

## Groupes A,B Circuit du Tinduff (96 km)

Départ : St Renan Gouesnou

dénivelé de 1216 m

A fond dans la presqu'île de Plougastel ! Attention, le cheminement est très, très, très compliqué !! Et le dénivelé important ...

### Groupe A (96 km)

- St Renan, Gouesnou, à droite au 1<sup>er</sup> rd-point sur la route de Guipavas
- rejoindre la plage du Moulin Blanc (**détail A**) et rejoindre le Pont de Plougastel par l'ancienne route (rue de Palren, Bd Leopold Maissin)
- Pont de Plougastel, rd-point de Plougastel, Loperhet.
- De Loperhet à Pont-Callec voir **détail B**
- De Pont-Callec au port du Tinduff, voir **détail C**
- Du Tinduff à, la chapelle St Guénolé, voir **détail D**
- De la chapelle St Guénolé à Ste Christine, voir **détail E**
- De la chapelle Ste Christine au Pont de Plougastel, voir **détail F**
- Du Pont de Plougastel à Locmaria, voir **détail G**

**Groupe B (88 km) :** ne pas passer par Loperhet, mais prendre la route extérieure contournant Plougastel, et rejoindre directement le port du Tinduff selon les panneaux indicateurs.

**Groupe C (82 km) :** Après la chapelle St Guenolé, rejoindre Plougastel (**voir détail E**)



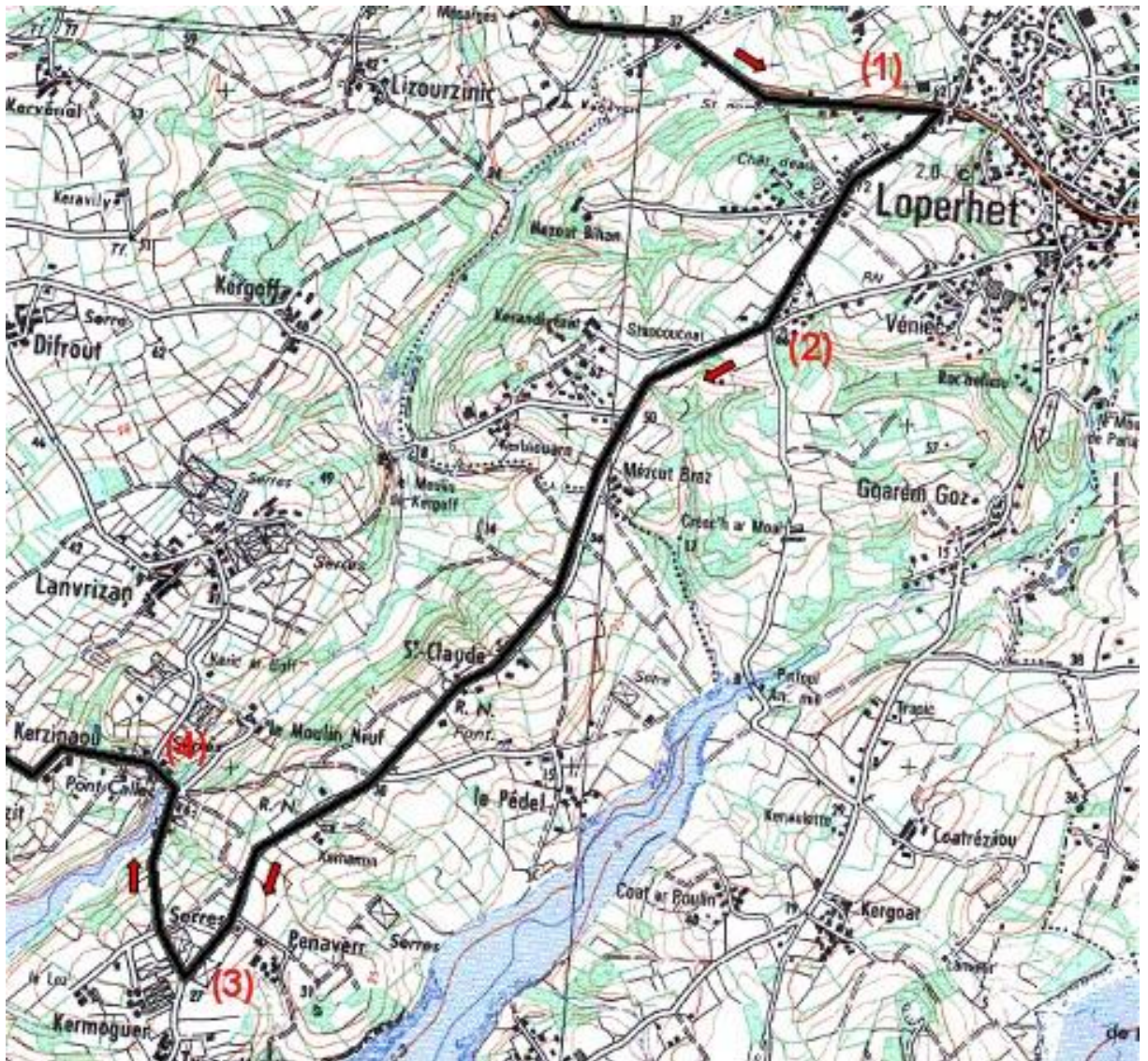
## Détail A : vers la plage du Moulin Blanc

