

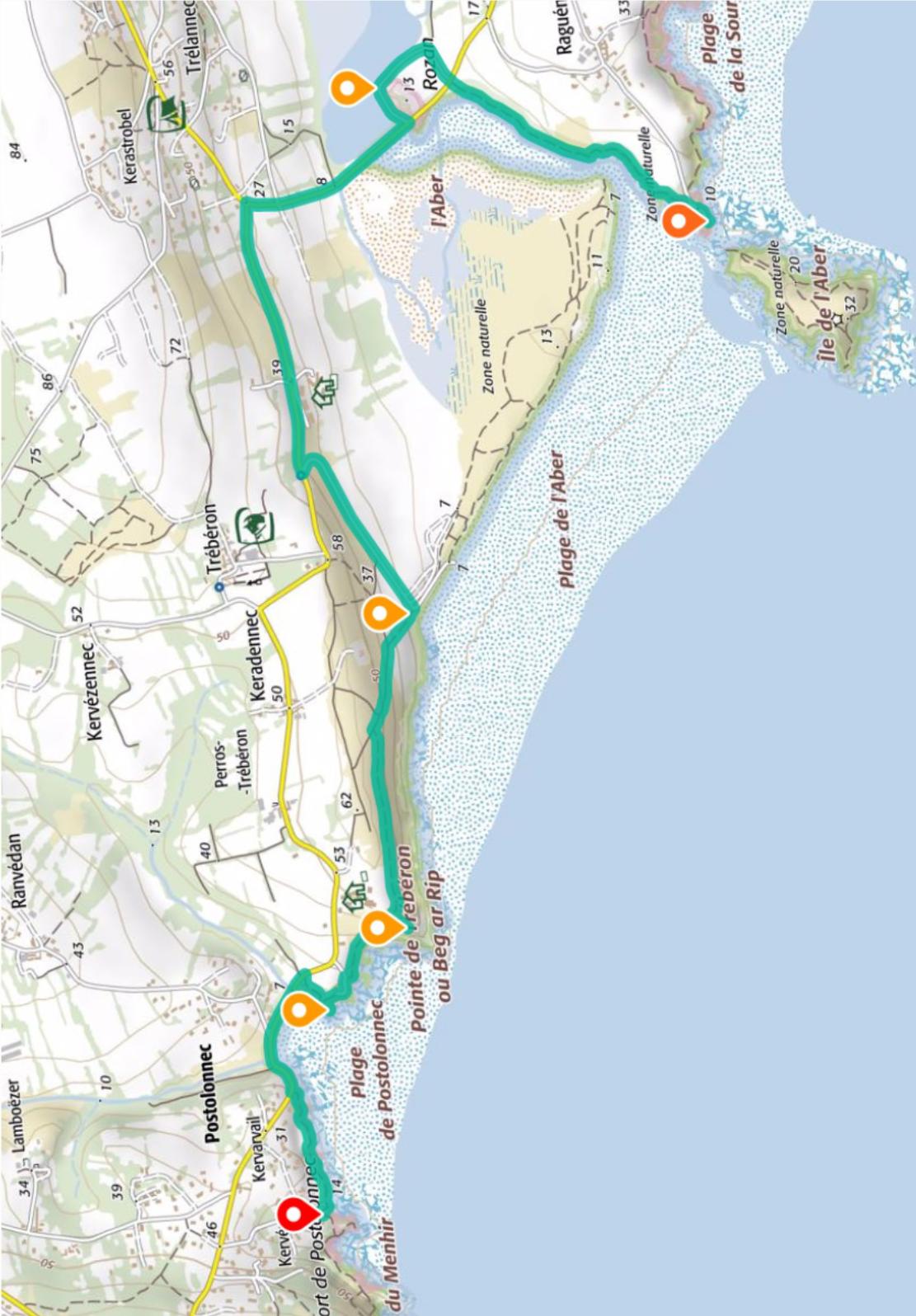
# De Postofort à l'Aber

N° 1

Facile

11 Km

2H45



- Au départ de Postofort, prenez à gauche sur le sentier des douaniers, vous passez par la plage de Postolonnec. Toujours en suivant le GR 34 vous montez au sommet de la pointe de Trébéron où vous attend un panorama exceptionnel sur la baie de Douarnenez et les îlots rocheux (les Verrès et la pierre profonde). Profitez de cette halte pour observer différentes plantes telles que la silène maritime, l'armérie maritime, la rose pimprenelle... ou encore le grémil prostré, endémique de la Presqu'île. Vous arrivez à la plage de l'Aber en traversant la lande maritime faite d'ajoncs et de bruyères.
- Nous vous invitons à continuer le GR 34 par la route jusqu'à l'ancien four à chaux (monument historique). Profitez de cet endroit pour vous initier à l'ornithologie : le plan d'eau abrite un grand nombre d'espèces d'oiseaux. Soyez discret et observateur ! Vous avez la possibilité de prendre de la hauteur en accédant à la cheminée du four à chaux.
- Contournez le four à chaux, traversez la route et longez ensuite la rivière de l'Aber par la grève en direction de la presqu'île de l'Aber. L'accès à celle-ci dépend de la marée du jour. Vous pourrez y accéder en toute sécurité 2 heures après la marée haute jusqu'à 3 heures après la marée basse. Prenez garde à ne pas vous faire encercler à marée montante.
- En des temps plus reculés, ce lieu était un oppidum, sorte de petit village celtique fortifié à l'âge du bronze. Aujourd'hui les vestiges sont recouvert par la végétation. Au bout de cette Presqu'île, un fort Napoléon III de 1861 (identique à celui de Postofort) gardait l'anse de Morgat.
- Retournez sur vos pas pour sortir de la Presqu'île. Après le passage de l'isthme, avant de remonter sur le chemin, observez la micro-falaise face à vous. En haut de celle-ci, dans l'horizon végétal, vous trouverez les vestiges d'anciennes salaisons romaines, sous forme de morceaux de brique rouge (prélèvement interdit).
- Il est temps de rebrousser chemin en direction de Postofort en empruntant le même sentier qu'à l'aller.

