Yves ; à G. ; Pargamou ; à G. sur D61 puis à Dr. ; Route des Mines ; <b>Pénity</b> ; D785 ; avant Ty Sanquer à G. sur Vieille Route de Brieç, Ty Gardien ; Quimper.</p> <p style="text-align: center;"><a href="https://www.visugpx.com/WXAzlqHKf2">https://www.visugpx.com/WXAzlqHKf2</a></p>
17		<b>Randonnée « Ville au Vert » Ergué-Gabéric.</b>
24 15	<b>77,6km</b>	<p>Pont de Poulguinan ; Bel-Air ; Penhoat Braz ; Ti Lipic ; l'Avantage ; Ty Robin ; Tréméoc ; D240 ; Pont-L'Abbé ; D102 ; Plobannalec ; <b>Pont Plat</b> ; <b>Pont Leverien</b> à Dr. ; <b>Guerveur</b> ; Kersauz ; Kerléguer, à G. sur D153 ; Le Guilvinec (par la côte) ; Penmarc'h (par l'ancienne voie ferrée) ; Lescors ; Kerverret à G. ; Park Méén Bris à Dr. ; Tronoën ; le Stang à G. ; St-Vio ; <b>Kerguellec</b> ; <b>Kersaux</b> ; le <b>Mur Bigouden</b> ; Tréogat (à G. sur D2 puis à Dr.) ; Peumérit (à G. face à l'église) ; à G. sur D57 ; Ménez Kerveyen à Dr. sur D40 ; <b>Skerneg</b> ; <b>Bois des Korrigans</b> <math>\frac{+}{+}</math> D56 ; Croas Stang Ven ; Kervastal ; D784 ; D765 ; Quimper.</p> <p style="text-align: center;"><a href="https://www.visugpx.com/AAHc8PhMpq">https://www.visugpx.com/AAHc8PhMpq</a></p>



# GROUPE CYCLORANDONNEUR

MAI 2022

2018

Départ 8h00

Dates	Distances	Parcours
<b>01</b> 29/04	<b>82km</b>	L'Eau Blanche ; D15 ; D115 ; Elliant ; Tourc'h ; Coadry ; D50 ; Scaër ; D782 ; à G. à Miné Déro ; les Salles ; 460m puis à G. dans <b>Forêt de Coatloc'h</b> (41 km) ; Toulc'Hoat à Dr. ; D4 ; Bannalec ; D765 ; Rosporden ; St-Yvi ; Quimper. <b>Ou Randonnée des Pointes – Quimper Cyclo Club</b>
<b>08</b> 20	<b>83km</b>	Lududu ; D785 ; D40 ; Pluguffan ; Ménez Kerveyen à G. sur D57 ; Plonéour-Lanvern ; D57 ; à Dr. à Tachen ar Groas ; Méjou Roz ; le Stang ; St-Vio ; Kerguellec ; Kersaux ; Kergroas ; Plovan ; Palud Trébanec ; <b>Penhors</b> (43,5 km) ; Gorréquer ; Pors Poulhan ; Kerana à Dr. ; Kersandy ; Ty Pic à Dr. sur D784 ; Plozévet ; Landudec ; Quimper.
<b>15</b> 01	<b>85km</b>	D765 ; le Roudou à Dr. ; Locmaria Hent ; Cadol ; Melgven ; Croissant Bouillet ; Trégunc ; D177 ; Névez à Dr. sur C12 ; Kériquel à G. ; Kersidan à Dr. sur D1 ; <b>Pointe de Trévignon</b> (46 km) ; Lambell ; à G. sur D783 Croas Avalou à G. sur D44 ; la Forêt-Fouesnant ; Fouesnant ; D45 ; Pleuven ; le Moulin des Landes ; Quimper.
<b>22</b> 13	<b>85km</b>	Gourvily ; D770 ; Ty Sanquer ; D785 ; Pénity ; <b>Route de Pont Guin</b> ; Briec ; Pleyben (à G. à l'église) ; le Moulin du Chantre à Dr. ; Croaz Nu † D48 ; <b>Lopérec</b> (44 km) <b>à G. sur</b> D121 ; le Pont Neuf à G. sur D770 ; Pont de Buis ; Châteaulin ; Quilinen ; Ty Coz à Dr. sur Rte de Kerlédan ; à G. sur Voie Romaine ; Ty Pont ; Quimper (Av de la France Libre).
<b>26</b> 08	<b>85km</b>	D765 ; D784 ; le Moustoir à G. sur D140 ; Plogastel-St-Germain ; Ménez Kerveyen à Dr. sur D40 puis à G. sur D57 ; 1,5km puis à Dr. ; Peumerit ; Tréogat à G. sur D2 ; Plonéour-Lanvern à Dr. sur D156 puis à G. ; Kerbascol ; Méjou Roz à Dr. ; à G. à Le Stang ; Tronoën ; la Torche ; St-Guénoles (par la côte) ; <b>Phare d'Eckmülh</b> (46 km) ; Kécity ; le Guilvinec ; la Vierge à G. sur D153 ; Tréffiagat ; à Dr. sur D53 ; Plobannalec à G. sur D102 ; Pont-L'Abbé ; Kermaria à G. sur D240 ; Tréméoc ; Ty Guip ; sous D785 ; l'Avantage ; Ti Lipic ; Penhoat Braz ; Bel-Air ; Lududu ; Quimper.
<b>29</b> 06	<b>86km</b>	Gourvily ; D770 ; Châteaulin ; D887 ; Pen ar Yeun à Dr. sur D60 ; Dinéault ; Plas ar Mellet ; 500m et à Dr. ; le Passage, D247 ; D47 ; <b>Ste-Marie du Ménez Hom</b> (47 km), vers Crozon puis à G sur D108 ; St-Nic ; Pentrez ; Lestrévet ; Rd-pt de Ty Job : 2 <sup>ème</sup> sortie ; Toul Fil à Dr. sur D63 ; Plonévez-Porzay ; Locronan ; le Croëzou ; D39 ; Kergariou ; Quimper (av Fr. libre).