- Après avoir dépassé la voie express, au rd-point (1), 1ère à droite (rue Augustin Fresnel)
- au 1<sup>er</sup> rd-point (2), à gauche vers la rue Jules Janssen, puis à droite (3). Ce qui revient à faire le tour de l'aire des « Déménageurs Bretons »
- 1ère à gauche, rue Lavoisier (enseigne « Kiclos ») (4)
- Traverser 2 rd-points, avant d'arriver au rd-point (5) sur la rue Alfonse Peneaud
- à droite puis 1<sup>ère</sup> à gauche (6) et continuer pour traverser le rd-point sur le Boulevard de l'Europe (7) pour prendre la rue de Keradrien.
- Continuer ensuite tout droit (rue de la Fraternité, du Rody) pour arriver sur la route parallèle à la plage du Moulin Blanc (rue de la gare).



## Détail B : de Loperhet à Pont-Callec (groupe A uniquement)

- A l'entrée de Loperhet (1), prendre à droite, puis (au croisement 4 voies) (2) à droite route de Veniec.
- Continuer toujours tout droit par les routes de Stancou Coat, puis Mezou Bras, pour arriver à des serres (3). Au stop, prendre à droite devant les serres et continuer par la route de Pont-Callec.
- A Pont-Callec (4), prendre à gauche.



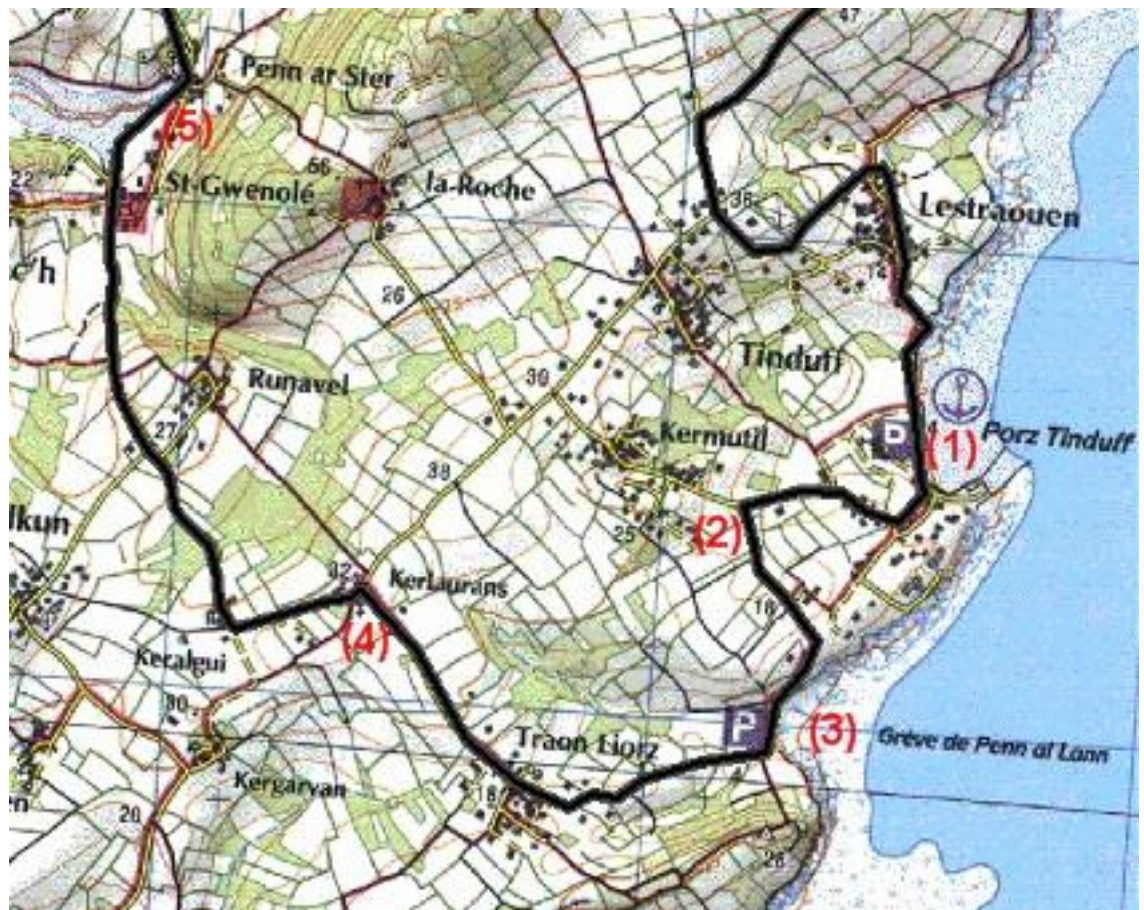
### Détail C : de Pont-Callec au port du Tinduff

