



© Hello Travellers



BRETAGNE

AU COEUR DU KREIZ BREIZH

PROGRAMME LIBERTÉ
4 JOURS / 3 NUITS
CANAL DE NANTES À BREST
DE GOUAREC À ROSTRENEN

ITINÉRAIRE N°1



© Hello Travellers



© Aurélie Stapf



© Simon Bourcier

Un itinéraire proposé par



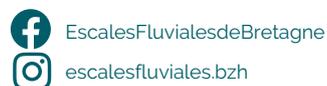
ESCALES FLUVIALES DE BRETAGNE

L'association Escales Fluviales de Bretagne avec le soutien de la Région Bretagne et du département de la Loire-Atlantique a pour but de promouvoir et animer les canaux de la Bretagne historique, atout majeur du territoire, dans un objectif de développement durable. Elle regroupe des collectivités, des professionnels du tourisme, des associations et des particuliers. Elle a pour missions d'encourager la navigation, qualifier les communes riveraines des voies d'eau avec son label "Cité, Etape et Halte Fluviale", développer une offre de séjours et d'itinérance et communiquer sur la vie des canaux..



Contact :

1 rue Raoul Ponchon - CS 46938
35069 Rennes Cedex
Tél. 06.76.44.90.64 ou 07 65 54 09 24
contact@escalesfluviales.bzh
www.escalesfluviales.bzh



L'OFFICE DE TOURISME DU KREIZ BREIZH

L'Office de tourisme du Kreiz Breizh, comme l'indique son nom couvre tout le territoire du centre Bretagne. Son équipe est à votre écoute et veille toute l'année à vous accueillir au mieux et à vous aider dans vos démarches et la préparation de vos vacances sur son territoire (renseignements, aide à la réservation, etc). Il assure les missions d'accueil et d'information, de promotion et d'animation du territoire du Kreiz Breizh et du lac de Guerlédan (23 communes).

Il s'engage dans divers domaines, dont l'amélioration de l'accueil des personnes en situation de handicap (labellisé Tourisme & Handicap), le développement et la promotion d'un tourisme durable respectant et préservant les ressources naturelles. Cela passe aussi par un travail de sensibilisation des habitants et visiteurs.



© Aurélie Tiercin



Contact :

6 rue abbé Gibert 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 02 72
tourismekreizbreizh.com



À LA DÉCOUVERTE DU KREIZ BREIZH

Ce séjour est une invitation à remonter le temps en centre Bretagne ! Le centre historique de Gouarec est une ville typique et remarquable sous bien des aspects. Située sur le canal de Nantes à Brest, la ville tire une partie de son histoire et de son développement de l'époque où elle était encore un port fluvial. Elle a été le fief de la famille des Rohan. Ses maisons en schiste et son environnement lui donnent presque un air de cité médiévale. Suivez le guide !

Vous ferez étape à Mellionnec et à Plouguernével, pour vous ressourcer en pleine nature, tandis qu'à Rostrenen vous vous imprégnerez de la culture bretonne et de l'art sous toutes ses formes...



AU GRÉ DES SAISONS !

De nombreux événements ont lieu sur le territoire du Kreiz Breizh, que l'on vous propose de parcourir à travers cet itinéraire à la carte. Certains d'entre eux sont récurrents et sont associés à une saison de l'année ! Nous vous proposons de vous les faire découvrir en vous indiquant ceux qu'il ne faut absolument pas louper.

Au **Printemps**, vous pourrez notamment retrouver la Fête du canot sur le canal (mi-juin), l'exposition de voitures anciennes (mi-juin), la Fête des plantes le week-end de la pentecôte à Silfiac, ou encore les rencontres du film documentaire à Mellionnec (fin juin).

En **Été**, retrouvez les activités sportives sous les halles et le long du canal (cap sport), le marché le mercredi matin et le vendredi à partir de 16h, La galerie d'art « Tremel », brocante, les concerts sous les halles à Gouarec, A Dimanche sur le canal, la Fête des battages à Plouguernével (1er week end d'août) !