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

JUIN 2022

2018

**Départ 8h00**

Dates	Distances	Parcours
<b>05</b> 21/05	<b>87km</b>	Ty Bos ; D783 ; Croas Avalou ; Moulin Chef du Bois à Dr. sur Chemin de Douric ; Concarneau (Le port, Quais du Moros, Lanriec) ; D322 ; D783 ; Pont Minaouet ; Lambell ; <b>Pointe de Trévignon</b> (37 km) ; à Dr. sur D1 pendant 2,4km puis à G. ; St-Philibert ; Névez ; D77 ; Croissant Kergoz à Dr. sur D783 ; Pont-Aven ; D24 ; la Croix Neuve à G. sur D44 ; Melgven; Cadol ; Locmaria Hent ; le Roudou; Quimper.
<b>06</b> 10/05	<b>86km</b>	Pont de Poulguinan ; D785 ; D40, Pluguffan ; Pouldreuzic ; D2, Plozévet ; D784 ; <b>Audierne</b> (39 km) ; la Croix Rouge (Esquibien) à Dr. sur D43A ; Quatre Vents à G. et à Dr. sur D343 ; à Dr. à Moulin Castel puis encore à Dr. ; Kermenguy ; Trémaria à Dr. ; Pont-Croix ; Larrin ; Mahalon ; Stang Irvin à G. ; Ty Guen ; Guiler-sur-Goyen ; D243 ; D143 ; Landudec ; D784 ; Quimper
<b>04, 05 &amp; 06</b>	<b>Week-end de la Pentecôte (ou autre week-end à définir).</b>	
<b>12</b> 17	<b>83,5km</b>	L'Eau Blanche ; D15 ; la Croix St-André à G. sur D51 ; Trégourez ; Laz à Dr. à l'église ; Moulin Broche à G. sur D51 ; Kersalaün ; <b>Leuhan</b> (37,5 km) ; D151 ; à Dr. sur D6 ; Ty Louet †† D15 ; Scaër ; D50 ; Coadry à G. ; Tourn †† D36 ; St-Guenal ; à Dr. ; Elliant ; D115 ; Quimper.
<b>19</b> 24	<b>85,6km</b>	Ergué-Armel ; Chemin du Quinquis ; Route de Kervern ; à G. sur D783 ; Carn Yann à Dr. puis à G. ; La Forêt-Fouesnant (1 <sup>er</sup> Rd-pt : 1 <sup>ère</sup> sortie, 2 <sup>ème</sup> Rd-pt : 2 <sup>ème</sup> sortie) ; le Cranic ; Beg Ménez ; Forestic 2 <sup>ème</sup> route à G. ; la Maison Blanche (Concarneau) †† Rue de Quimper ; à Dr. sur D783 ; Pont Minaouet, Lambel ; Pointe de Trévignon ; à Dr. sur D1 ; Raguènes par la côte , Keroren ; à Dr. après le calvaire ; Trémorvézen à G. à la chapelle puis à Dr. ;Kerascoët ; <b>Rospico</b> (45 km) ; Kerangall à G. ; D77 ; Névez ; Croaz Hent Kervec à G., †† D783 ; Kerven ; Croaz Kerfrancès à G. sur D122 puis à Dr. ; Melgven ; Cadol à G. sur D70 ; Croas Lanardé à Dr. ; Locmaria Hent ; le Roudou ; D765 ; Troyalac'h ; Quimper. <a href="https://www.visugpx.com/40D6Xf3EvY">https://www.visugpx.com/40D6Xf3EvY</a>
<b>26</b> 10	<b>89km</b>	L'Eau Blanche ; D15 ; Coray ; Roudouallec à Dr. sur D108 ; les Cinq Chemins, †† D27 ; <b>Guisriff</b> (46 km) ; D108 ; les Quatre Vents à Dr. sur D782 ; Pont Lédan ; Scaër ; Coadigou ; Rosporden ; D765 ; St-Yvi ; Quimper.



