

# Rostrenen / Mûr-de-Bretagne

## La Véloodyssée



**Départ**  
Rostrenen

**Arrivée**  
Mûr-de-Bretagne

**Durée**  
2 h 01 min

**Distance**  
30,50 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Nature et patrimoine

La Véloodyssée vous invite à serpenter entre les bois de Rostrenen à Gouarec. N'hésitez pas à profiter d'une pause à la double écluse de Coat Natous pour admirer la chapelle Notre-Dame-de-la-Pitié. Édifiée en pierre de taille au début du 16ème siècle, elle n'a subi, depuis, aucune modification.

À Gouarec, place au chemin de halage du Canal de Nantes à Brest jusqu'au majestueux site de l'Abbaye de Bon Repos, fondée en 1184, pour une halte réparatrice, culturelle et historique. Pour contourner le lac de Guerlédan, petite mer intérieure de plus de 300 hectares, l'itinéraire remonte sur les hauteurs et emprunte une ancienne voie ferrée jusqu'à Mûr-de-Bretagne. Vous apprécierez le point de vue sur le Lac et ses eaux miroitantes.

## L'itinéraire à vélo de Rostrenen à Mûr-de-Bretagne

Section roulante sur le chemin de halage. Majoritairement sur des voies réservées aux vélos, avec quelques interruptions en voies partagées avec les voitures. Revêtement en stabilisé (= mélange compacté de sable, d'argile et de chaux).

### Liaisons

Très courte liaison vers le village de Gouarec.

### Vigilance

Traversées de la N164 au niveau de Bon Repos et de Bellevue.

### Car + vélo

**Ligne Breizhgo (ex-Tibus) n°20 Carhaix - Loudéac** : l'été, le transport de vos vélos est possible sur porte-vélos, dans la limite de 4 vélos. Réservation obligatoire la veille avant 17h au 0810 22 22 22. Renseignez-vous sur [www.breizhgo.bzh](http://www.breizhgo.bzh).

## Les coups de cœur du parcours

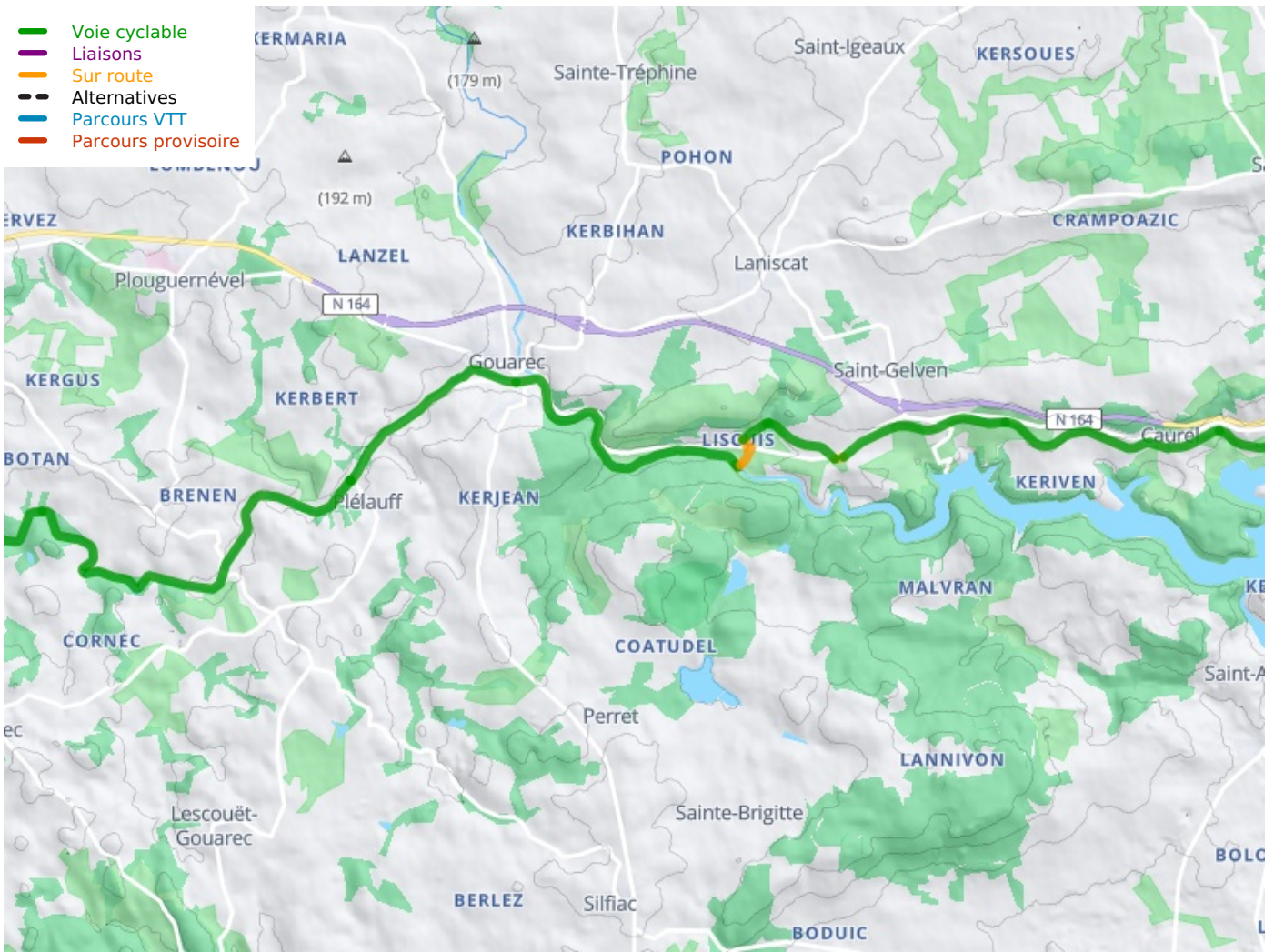
- **Côté pratique** : si vous avez opté pour l'itinérance sur plusieurs jours, faites halte à **Rostrenen**, à 5 km de La Véloodyssée, pour tous vos besoins en ravitaillement (**marché** le mardi matin).
- **Côté détente** : si vous en avez plein les pattes, l'[espace aquatique du Blavet](#) à Gouarec et son espace balnéo (jacuzzi, hammam, sauna) sauront vous requinquer !
- **Côté baignade (non surveillée)** : faites une pause à Beurivage-Caurel, sur le [Lac de Guerlédan](#). Sur place vous y trouverez restaurants, location de canoë, ski nautique et départ pour une croisière sur le lac à bord des vedettes de Guerlédan.