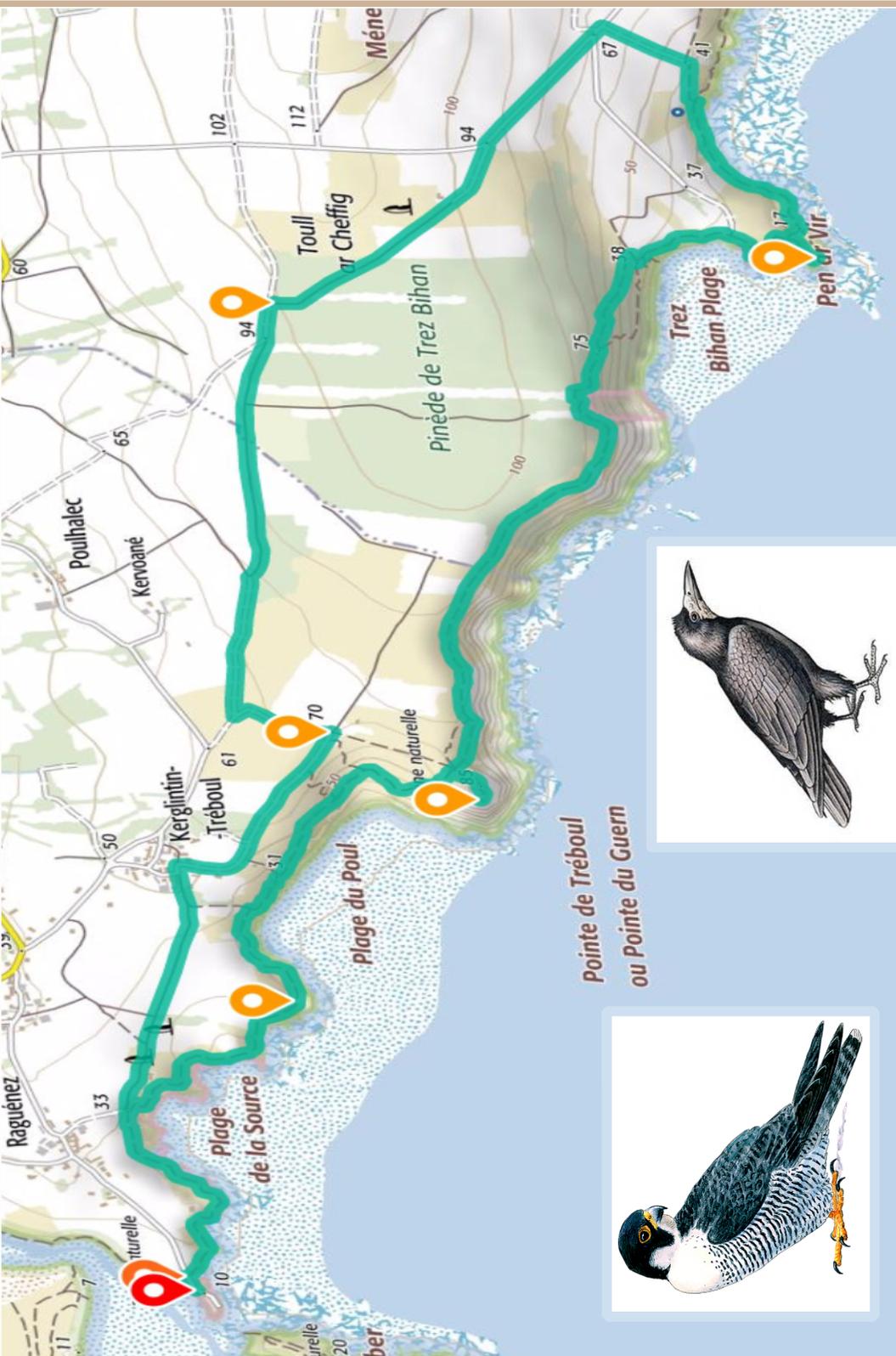
# De l'Aber à Pen Ar Vir

N° 2

Facile

10 Km

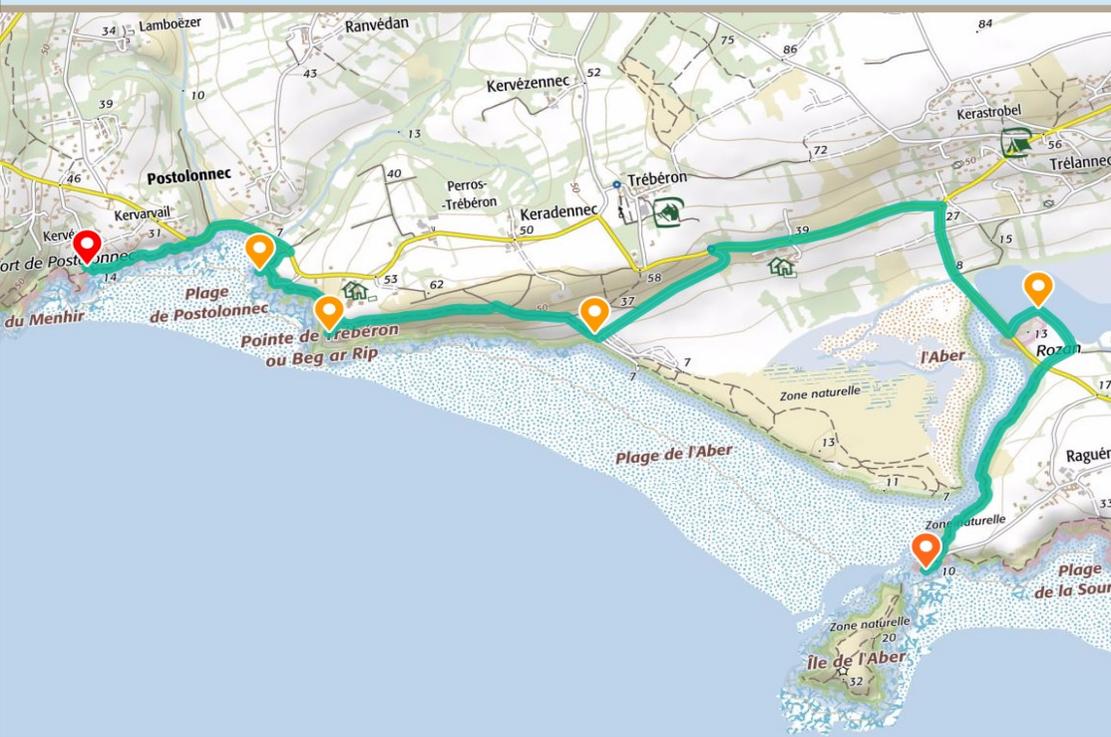
2H45



- Ce sentier débute au parking de la Presqu'île de l'Aber, après le village de Raguénez. Descendez le parking et prenez le chemin côtier à gauche.
- Vous longez la côte et ses belles petites plages de sable et de galets (plage de la Source, plage du Poul). Continuez jusqu'au sommet de la pointe de Tréboul (83m), où un panorama de la baie de Douarnenez s'offre à vous. Cependant, ne sortez pas des chemins balisés : un arrêté de protection de biotope concernant le faucon pèlerin (oiseau pouvant atteindre une vitesse de 320 Km/h) réglemente les activités sur ce site. Un autre oiseau mérite notre attention : le grand corbeau. Après avoir été chassé, il recolonise petit à petit nos environs. Vous le reconnaîtrez par son cri rauque et sa physionomie massive. Posez vous un moment et vous aurez peut-être la chance de les observer.
- Continuez le sentier. En contrebas des falaises du Guern se trouve un spectacle géologique aux couleurs et formes des plus variées.
- Plus loin, vous atteignez une des plus belles plages de la presqu'île : celle de Trez Bihan, située juste avant la pointe de Pen Ar Vir. Par beau temps et mer calme, l'eau y est d'une limpidité à faire pâlir les plus beaux archipels tropicaux. Allez jusqu'à la pointe.