# GROUPE CYCLORANDONNEUR

**JUILLET 2022**

**2018**

**Départ 8h00**

Dates	Distances	Parcours
<b>03</b> <small>01</small>	<b>86km</b>  ☉ 102km	Le Moulin Vert ; D63 ; le Croëzou ; Plonévez-Porzay ; Toul Fil à G. puis à Dr. ; Ty Guen ; Lestrévet ; Pentrez à G., Kerninet ; à G. ; Caméros ; Rostégoff ; <b>Rosmadec</b> ; ☉ à Dr. ☉ <b>Telgruc</b> (40 km, <b>43 km</b> ) ; D887 ; Croas Séméno ; ☉ à Dr. sur D63 ; St-Nic ; Plomodiern † D47 ; Kergosker ; à Dr. ; Meilh Leskuz ; à Dr. ; Lagad Ven ; Cast (à G. à l'église) ; Kernaou ; Kergaradec ; la Gare de Quéménéven ; D61 ; ☉ D770 ; Quilinen ; Quimper. <a href="https://www.visugpx.com/i79A1WE4R2">https://www.visugpx.com/i79A1WE4R2</a> ☉ à G. au carrefour ; <b>Elléouet</b> ; <b>Trez-Bellec</b> ☉ <b>Ste-Marie du Ménez Hom</b> ; <b>Châteaulin</b> ; <b>Croas ar Born</b> à G. ; <b>D41</b> ; <b>D241</b> ; <b>Ty Daoudal</b> ; <b>Briec</b> ; <b>D61</b> ; <b>Landrévarzec</b> ; <b>Ty Coat</b> ; à G. <b>D770</b> ☉
<b>10</b> <small>08</small>	<b>86,3km</b>  ☉ 99km	L'Eau Blanche ; D15 ; Coray ☉ à Dr. puis à G. sur <b>D50</b> ; Scaër ; à G. sur D782 ; Pont Ledan ; à Dr. sur D6 ; ☉ <b>St-Thurien</b> à Dr. (46,3 km, <b>60 km</b> ) ; <b>D23</b> ; Pont Hellec ; Bannalec ; D765 ; Rosporden ; St-Yvi, Quimper. ☉ <b>Roudouallec</b> à Dr. sur <b>D108</b> ; <b>les Cinq Chemins</b> à Dr. sur <b>D27</b> et à G. sur <b>D108</b> ; <b>Guiscriff</b> ; <b>Quatre Vents</b> † D782 ; <b>D108</b> ; <b>D23</b> ☉
<b>14</b>	<b>85km</b>  ☉ 99km	Pont de Poulguinan ; Route des Châteaux ; le Croissant ; le Lannou à Dr. sur D44 ; Kerlouarn ; à G. ; Kerguévelen ; Lambour ; Pont-L'Abbé ; D2 ; Loctudy (par la côte) ; Lesconil (le port) ; Kersaux ; Kerléguer ; la Vierge à G. sur D153 ; Léhan ; <b>Port de Léchiagat</b> (44,5 km) ; Guilvinec ☉ D57 ☉ Pendreff ; D53 ; la Barrière Rouge à G. ; Ty Boutique ; Pont-L'Abbé, D240 ; Tréméoc, Stang ar Bacol ; Minven à Dr. ; N.-D. des Grâces ; Kervouien à G. ; Ty Guen ; Pluguffan (centre) à G. ; Croas Stang Ven ; Kervastal ; D784 ; D765 ; Quimper. ☉ <b>le port</b> ; <b>Ster Poulguen</b> ; <b>Kergazegan</b> à G., <b>Kérity</b> ; <b>Phare d'Eckmühl</b> ; <b>D80</b> ; <b>la Joie</b> ; <b>Guilvinec</b> à Dr. sur <b>D53</b> ; <b>Penmarc'h</b> ; <b>D785</b> ; <b>Gouesnac'h</b> à Dr. sur <b>D53</b> ☉
<b>17</b> <small>15</small>	<b>82,7km</b>  ☉ 99km	Gourvily ; D770 ; Ty Sanquer ; D785 ; Briec ; D72 ; Edern ; Châteauneuf-du-Faou ; D117 ; Poulodron ☉ 350m à Dr. ; Gwaker ; <b>St-Goazec</b> (43,3 km), Rte de la Source Isabelle ; à G. sur D6 ; Croas Janus à G. sur D41 ; Beg ar Min à Dr. sur D6 ; D51 ; D151 ; Leuhan ; le Vénec ; à Dr. sur ☉ D15 ; Coray ; Quimper (Rue de l'Hippodrome). ☉ <b>Spézet (Pl. de la Résist. : 46 km)</b> <b>D117, D17, Toullaëron, Gourin</b> ; à Dr. sur <b>D1</b> ☉
<b>24</b> <small>22</small>	<b>87km</b>  ☉ 97km	D765 ; D784 ; Landudec ; Plozévet ; Plouhinec ; Audierne ; la Croix Rouge ☉ à Dr. 100m après le Rd-pt ; Trévénouen ; Bréhonnet ; <b>Goulien</b> (43 km) ; Moulin Costé Goualarn à Dr. ☉ sur D7 ; Beuzec-Cap-Sizun ; Poullan-sur-Mer ; D7 ; D7A ; Pouldavid ; D765 ; Kergaben ; Quimper. ☉ <b>Anse du Loc'h</b> à Dr. ; <b>Cléden-Cap-Sizun</b> (47km) ; <b>Mescran</b> ; <b>Belle Vue</b> à Dr. ☉
<b>31</b> <small>29</small>	<b>87km</b>  ☉ 104km	Allée de Locmaria ; Créac'h Gwenn ; D34 ; le Moulin du Pont ; Pleuven, Fouesnant ; D44 ; la Forêt-Fouesnant ; Kerleven ; Beg Ménez ; Concarneau (les Sables Blancs, le port, Quais du Moros) ; D322 ; D783 ; Pont Minaouet ; à Dr. ; Lambell ; <b>la Pointe de Trévignon</b> (42 km) ; à Dr. sur D1 ; Kerhoren ; Célan ; Névez ; D77 ; ☉ D177 ; Trégunc ; Croissant-Bouillet ; Melgven ☉ Cadol à G. sur D70 ; Lanardé à Dr. ; Locmaria Hent ; le Roudou ; D765 ; Troyalac'h ; Quimper. ☉ <b>Croaz Hent Kergoz</b> ; <b>Pont-Aven</b> ; <b>D4</b> ; <b>Bannalec</b> ; <b>Rosporden</b> ☉

☉ Complément de circuit pour Groupe Sportif.

