

INTEGRALE DE GÉGÉ 2011 (16-17 Juillet)

PARCOURS



Ce parcours très champêtre de 122 km à travers le Finistère, reliant le phare de Roscoff à la Pointe de Moustierlin en Fouesnant et s'étirant de la Manche à l'Atlantique, peut être découpé en plusieurs sections :

1 Roscoff - St-Pol-de-Léon - Penzé (16,5 km). Mise en bouche, paysage sympa, champs d'artichauts, vue sur mer puis bord de l'estuaire de la Rivière de Penzé.

2 Penzé - Lac du Drennec (26 km). Paysage plus monotone, des champs, des tracteurs, un peu plus de circulation et peu d'arbres. Au retour avec déjà 200 km dans les cannes, ce tronçon pourrait s'avérer particulièrement délicat à négocier.

3 Lac du Drennec - Brasparts (14,5 km). Très belle forêt domaniale de St-Cadou, premier dénivelé sérieux pour monter à 210 mètres d'altitude. Brasparts = bourg avec commerces et bars + Ravitaillement 1.

4 Brasparts - Pleyben (11 km). Itinéraire parallèle à la Route Départementale pour éviter celle-ci. Zéro circulation et pas mal de dénivelé. Pleyben = gros bourg avec nombreux commerces, très visité pour son imposant enclos paroissial devant lequel vous passerez, vous pourrez même traverser l'enclos à pied et passer sous "La Porte de la Mort" ("*Porz Ar Maro*") pour voir comment ça fait.

5 Pleyben - Gouézec - Edern (17 km). Longue descente vers la vallée de l'Aulne jusqu'au franchissement du Canal de Nantes à Brest puis jolie route avec gros et long dénivelé positif pour monter au site de la Roche du Feu ("*Karreg An Tan*", 281 mètres d'altitude et point culminant des Montagnes Noires). Edern = bourg avec commerces.

6 Edern - Landudal - Kerdévot (15 km). Petite route très boisée et assez jusqu'à Landudal, bourg minuscule mais richement doté de deux églises et d'un calvaire intéressants. Puis un bout de route plus importante avant d'atteindre le magnifique site de la chapelle de Kerdévot, joyau de pierre dans un écrin de verdure, qui marquera comme par miracle le Kilomètre 100 tout rond au niveau de la chapelle.

7 Kerdévot - Troyolac'h (5 km). Rafale de bosses courtes et sèches à fort pourcentage pour aboutir à la Z.A. de Troyolac'h bordée par une route à grande circulation qu'il faudra traverser au péril de sa vie.

8 Troyolac'h - Fouesnant (9 km). Retour au calme dans la campagne, moins de dénivelé. Une toute petite route permet d'accéder à l'entrée de Fouesnant dont le centre-ville sera fermé et inaccessible en véhicule raison de la « Fête des Pommiers » qui s'y tient chaque année pendant le week-end du 14 Juillet. Il faudra contourner le centre-ville par une allée étroite et parfois très pentue.

9 Fouesnant - Pointe de Moustierlin (8 km). Une fois sorti de Fouesnant, route roulante en faux plat-descendant jusqu'à la mer. C'est les vacances, des voitures de touristes à prévoir sur cet axe vers la mer que certains emprunteront de nuit. Port d'un gilet de sécurité très conseillé. 800 mètres avant d'atteindre la mer, au carrefour de Trégonour, vous saluerez respectueusement la demeure de Nicole et Gérard Denis dont les aventures pédestres sont à l'origine de celle-ci, avant d'atteindre le Ravitaillement 2 au bord de l'Océan que vous longerez pendant 600 mètres le temps de jeter un coup d'oeil sur l'Archipel des Glénan se détachant sur l'horizon (s'il fait nuit, c'est raté) pour virer la bouée de demi-tour (Bar-Restaurant Le Grand Large). Débranchez votre cerveau et mettez le cap au nord pour reprendre tout ce chemin à l'envers, direction Roscoff qui n'est plus qu'à 121 Km.