- Après la pointe de Pen ar Vir, poursuivez votre chemin le long de l'anse du Caon et prenez le premier sentier à gauche. Le chemin passe juste à côté d'une maison. Vous arrivez sur une route. Tournez à gauche et longez là sur 400m, puis prenez le sentier à gauche en haut de la côte pour rejoindre la pinède de Trez Bihan.
- Continuez de longer le bois de pins, puis tournez de nouveau à gauche pour descendre vers la pointe de Tréboul. Le sentier vous amène dans le village de Kerglinter-Tréboul.
- Finissez ensuite votre randonnée à travers les terres agricoles. Quelques menhirs sont encore debout le long du sentier. Le chemin rattrape enfin le sentier des douaniers et vous arrivez à votre point de départ.

N° 3  
Moyen  
21Km  
5h

## De Postofort à Telgruc-sur-Mer



- Cette randonnée se fait au départ de Postofort et regroupe les randonnées N°1 et N°2.
- Nous vous invitons à reprendre les indications de ces deux circuits.



N° 4  
Facile  
10Km  
2h30

# Morgat d'hier et d'aujourd'hui



*Cette balade a pour but de vous faire découvrir les environs de Morgat sous un angle historique, et ainsi de voir l'évolution de la station balnéaire de Morgat durant ces 100 dernières années. La balade se décline en deux feuillets. Un pour le chemin à suivre, l'autre pour la description du paysage. Suivez les numéros.*