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

AOÛT 2022

2018

Départ 8h00

Dates	Distances	Parcours
<b>Du 30/07 au 7/08</b>		<b>Semaine Fédérale à Loudéac.</b>
<b>07</b> <small>05</small>	<b>89km</b>  ☉ 101km	L'Eau Blanche ; D765 ; St-Yvi ; Rosporden ; Bannalec ; D23 ; <b>St-Thurien</b> (40 km) ; D23 ☉ sur 400m et à G. ; Magorou ; Keriou ; Quatre Vents à G. sur D782 ; ☉ Pont Lédan ; Scaër ; D50 ; Coadry ; Coray ; D15 ; Quimper. ☉ <b>D177 ; Lanvénegen</b> (49 km) ; <b>St-Georges ; Toul Bren à G. sur D782</b> ☉
<b>14</b> <small>12</small>	<b>83km</b>  ☉ 100km	D765 ; D784 ; Landudec ; Poul ar Marquis ; à G. à Ménez Kerlaëron ; Kervinou ; ☩ D2 ; Gorréquer ; Pors Poulhan ; Kerglogay ; Plouhinec, D784, <b>Audierne</b> (40,5 km) ; la Croix Rouge ☉ à Dr. sur D43A ; les Quatre Vents ; Pont-Croix ; ☉ Confort Meilars ; la Carrière à Dr. sur D43 ; Lanfiacre ; le Fort ; à Dr. sur D765 ; Kergaben ; Quimper. ☉ <b>Anse du Loc'h, à Dr., Cléden-Cap-Sizun</b> (51 km) ; <b>Mescran ; Bellevue à Dr. sur D7 ; Beuzec-Cap-Sizun ; Kervalaneg à Dr. sur D307</b> ☉
<b>15</b>	<b>82km</b>  ☉ 99km	D765 ; Plonéis (bourg) ; Gourlizon à Dr. sur D57 ; le Fort à G. sur D43 ; Lanfiacre à G. ; Lezivy à G. ; Ty Guen à Dr. ; Stang Irvin à G. (200m) puis à Dr. ; Kerlambert ; à G. sur D2 ; Lambabu ; D784 ; Ty Pic à Dr. ; Pors Poulhan ; <b>Penhors</b> (45,5 km) ; Plovan ; Kergroas ; le « Mur Bigouden » ; Kersaux ☉ D156 ; Tréguennec ; ☉ Plonéour-Lanvern ; D156 ; Stang ar Bacol ; 2km à G. ; Luzuduric ; N.-D. des Grâces ; Kervouien à G. ; Ty Guen ; D40 ; Pluguffan ; Ty Crapon à Dr. ; Bel-Air ; Quimper. ☉ <b>Rosland à Dr. ; St-Vio ; Tronoën ; Park Méén Bris à G. au Rd-pt ; Plomeur ; D785 ; contournement de Pont-L'Abbé ; à G. sur D2</b> ☉
<b>21</b> <small>19</small>	<b>88km</b>  ☉ 101km	Ergué-Armel ; D783 ; Kervao ; à Dr. sur Route du Lendu ; Moulin du Pont ; Fouesnant ; la Forêt-Fouesnant ; Croas Avalou ; D783 ; Moulin du Chef du Bois à Dr. sur Chemin de Douric puis à G. ; Concarneau (le Port, Quais du Moros) ; D322 ; D783 ; Lambell ; <b>Pointe de Trévignon</b> (43,5 km) ; à Dr. sur D1 ; Kerhoren ; Celan ; Névez ; D77 ☉ Croas Hent Kervec à G. ; Kervern ; ☩ D783 ; Kerven ; à G. sur D22 : Croas Kerfrances puis à Dr. ; ☉ Melgven ; Cadol ; Locmaria Hent ; le Roudou ; Troyac'h ; Quimper. ☉ <b>la Gare à Dr. sur C14 ; Brucou ; ☩ D783 ; Pont-Aven (Rue de la Villemarqué, à Dr.) ; D783 ; D24 ; l'Enfer à Dr. ; Kermoal ; Loj Quentel à G. sur D22 ; Stang Trébalay ; ☩ D24 ; la Trinité</b> ☉
<b>28</b>		<b>Tro Bro Pluguen - Randonnée des CRQC Pluguffan</b>

☉ Complément de circuit pour Groupe Sportif.