© Yvette Reau



© Carolina FERRER



© Carolina FERRER



© Yvette Reau



© Yvette Reau



© Dominique Hervé

JOUR N°1

DE GOUAREC À PLÉLAUFF

Au départ de **Gouarec**, vous longerez le canal de Nantes à Brest jusqu'à **Plélauff** pour découvrir la vallée verdoyante du Crennard, ses villages typiques aux maisons de schiste et le splendide jubé de la chapelle Notre Dame de la Croix.

Vous pourrez pique-niquer le long du canal et prendre un café au **bar épicerie** de Plélauff ou déjeuner au Restaurant **Le Milin Ruz**, au bout du Pont.

Après cette **randonnée pédestre ou à vélo**, la **base de loisirs de Gouarec** vous proposera une découverte du canal **en barque ou en canoë**. Une autre manière de le découvrir !

Le soir venu, vous pourrez vous détendre lors d'un concert, sous les halles (en été) tout en savourant, un verre à la Taverne des ducs.

Repérer les lieux en cliquant ici

EN COUPLE



Cabane du berger
au Camping de Gouarec



Miling ruz (Gouarec)

EN GROUPE



Gîte d'étape
maison éclésièrre de Plélauff



Bar - épicerie Le Pellan
Bourg de Plélauff



© Brest Terre Océane



© Yvette Réau



© L'œil de Paco



© Carolina FERRER

POINTS D'INTÉRÊT

- **Jubé de Plélauff** (patrimoine religieux, traduction en langue bretonne)
- **Découverte du canal** (nature/faune/histoire)

ÉVÉNEMENTS

- **Jardin remarquable** et **Maison Gouarec** (juin, été)
- **Fête des canot** (juin)
- **Fête des plantes** (juin)
- **Fête des maquettes navigantes** (septembre)

RENCONTRES

- **Exposition Galerie d'art Tremel** à Gouarec
- **Brocante** à Gouarec
- **Marché de producteurs** à Gouarec

JOUR N°2

MELLIONNEC

De votre hébergement, vous rejoindrez le bourg de **Mellionnec**. Lors de votre **randonnée (10km PR jaune)**, vous emprunterez essentiellement de vieux chemins creux et découvrirez de belles maisons de ferme tout en granit, la faune et la flore du **cours d'eau de Restmenguy** et sa petite vallée encaissée. Il vous sera possible de faire une balade avec des ânes au départ de l'**éco-domaine du Bois du Barde**.

Vous pourrez ensuite déjeuner à Mellionnec à l'**Unik café** ou vous ravitailler à l'épicerie bio **Folavoine** pour un pique-nique à la **chapelle de la Pitié** au bord du canal où vous pourrez admirer la double écluse (ouvrage unique en Bretagne).

Afin de profiter pleinement de Mellionnec et de l'esprit solidaire du village : une visite s'impose à l'**éco-domaine du Bois du Barde** pour découvrir ce site partageant les valeurs de Pierre Rabi (Oasis ressource du mouvement Colibris-Asso Terre et Humanisme). Dans la même direction se trouve les jardins à la française du **château de Trégarantec** qui vous ouvriront leurs portes les après-midis en été.

Retrouvez toutes les adresses à la fin de ce livret !

EN COUPLE



Cabane du berger au Camping de Gouarec (cf page 2)



Restaurant l'Unik café (Mellionnec)

EN FAMILLE (4/5 PERS)



Yourte à l'écodomaine du Bois du Barde (Mellionnec)



Épicerie solidaire et bio Folavoine (Mellionnec)

POINTS D'INTÉRÊT

- Découverte des chemins creux de Mellionnec
- Les sources du Scorff
- Sensibilisation au développement durable/permaculture (Bois du Barde)

ÉVÉNEMENTS

- Rencontre du film documentaire (fin juin)
- Visite des jardins du château de Trégarantec (l'après-midi en été)

RENCONTRES

- Librairie - Thé le temps qu'il fait à Mellionnec



© Jean Michel Le Madec



© Berthier Emmanuel



© Loïc Kersuzan - Morbihan Tourisme



© Yannick Derennes

JOUR N°3

LESCOUËT-GOUAREC

Au départ de votre hébergement, nous vous invitons à rencontrer un animal de légende « le loup » sur un parcours de 4km boisé et protégé au **Refuge des Loups à Lescouët-Gouarec**. Ce site est dédié à la protection des animaux. Le refuge vous offre la possibilité d'assister à une animation soigneur d'une journée si vous logé dans l'une de leurs yourtes.