- Le parcours débute en bas de Postofort. Prenez le sentier des douaniers à droite et montez jusqu'à la pointe du Menhir. Vous y trouverez une table d'orientation, un magnifique point de vue sur l'anse de Morgat et un Menhir.
- En suivant toujours le balisage, vous sortez progressivement de la nature et cheminez à travers le quartier du Porzic surplombant la plage du même nom, dominée également par le château de Rulianec. Peu après vous croisez un autre fort Napoléon III (dans l'enceinte de l'hôtel Pierre et Vacances).
- Continuez votre chemin en direction du port de Morgat.
- Continuez la route jusqu'au port de Morgat ou selon votre envie, emprunter la plage. Vous pourrez ainsi fouiller la laisse de mer et y dénicher quelques trésors.
- Longez ensuite le quai datant de 1884 jusqu'au vieux môle. Là sur votre droite un chemin monte dans la végétation. Empruntez le pour la suite de la randonnée. Vous entrez dans le bois du Kador cédé généreusement par Mr Lazard, riche propriétaire de Morgat.
- Sur le chemin prenez à gauche à l'intersection. Vous arrivez au fort du Kador. Longez ensuite la batterie de canon et montez le chemin pour atteindre la maison phare du Kador.
- Le chemin redescend vers la plage de Morgat, où vous pourrez reprendre la route par laquelle vous êtes venu.

# Morgat d'hier et d'aujourd'hui

1/ Ce menhir fut détruit par les Allemands pendant la seconde guerre mondiale afin qu'il ne serve pas d'amer (repère) pour la navigation. Il est aujourd'hui restauré.

2/ A la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, ce quartier n'était que terres agricoles. Elles ont été rachetées par la famille Peugeot et 9 villas ont été construites dans le but de les louer. Ces batisses ont été surnommées « petites gares du Porzic » en raison de leur apparence. Elles sont surplombées par le château de Rulianec, qui se dresse sur la pointe voisine.

3/ Fort Napoléon III datant des années 1860. Quatre forts de ce type protégeaient l'anse de Morgat d'éventuels débarquements anglais (Aber, Postolonnec, Rulianec et Kador).

4/ Un imposant hôtel se dresse face à vous. Il s'agit du Grand Hôtel de la Mer, construit en 1908 par la famille Peugeot. En longeant la plage de Morgat vous remarquez sur votre droite une maison construite entièrement en métal. Il s'agit de la villa Ker Ar Bruck, qui est surnommée la maison Eiffel. Elle fût aussi construite au début du XX<sup>ème</sup> siècle par la famille Peugeot tout comme de nombreuses villas le long de la plage telles que les villas Ker Maria, Ker Lisanton, Ker Flahel...

5/ Prenez quelques instants pour vous plonger 100 ans auparavant, en imaginant la plage de Morgat et ses tables où séchaient des sardines, où des dizaines de vieux gréements mouillaient face à la plage, où la route n'était que de terre battue et où encore le village de Morgat était séparé en deux par l'étang du Loc'h et son ruisseau qui s'écoule encore aujourd'hui.

6/ A cet endroit, vous remarquerez les vestiges d'une ancienne batterie de canon et de mortier, ainsi que la voûte d'un ancien magasin à poudre. Ce site date de 1757. En contrebas se trouvent des grottes marines dont la grotte Sainte Marine, la grotte des Normands et les cheminées du Diable. Le sentier côtier est d'ailleurs dévié en raison de l'érosion de ces cheminées (grottes verticales).