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

SEPTEMBRE 2022

2018

**Départ 8h00**

Dates	Distances	Parcours
04 02	87km	<p>Créac’h Gwen ; D34 ; le Moulin du Pont ; D45 ; Pleuven ; Fouesnant ; D44 ; la Forêt-Fouesnant ; Croas Avalou ; D783 ; Moulin du Chef du Bois à Dr. sur Chemin de Douric ; Concarneau (le port, Quais du Moros) ; D322 ; D783, Trégunc, <b><u>Pont-Aven</u></b> (44,5 km) ; D24 ; l’Enfer à Dr. ; Keréo ; Loge Quentel à G. sur D22 ; Stang Trébalay ; † D24 ; la Trinité ; Melgven ; Cadol à G. sur D70 ; Croas Lanardé à Dr. ; Locmaria Hent ; le Roudou ; D765 ; Quimper.</p> <p style="text-align: center;"><b>Ou la Plonéis Cyclo – Plonéis Cyclo Club</b></p>
11 09	87km	<p>L’Eau-Blanche ; D15 ; D115 ; Elliant ; D150 ; Rosporden ; D782 ; Coadigou ; Scaër ; Pont Lédan à G. sur D4 ; Les Cinq Chemins à G. sur D108 ; <b><u>Roudouallec</u></b> (52 km) ; D15 ; Coray ; la Croix St-André ; Quimper (par Rue de l’Hippodrome).</p> <p style="text-align: center;"><b>Ou Rando Leucémie espoir – CRCE Rosporden à Tourc’h</b></p>
18 23	86km	<p>Allée de Locmaria ; Créac’h Guen ; D34 ; le Moulin du Pont ; D45 ; Fouesnant ; D44 ; la Forêt-Fouesnant ; Croas Avalou à Dr. sur D783 ; Penanguer ; Pont Mi-naouët ; à Dr. ; Lambell ; <b><u>Pointe de Trévignon</u></b> (40 km) ; à Dr. sur D1 ; Kerhoren ; Célan ; Névez ; D77 ; à G. sur D177 ; Trégunc ; Croissant Bouillet à Dr. sur D122 puis à G. ; Melgven ; Cadol à G. Sur D70 ; Lanardé ; à Dr. Locmaria Hent ; le Roudou à G. sur D765 ; Troyalac’h ; Quimper.</p> <p style="text-align: center;"><b>Ou Rando FFCT &amp; France Alzheimer à Guipavas</b></p>
25 30		<p><b>Le Grimpeur – CRQC Quimper</b></p> <p><b>Départ : Salle Arpège à Plogonnec.</b></p>