- Après Pont-Callec (4), continuer tout droit jusqu'à un croisement où apparaissent 2 stops sur la gauche (5) et des serres. Prendre le 2ème stop à gauche pour passer devant les serres.
- Continuer jusqu'au stop (6) de la route de Lanrivoas et prendre à gauche
- Continuer alors pour trouver sur la gauche la route de Lestrouen (7) qui conduit au port du Tinduff (Panneau indicateur)



## Détail D : du port du Tinduff à la chapelle St Guénolé

- Après la route longeant le port du Tinduff (1), continuer 400 m pour prendre à gauche (2) la route de Pen al Lann
- Passer par la grève de Pen al Lann (3), par le village de Traon jusqu'au stop de Kerlaurans (4).
- A gauche et continuer jusqu'à la chapelle de St Guénolé et le fond de la ria de Penne ar Ster (5)



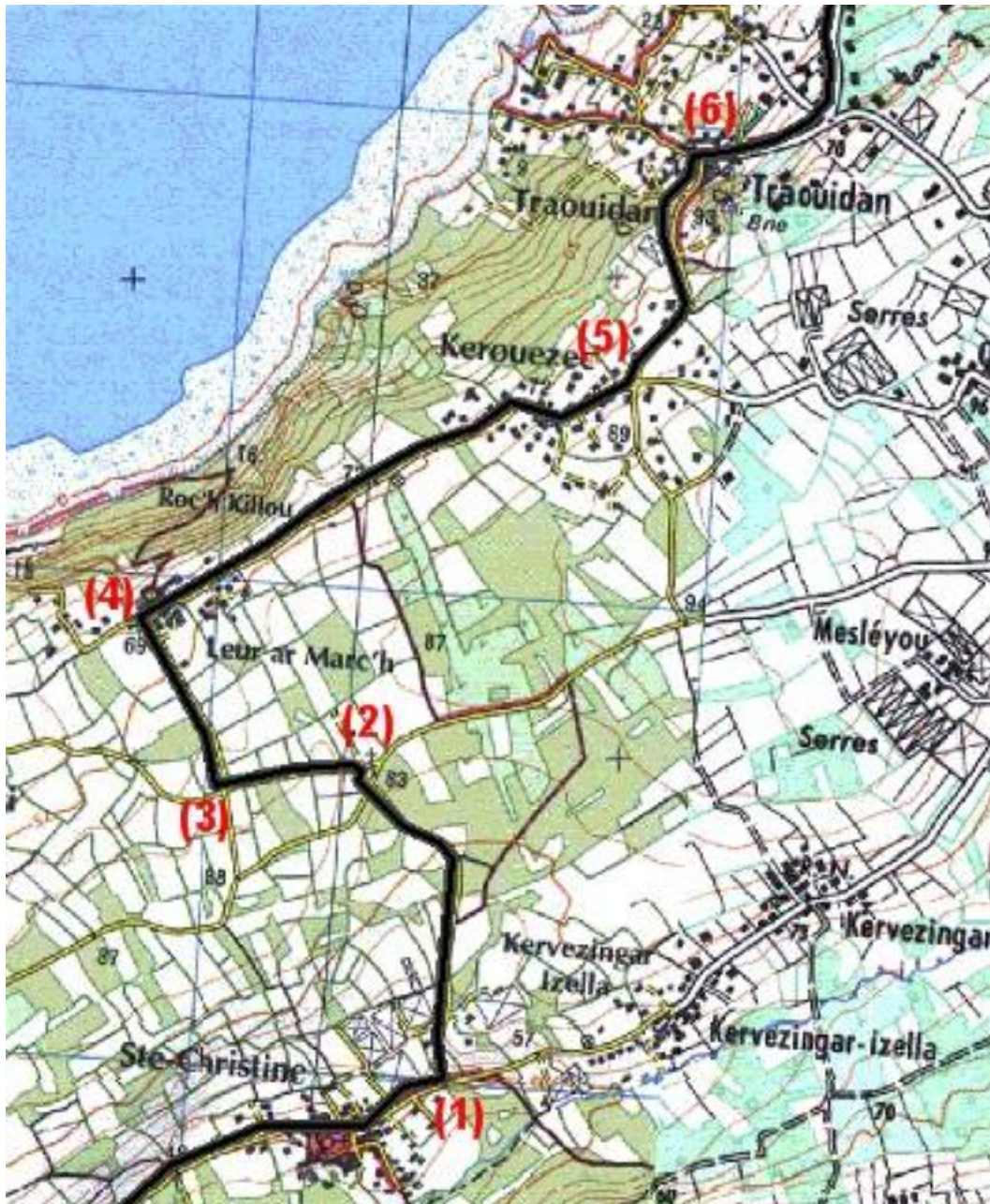
## Détail E : de la chapelle St Guénolé à Ste Christine en passant par le Caro

- Après la chapelle St Guénolé et le fond de ria (5), au croisement dans la montée (6) prendre à gauche et immédiatement à droite.  
**Pour le groupe C, au croisement dans la montée (6), prendre à droite pour rejoindre directement Plougastel.**
- Continuer jusqu'au stop (7) et prendre à gauche la route vers la Pointe de L'armorique