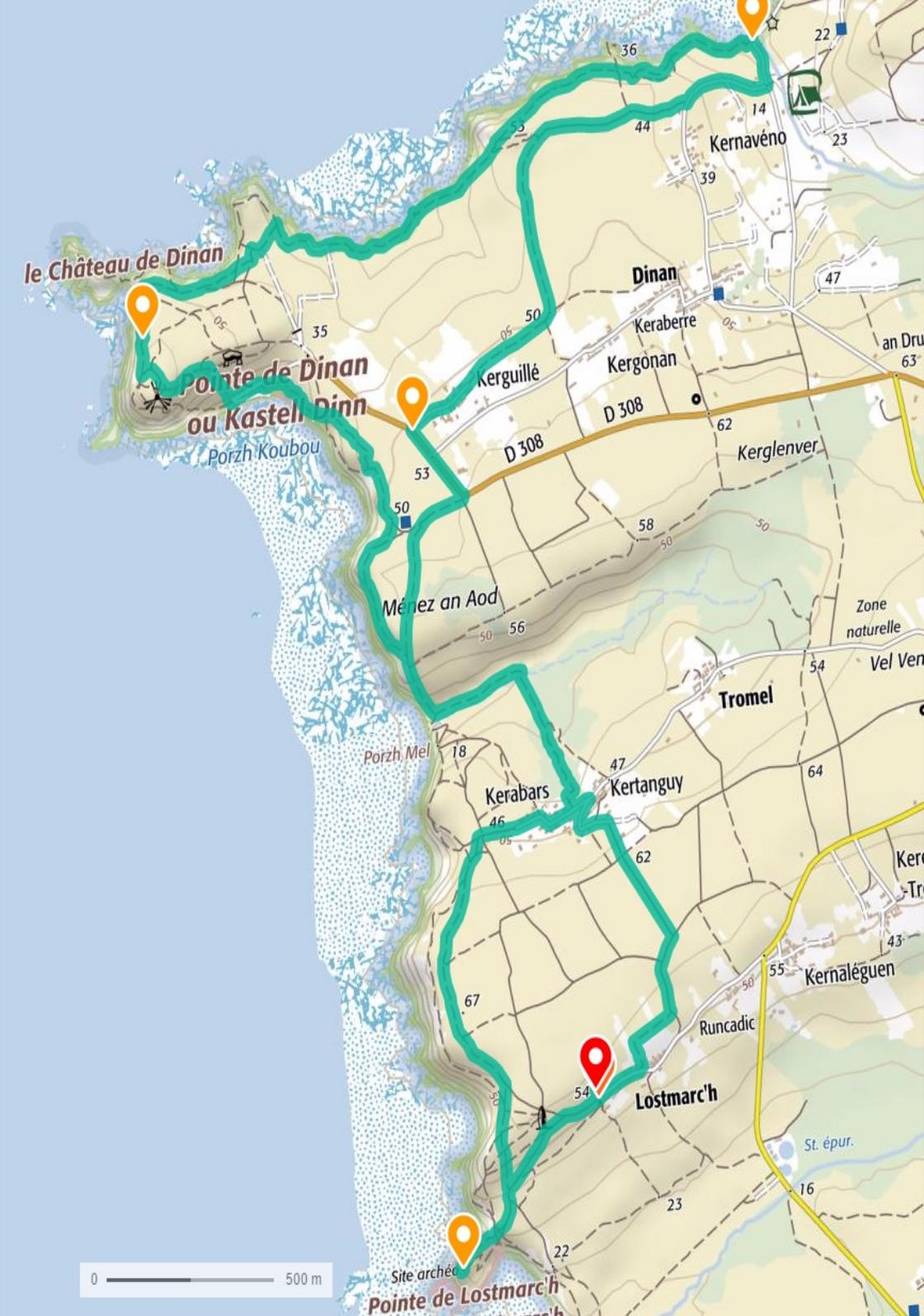
# De Morgat au Cap de la Chèvre

2<sup>ème</sup> partie

N° 5  
Moyen  
20Km  
5H

- A proximité du sémaphore, un mémorial de l'aéronautique a été érigé. Vous croisez aussi des restes du mur de l'Atlantique, des blockhaus et une ancienne batterie de canon. Une vue imprenable vous permettra, lors des beaux jours, d'avoir un panorama exceptionnel sur toute la pointe bretonne : la pointe du Raz, l'île de Sein et ses phares, la Presqu'île de Crozon, la pointe St Mathieu, voire même par très beau temps, le début de l'archipel de Molène.
- Passez le blockhaus, et continuez sur le sentier. Ce dernier descend et une crique apparaît en contrebas. Continuez le sentier jusqu'à la pointe suivante. Sous vos pieds, cachées quelque part dans les grès, gisent encore quelques ammonites fossilisées, très recherchées par les collectionneurs. En ramasser est aujourd'hui interdit.
- Au niveau de cette pointe, un sentier part sur la droite. Suivez-le et tournez au deuxième sentier à gauche puis au premier à droite. Vous arrivez au village de Rostudel. Traversez la route départementale et prenez la petite route à droite qui rentre dans le village. Parcourez le en suivant cette petite route. Ce village a conservé les habitations traditionnelles de la Presqu'île.  
*Ces **pentys** datent de la fin du XVII<sup>ème</sup> siècle et étaient des maisons d'agriculteurs-pêcheurs. Ils sont tous construits de la même façon, orientés de manière à optimiser la chaleur et se protéger des vents dominants d'Ouest. Ils sont collés les uns aux autres, les façades sont orientées au sud et la cour pour le bétail au nord. Certaines de ces bâtisses ont encore leurs ardoises cimentées.*
- Continuez la route en serrant à gauche puis prenez le chemin à gauche au bout de la route. Vous sortez du village et arrivez de nouveau sur la départementale. Longez-la puis prenez le prochain chemin à gauche.
- Traversez les villages de Kergonan, Kerroux et Ménesguen. A la sortie de ce dernier, tournez à droite. Vous passez devant un ancien moulin juste avant d'arriver sur la départementale. Traversez la route et prenez directement à droite vers le village de St Norgard. Maintenez le chemin sur la gauche et continuez votre randonnée sur un large chemin jusqu'à Montourgard.