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

**OCTOBRE 2022**

2018

**Départ 8h30**

Dates	Distances	Parcours
02 07	<b>63,5km</b>	Gourvily ; D770 ; Ty Sanquer ; D785 ; Briec à Dr. sur D72 ; Rd-pt de Pont Langelin à Dr. sur D50 ; Langolen ; à Dr. sur D150, Croas Ménez Bris † D15 ; Elliant ; Rosporden ( <i>Rues de la Libération &amp; du Pont Biais, à Dr. sur Rue St-Eloi</i> ) ; Coat Culoden ; Kerlagadec ; Kermabo ; Croissant de Kéréonsec, Nalzu, le Roudou ; D765, Quimper ( <i>Rue Charles le Goffic, Av. Léon Blum &amp; du Braden</i> ).  <a href="https://www.visugpx.com/bAA2ZVj3P8">https://www.visugpx.com/bAA2ZVj3P8</a>
09 22/04	<b>79km</b>	Gourvily ; D770 ; Châteaulin ; D887 ; le Pouillot ; D88 ; à Dr. sur D48 ; Lospars ; Tachennic ; Kerlesquin à Dr. sur D785 ; <b>Pleyben</b> (45 km) ; Pont-Coblant ; les Trois Croix ; Briec ; Ty Ru ; Ty Sanquer ; Quimper
16 14	<b>78km</b>	Rue du Moulin Vert ; à G. Route de Guengat ; Guengat à G. ; la Croix Neuve à Dr. sur D765 ; au Rd-pt à G. sur D43 ; Lanfiacre à G. ; Lésivi à G. ; Ty Guen ; Stang Irvin à G. ; <b>Plozévet</b> (35 km), à Dr. : Chemin de la Corniche ; Porzambréval ; Kéristenvet ; Penhors ; Trébanec ; à G. à Toulancavel ; à Dr. sur D40 ; Pouldreuzic ; D2 ; Tréogat ; Plonéour-Lanvern, à G. sur D156 ; Stang ar Bacol à G. sur D240 ; Minven à Dr. ; N.-D. des Grâces ; Kervouyen à G. ; Ti Guen ; Pluguffan ; à Dr. à Ty Crapon ; Bel-Air ; Quimper (Pont de Poulguinan).
23 21	<b>75,9km</b>	Ty Bos ; D783 ; Croas Avalou ; Kérlin ; Kéramporiel ; Pont du Moros ; à G. sur D22 ; D122 ; Croissant Bouillet ; <b>Kérampaou</b> (31,5 km) ; à Dr. sur D24 (2,1km : l'Enfer) puis à G. ; Kermoal ; Loj Quentel à G. sur D22 ; Stang Trébalay ; la Croix Kerancornec à Dr. ; la Croix Lanveur à G. sur D765 ; Rosporden ; D150 ; Elliant ; D150 ; Pen ar Pont ; Moulin du Duc à G. ; Kerangagne ; Quistinigou ; le Reunic à Dr. ; la Croix Rouge à G. sur D15 ; Quimper.  <a href="https://www.visugpx.com/Lsxd1vu0yl">https://www.visugpx.com/Lsxd1vu0yl</a>
30 28	<b>73,6km</b>	Av. de la France Libre ; Voie Romaine ; <b>Garsabic à G.</b> ; Men Fouès ; Pont Quéau ; <b>St-Albin ; Cosquer Gall</b> ; à Dr. sur C4, Kerretz ; à G. ; Keradennec ; Quéménéven ; Cast ; Lagad Ven à Dr. ; Ty Dévet † D887 ; <b>Kerbrat à G.</b> ; Ty <b>Coz</b> ; <b>Dinéault</b> (33,3 km) ; Rue du Chap ; Châteaulin ; D770 ; Croas ar Born à G. sur D41 ; D241 ; Ty Daoudal à Dr. sur D785 ; Briec ; Route de <b>Pont Guin</b> ; Pénity ; Ty Sanquer ; Quimper.  <a href="https://www.visugpx.com/flcJMghzjG">https://www.visugpx.com/flcJMghzjG</a>