Après cette visite de 2h, vous pourrez vous restaurer à **Plouguernevel** au **Diss'** et faire une pause pour un massage bien-être reiki et lithothérapie à la **ferme Mellon Kergus**. Vous ferez le plein d'énergie avant de partir à la découverte de la **Vallée du Doré** et partager un moment avec nos producteurs de la **ferme du Buis Sonnant** et nos artisans de la Petite Filature Bretonne qui vous feront partager leurs passions.



© Laurie Le Dortz



© Michel Renac - Morbihan Tourisme



© Simon Bourcier



© Berthier Emmanuel

EN COUPLE



Ferme du Mellon Kergus
(Plouguernevel)



Restaurant le Diss'
à Plouguernevel

EN FAMILLE (4/5 PERS)



Yourte au refuge des loups
à Lescouët (Gouarec)



Restaurant le Diss'
à Plouguernevel

POINTS D'INTÉRÊT

- Sensibilisation développement durable, respect de la faune et des animaux sauvages (refuge des loups)
- Découverte de la Vallée du Doré
- Faire le plein d'Énergie avec les différents massages

ÉVÈNEMENTS

- Fête des battage (1er week-end d'août) juin)
- Défilé des machines anciennes et concours de poulinières de trait

RENCONTRES

- Vente de produits à la ferme bio du Buis Sonnant (Plouguernevel) : fromage, viande, charcuterie
- La Petite Filature Bretonne : visite de la filature (le vendredi)

JOUR N°4

ROSTRENEN

Du bourg de **Rostrenen**, vous partirez pour une **randonnée de 13km** sur les traces de Marion du Faouët dans le **bois de Kerbesond** qui a abrité bien des peuples : celtés, romains, bûcherons, paysans, bandits de grands chemins, mendiants et ermites. En suivant leurs traces vous allez remonter le temps !

Après votre déjeuner en centre ville, vous pourrez découvrir la collégiale, la fontaine, les fresques contemporaines, les sculptures qui animent et parsèment ce joli bourg. Si vous êtes musiciens ou si vous aimez la musique irlandaise ou bretonne, le Pub le **Ti devine's** vous emmènera dans la danse...



EN COUPLE



Chambre d'hôte Ecluse 150 (1 chambre) ou Chambres d'hôtes La Maison du Canal à Rostrenen (5 chambres)



Le Henri 4 (groupe 50 personnes)

EN GROUPE



Gîtes Pempoull Daniel (Rostrenen)



Crêperie La Rozell
Pizzeria-grill la grotte
Pizzeria-grill Le Kumquat
Le Bistro Qui Coz

POINTS D'INTÉRÊT

- Découverte du **Street art**
- Patrimoine : Collégiale, fontaine, manoir de Campostal

ÉVÈNEMENTS

- Festival In cité Art Urbain (fin mai-début juin)
- Festival fisel : danses et musiques traditionnelle (dernier week-end d'août)
- Concerts au square de la fontaine (en été tous les mardis)

RENCONTRES

- Vente de Chouchenn d'Armor chez le producteur (le mardi à Rostrenen)
- Pub le Ti Devine's (le dimanche après-midi à Rostrenen) : Session de musiques irlandaises/bretonnes
- Concerts le week-end/causerie en breton ...
- Marché le mardi matin

LES ADRESSES

Ville de Gouarec (Cité Fluviale de Bretagne) *

5 rue de l'église
22570 GOUAREC
Tél. 02 96 24 90 22
mairie-gouarec.fr

Office de tourisme du Kreiz Breizh *

6 rue abbé Gibert 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 02 72
tourismekreizbreizh.com



JOUR N°1

Camping de Gouarec *

Bout de Pont, 22570 Plélauff
Tél. 02 96 24 87 86
Mail. info@campingdegouarec.com
campingdegouarec.com