- Sur le chemin, prenez le petit sentier partant sur la droite, il vous fera traverser les alignements mégalithiques de Ty Ar C'huré. La suite du chemin vous ramènera à votre point de départ.

## De Lostmarc'h à Dinan



- Le point de départ se situe au bout du village de Lostmarc'h. Quelques places de parking se trouvent juste à côté du sentier. Descendez le chemin jusqu'à l'éperon barré. Observez les tranchées qui ont été creusées il y a 4 000 ans à l'entrée de l'éperon. Des pieux y étaient installés afin de protéger l'accès. Les falaises et l'océan servaient de défenses naturelles, et les communautés des alentours venaient s'y abriter en cas d'attaque. Au milieu de l'éperon se trouvent des grosses pierres qui sont les pieds de deux dolmens qui ont perdu leur table.
- Continuez le long des falaises en suivant le GR 34. Le chemin monte et descend sans arrêt à travers la bruyère. Vous êtes sur le territoire de drôles d'oiseaux tout noirs, au bec et pattes rouges : les craves à bec rouge. Vous pourrez les observer virevoltant le long des falaises. Malheureusement, la population bretonne de cette espèce ne se limite plus qu'à une centaine d'individus. Veillez à ne pas les déranger.
- Vous arrivez ensuite à la pointe de Dinan. Prenez le chemin à gauche après le parking. Veillez à bien rester sur le chemin balisé afin de ne pas piétiner la végétation rase, véritable couche protectrice du sol évitant l'érosion du site. Un peu plus loin, une nouvelle pointe se dessine : le Château de Dinan. Cette pointe se nomme ainsi par son allure aux formes de château et son accès via une arche. En arrière plan, vous pouvez observer la pointe de Pen-Hir avec les Tas de Pois dans son prolongement.
- Poursuivez le chemin côtier le long de l'anse de Dinan. Vous arrivez à la plage de Goulien. L'ambiance devient d'un coup différente. Les falaises laissent place à une longue plage bordée de dunes.
- Prenez la route à droite qui remonte vers le camping, puis rapidement tournez à nouveau à droite. Prenez le chemin à l'entrée du lieu dit Kernavéno pour rejoindre Kerguillé.
- Longez la route pour retrouver le chemin en direction de Ménez Aod.
- Rejoignez le village de Kertanguy puis traversez les terres agricoles jusqu'au village de Lostmarc'h.