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

**NOVEMBRE 2022**

**2018**

**Départ 9h00**

Dates	Distances	Parcours
<b>01</b>	<b>62km</b>	Gourvily ; D770 ; Ty Sanquer ; D785 ; Ty Ru à Dr. ; Croas an Turc ; St-Adrien $\frac{1}{2}$ D50 ; le Niver ; <b><u>Trégourez</u></b> (27 km) ; D36 ; Laz ; D41 ; L'Enseigne Verte $\frac{1}{2}$ D72 ; Ty Fléan ; Edern ; Briec ; D61 ; Route des Mines ; Pénity ; Ty Sanquer ; Quimper.
<b>06</b> <b>04</b>	<b>65km</b>	L'Eau Blanche ; D765 ; St-Yvi ; Rosporden ; D782 ; Coadigou (tout droit) ; Ty Ru à G. sur D50 ; <b><u>Coadry</u></b> (36 km) ; Coray ; D15 ; la Croix St-André ; Quimper.
<b>11</b>	<b>67km</b>	Ty Bos ; D783 ; Croas Avalou, Pont du Moros, Pont Minaouet ; à Dr. Lambell ; Pouldohan ; Pendruc ; <b><u>Pointe de la Jument</u></b> (31 km) ; Trégunc ; Croissant Bouillet ; Melgven ; Cadol à G. sur D70 ; Lanardé à Dr. ; Locmaria Hent ; le Roudou à G. sur D765 ; Quimper.
<b>13</b> <b>18</b>	<b>65km</b>	Lududu ; Bel-Air ; Ti Lipic ; l'Avantage ; Route Cyclable ; Ty Robin à G. ; Tréméoc à G. sur D240 ; à Dr. ; Kerguillec ; Squividan ; Pont-L'Abbé (la gare) ; D765 ; Ty Boutic à G. ; Plobannalec ; <b><u>Lesconil</u></b> (le port : 32 km) ; vers Loctudy : Tréguido ; Kérizur ; Kergoff ; Hent Croas $\frac{1}{2}$ D53 ; Chapelle de Croazou ; D2 ; Pont-L'Abbé ; Lambour ; Kerguévelen ; à Dr. sur D44 ; le Lannou à G. sur D144 ; le Croissant à Dr. sur Route des Châteaux ; Quimper.
<b>19</b>		<b>ASSEMBLEE GENERALE CRQC</b>
<b>20</b> <b>02/12</b>	<b>62km</b>	Route des Châteaux ; le Croissant à G. sur D144 ; le Lannou ; D44 ; Bénodet ; Pointe St-Gilles ; le Letty ; D44 ; Pont Henvez ; D134 ; <b><u>Pointe de Moustierlin</u></b> (33 km) ; Fouesnant ; St-Evarzec ; Croas Kerhornou ; Troyalac'h, $\frac{1}{2}$ D765 ; Meil Dréau à G. sur D115 ; le Rouillen ; Quimper.
<b>27</b> <b>25</b>	<b>61km</b>	Le Moulin Vert ; D63 ; St-Alouarn ; Guengat ; D56 sur 500m puis à G. ; Kermoal ; le Juch à Dr. puis à G. sur D39 ; Kerolier à Dr. ; Kerlaz (Bourg, Rue de la Fontaine St-Germain) ; Kerstrat ; Pifidic ; à G. sur D107 ; <b><u>Plonévez-Porzay</u></b> (28 km) ; Cast ; à Dr. à Penn Alé ; St-Gildas ; Ménez Quelec'h à Dr. ; la Gare de Quéménéven ; D770 ; Quilinen ; Quimper.