Miling ruz

16 le bout du pont, 22570 Plélauff
Tél. 02 96 24 82 95

Maison éclusière de Gouarec

Ecluse de Gouarec, 22570 Plélauff
Tél. 07 68 58 19 22



Bar épicerie - Le Pellann

19 Rue Grande Rue, 22570 Plélauff
Tél. 02 96 24 09 70

JOUR N°2

Camping de Gouarec (cf jour 1) *

L'Unic-k'fé

1 Route de Gouarec, 22110 Mellionnec
Tél. 02 96 24 25 01

Écodomaine Le Bois du Barde

Coat an Bars, 22110 Mellionnec
Tél. 02 96 29 30 03
leboisdubarde.bzh

FOLAVOINE (Épicerie solidaire et bio)

24 place de l'église, 22110 Mellionnec
Tél : 02 96 24 22 87

JOUR N°3

Ferme du Mellon Kergus

7 Kergus, 22110 Plouguernével
Tél. 02 96 29 43 69 ou
06 43 86 29 33
Mail. silkehansen66@web.de
hof-mellon.com

Le Diss'

1 Route de Gouarec, 22110 Plouguernevel
Tél. 02 96 36 31 15

Le Refuge des loups de Lescouet

Coat-Fur, 22570 Lescouët-Gouarec
Tél. 06 12 26 32 41 ou 06 98 04 46 01
Mail. refugedesloups@gmail.com
refugedesloups.org

* Adhérent à l'association Escales Fluviales de Bretagne

LES ADRESSES

JOUR N°4

Chambre d'Hôte Ecluse 150

maison éclusière 150
Pont Bonen, 22110 Rostrenen
Tél : 07 63 76 08 74
Mail. ecluse150.kb@gmail.com
ecluse150.com



Crêperie La Rozell

43 Rue Abbé Gibert, 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 20 70
larozell.com

Pizzeria-grill la grotte

34 Rue de la Marne, 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 01 76
pizzeria-la-grotte.business.site

Pizzeria-grill Le Kumquat

8 place du Martray, 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 30 01
lekumquat@protonmail.com

Chambre d'hôte La Maison du Canal

Pont Auffret, 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 24 78 60
Mail. maisoncanal@gmail.com
maisoncanal.com

Le Henri 4

RN 164, Route de Carhais, 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 15 17
Mail. henri4rhr@orange.fr
hotel-henri-4.fr

Le Bistro Qui Coz

3 place du Bourg Coz, 22110 Rostrenen
Tél. 02 96 29 10 71
Mail. lebistrotquicoz@gmail.com
lebistrotquicoz.com

Gîte Pempoull Daniel

Pempoull Daniel BONEN, 22110 Rostrenen
Tél. 06 82 75 69 14
Mail. Gitepempoulldaniel@gmail.com
fr.pempoulldanielgites.com

BULLETIN D'ADHÉSION - Particulier

Vous aimez nos voies navigables ? Vous souhaitez être informés de leurs actualités, événements, offres de navigation, projets ? Vous avez des idées à proposer ... alors rejoignez-nous et bénéficiez des nombreux avantages proposés par notre réseau.

Pour cela, il vous suffit de nous retourner ce bulletin d'adhésion complété par mail (contact@escalesfluviales.bzh) ou par voie postale à l'adresse suivante :

ESCALES FLUVIALES DE BRETAGNE

1 rue Raoul Ponchon - CS 46938 - 35069 RENNES cedex

Nom Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Adresse mail :

Acceptez-vous que nous récoltions ces données ? oui non

Montant de la cotisation à verser (13 euros minimum)

Retrouvez nos adhérents professionnels, associations et collectivités sur votre chemin ! Pour bénéficier des avantages adhérents particuliers, n'oubliez pas de rejoindre l'association.



ESCALES FLUVIALES DE BRETAGNE

1 rue Raoul Ponchon - CS46938
35069 Rennes Cedex

Tél. 06.76.44.90.64
07 65 54 09 24

contact@escalesfluviales.bzh
www.escalesfluviales.bzh

Suivez-nous sur :  

avec le soutien financier de