- 1 km plus loin, quitter la route de la Pointe de L'armorique, au croisement (8) pour prendre la 2<sup>ème</sup> à droite vers le port du Caro
- Passer devant le Caro (9) et continuer jusqu'à Ste Christine (10).



## Détail F : de la chapelle Ste Christine au pont de Plougastel

- 200 m après la la chapelle Ste Christine au croisement (1), prendre à droite
- au stop (2), traverser la route et 250 m plus loin (3), prendre la route à droite (route de Leur ar Marc'h)
- au village de Leur ar Marc'h (4), prendre à droite et continuer jusqu'au stop de Kerouezec (5)
- A gauche, jusqu'au stop de Traouidan (6)
- Prendre à droite et continuer jusqu'au rd-point pour prendre en face la route de Keraliou qui débouche sur le pont de Plougastel.







- Passer sous la voie express et prendre la 1<sup>ère</sup> à droite **(1)**, puis à gauche immédiatement



- Continuer jusqu'au croisement '4 voies' et prendre à gauche **(2)**
- Traverser la route de Gouesnou/Brest par un 1<sup>er</sup> rd-point, suivi par un 2<sup>ème</sup> rd-point pour débiter la rue de Penguerec **(3)**
- au bout de cette rue **(4)** (pancarte 'céder le passage'), prendre la 1<sup>ère</sup> à gauche **(5)**.
- On descend alors la vallée de Penfeld pour un retour classique vers le club : Moulin de Ruffa, Bohars, l'allée des noisetiers, Guilfers, La Trinité, Plouzané, Locmaria.