# GROUPE CYCLORANDONNEUR

DECEMBRE 2022

2018

Départ 9h00

Dates	Distances	Parcours
04 16	61km	Lududu ; D785 à Dr. sur D40 ; Pluguffan ; Pouldreuzic à Dr. sur D2 ; Ménez Queldrec à Dr. ; Kervinou ; Mespirt à Dr. sur D784 ; Poul ar Marquis ; à G., <b>Guiler-sur-Goven</b> (32 km) ; Pouldergat ; Trézent ; Kermenguy ; †† D765 ; Le Juch (à Dr. à l'entrée du bourg) ; Guengat ; St-Alouarn ; D63 ; le Moulin Vert ; Quimper.
11	50km	Créac'h Gwenn, D34, Moulin du Pont, D234, Gouesnac'h ; Ménez St-Jean †† D34 ; Kerc'Hen à G. sur D44 ; Ménez Groas à Dr. ; Chapelle St-Sébastien ; à Dr. sur D134 ; Croissant Kerneing à G. sur D145 ; Fouesnant (au Rd-pt de Kervélec à G. sur Route de Quimper, 3 Rd-pts puis à G. vers Collège de Kervihan, Penhoat St-Thomas) ; Pleuven †† D45 ; le Prajou ; déchèterie à G. au Rd-pt ; Ménez Rohou à Dr. ; Carn Yan †† D783 ; Chapelle la Véronique ; Ménez Meur à G. ; †† C2 ; Belle Vue à G. ; Kerthomas ; Kerguel ; à Dr. ; Chemin du Quinquis ; Ergué-Armel (Avenues Léon Blum & du Braden, Salle les Chataigniers)  <a href="https://www.visugpx.com/KWkxrvVB7P">https://www.visugpx.com/KWkxrvVB7P</a>  <b>Pot de fin d'année</b> <b><u>Pensez à remettre les demandes de licences pour 2019</u></b>
18 23	61km	Gourvily ; D770 ; Ty Sanquer ; D785 ; Waterloo à G. ; Ste-Cécile ; Bel-Air ; Briec ; les Trois Croix à G. sous N165 puis à Dr., Kerdreïn ; le Moulin du Duc à Dr. sur D770 puis à G. ; <b>Cast</b> (32 km) ; à G. sur D7 ; Kergoat à G. sur D61 ; Quéménéven ; la Gare de Quéménéven ; D770 ; Quilinen ; Quimper.
25	44km	Allée de Locmaria ; Créac'h Gwen ; D34 ; Moulin du Pont ; St-Jean à G. ; Kerc'Hen †† D44 ; le Letty ; Pointe St-Gilles ; la Corniche ; D44 ; Pont de Cornouaille ; <b>Combrit</b> (27 km) ; D144 ; le Croissant à Dr. sur D20 (Rte des Châteaux) ; Quimper (par le Cap Horn).

JOYEUX NOEL ET BONNE ANNEE !