- **Côté papilles** : à Rostrenen, le [Bistrot Qui Coz](#), ancien restaurant étoilé qui s'est transformé en formule bistrot, vaut le détour pour une petite halte gourmande. A Plélauff, la [crêperie Milin Ruz](#) concocte une pâte à crêpes à base de pommes de terre, goûtez le terroir ! Et pour les amateurs de produits locaux, le [marché du terroir](#) à Bon Repos est l'endroit qu'il vous faut ! Rendez-vous tous les dimanches de 10h à 13h de mars à fin octobre. On aime aussi la pause gourmande chez un **chef étoilé** à l'[Auberge Grand Maison](#) à Mûr-de-Bretagne.
- **Côté découverte** : si vous aimez les **mégalithes ou sites naturels**, bifurquez vers les [allées couvertes de Liscuis](#), (des sépultures de la Préhistoire !) ou les gorges de Daoulas, à proximité de Bon Repos.
- L'[Abbaye de Bon repos](#) s'anime tout au long de l'année entre expositions d'art contemporain et visites numériques (casques de réalité virtuelle, tablettes tactiles avec reconstitution 3D...) Aux [Forges des Salles](#), tout un village sidérurgique des 18e et 19e siècles magnifiquement restauré vous attend. Celui-ci compte pas moins d'une trentaine de bâtiments entièrement restaurés (l'école, la cantine, les ateliers des forgerons, ...) et de magnifiques jardins en terrasse.
- **Côté familles** : Le [Vélorail du Kreiz Breizh](#) : mi vélo, mi train, le vélorail vous propose une autre façon de pédaler et de découvrir les paysages bretons en longeant le Canal de Nantes à Brest pour une balade d'une heure et demie sur une ancienne ligne de chemin de fer du Réseau Breton.
- **Insolite** : so british, posez votre vélo et faites une halte village anglophile de **Gouarec** ! Dénichez même des produits d'outre-Manche à l'épicerie anglaise. À Mellionec, faites une pause à la [librairie-café le Temps qu'il fait](#). Vous y trouverez des livres neufs et d'occasion dans des domaines variés, vous pourrez également y boire un thé, un café, un jus de fruit, déguster un gâteau ou une viennoiserie et certains midi, vous restaurer.
- **Côté événement** : rentrez dans la danse au [festival Fisel](#) fin août à Rostrenen pour découvrir le "cœur de Bretagne". Et en août, rejoignez aussi l'[abbaye de Bon-Repos](#) à Saint-Gelven à la tombée de la nuit, pour un étonnant **son et lumière**. Grâce aux 350 figurants, revivez cette fresque historique qui retrace l'histoire du Centre Bretagne, de l'âge de la pierre polie à l'attaque des Chouans. L'abbaye se visite toute l'année quant à elle.

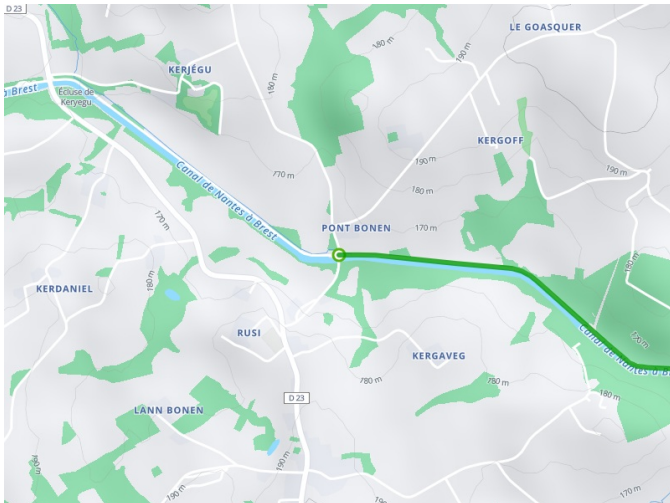
### Autres étapes de la véloroute

- Étape précédente : [Carhaix-Plouguer / Rostrenen \(33 km avec voie verte\)](#)
- Étape suivante : [Mûr-de-Bretagne / Pontivy \(23 km avec voie verte\)](#)

- Voie cyclable
- Liaisons
- Sur route
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ**  
Rostrenen



**Arrivée**  
Mûr-de-Bretagne

