



Départ : Douarnenez - Place Bir Akeim

Distance : 61.5 km

Dénivelé : 758 m

Durée : 4h00

Localité	Km partiel	Km total	N° Routes
Douarnenez	0	0	D7A
RP 3 ^e sortie	1.5	1.5	D765
RP 3 ^e sortie	1.5	3	VC
RP 1 ^{ère} sortie	1.5	4.5	VC
Le Juch	4.5	9	VC
CV/D63	5.5	14.5	D63
D63/VC	1	15.5	VC
Locronan	0.5	16	VC
Plogonnec	5	21	D56
Guengat	4.5	25.5	C2
La Croix Neuve	3	28.5	D785
D765/D43	1	29.5	D43
Pouldergat	6.5	36	D43
D43/D765	5.5	41.5	D765
Confort Meilars	2	43.5	VC
ND Kérinec	2	45.5	VC
Poulan	3	48.5	C9
Pt de la Jument	3.5	52	
Les Sables Blancs	7	59	VC
Pont de Treboul	2.5	61.5	

Pen Sardin est le nom donné à la coiffe que portaient les ouvrières de nombreuses conserveries de sardines établies dans la région de Douarnenez jusque dans les années 1950.

De Guengat vous rejoignez le bourg de Plogonnec et son église du XVI^e récemment restaurée. Sur votre droite en direction du Juch, la chapelle Saint Pierre, puis la petite église gothique. Dirigez vos vers l'ancienne gare afin d'empruntez la voie verte menant à Douarnenez. Ploaré est une ancienne commune rurale rattachée à Douarnenez. Le clocher flamboyant de l'église Saint Herlé servait d'amer aux marins.

Le port du Rosmeur dont l'activité est en léger déclin, possède encore une conserverie. Du boulevard Richepin vous avez une vue sur l'île Tristan, repaire au XVI^e du brigand « La Fontenelle » dont la troupe, trois cents hommes a saccagé la plupart des cités de l'époque (Penmarc'h, Pont Croix, Quimper) faisant plus de 5 000 victimes. A Douarnenez, le Port Rhu est devenu un port musée, abritant de nombreux vieux bateaux de pêche et un bateau phare.

En direction de la station balnéaire de Tréboul, vous emprunterez une passerelle puis, sur 200 m, un chemin piétonnier. Tréboul possède un important centre de thalassothérapie.

Sur la route côtière vers Poullan, vous avez la possibilité d'effectuer un A/R à la pointe de la Jument. Entre Poullan et Confort se trouve la chapelle ND de Kérinec, autrefois lieu de grands pèlerinages (chaire à prêcher extérieure). A Confort, un calvaire monumental, une chapelle de 1528 avec caravelles et chaloupes, à l'intérieur une roue à carillon unique en Bretagne. Le retour s'effectue par les petits bourgs ruraux de Meilars et Pouldergat.

A Guengat, prenez le temps de visiter l'enclos paroissial, l'église, le calvaire et l'ossuaire.