

Partez bien équipé avec **Rando Pass**



**28€\*** Valable un an (date à date), souscrire sur [www.MonGR.fr](http://www.MonGR.fr)

\* Tarif 2019

GR<sup>®</sup>  
34

# GR<sup>®</sup> 34, de Saint-Cast-le-Guido à Saint-Brieuc

## Le cap Fréhel

6 jours

109,6 km

**DÉPART**

Saint-Cast-le-Guido

**ARRIVÉE**

Saint-Brieuc

**JOUR 1 : De Saint-Cast-le-Guido à la Maison Bellevue**

22 km

5 h 20

👁 > Sur la plage, colonne souvenir de la bataille de Saint-Cast.

**1** Poursuivre par la plage des Mielles, suivre à droite la promenade du Soleil Levant. Passer le port et après la stèle aux Disparus en mer, monter la rue du Port. Au virage (sémaphore), tourner à droite par la pointe de Saint-Cast [👁 > canon du XVIII<sup>e</sup>, table d'orientation]. Passer le monument à la Frégate Laplace. Contourner le camping en remontant l'allée de la Pointe du Loup. Descendre à droite à la plage de la Mare. Continuer par l'aire de pique-nique sur un chemin bitumé. Suivre à droite la rue de la Basse Lormet puis monter à droite dans le chemin caillouteux de l'Ormet. Au croisement, descendre les escaliers à droite, passer la plage de la Pissotte. Passer la pointe du Chatelet (⚠ > **prudence, chemin caillouteux !**) et descendre vers la plage de la Fresnaye. Passer la barrière puis monter à gauche. Passer en contrebas du camping de la Fontaine puis le Groin de la Fosse (boucle), remonter le débarcadère de la Fosse puis virer à droite. Au croisement en sous-bois, descendre en face. Prendre la passerelle à droite et gagner Port Saint-Jean. Du parking, continuer en face par la Servitude du Littoral, poursuivre en contrefort du ruisseau du Clos et laisser l'ancien pont de pierre. À la fourche, continuer à droite.

**2** Au Moulin de la Mer (ruines stabilisées), prendre à droite entre les bâtiments. Emprunter la passerelle puis virer à droite pour suivre la grève sur 600 m (⚠ > **passages boueux submersibles par marées hautes !**). Au Moulin des Roches Noires, monter l'escalier à gauche puis remonter la route d'accès. Après 150 m, virer à droite sur la Servitude du Littoral. Passer derrière Saint-Germain (chapelle) et contourner la Fontaine-Gourien. Au sortir du chemin, tourner deux fois à droite. Traverser la D 786 (⚠ > **prudence !**) et la longer à gauche sur la bande herbeuse. Aux Sablons, après l'ancien hôtel, s'engager à gauche dans un chemin herbeux sur 600 m, traverser Corbusson, puis tourner à droite.

**3** Après le pont sur le Rat, suivre la route à droite. Au Fourmel, traverser la D 786 et prolonger par le chemin pierreux incurvé. Au virage à Crissouët, continuer à gauche puis deux fois à droite.

4 Suivre la D 786 à droite (ancienne gare de Pléboulle : pique-nique), franchir le Frémur.

5 Tourner à droite, route de Port Nieux et rue de la Saudraie (⚠ > **prudence** !). Après Port Nieux, rester sur le côté droit de la route (à marée basse, on peut longer la côte en passant sur le schorre jusqu'à Port-Nieux (⚠ > **prudence, passage boueux** !)). À l'entreprise de mytiliculture, longer la route sur 100 m, côté gauche, par le chemin aménagé jusqu'à une intersection.

6 Traverser la route pour monter l'escalier et suivre la Servitude du Littoral en direction du Grand Trécelin.

7 Poursuivre en surplomb de la baie [👁 > **panorama**] et partir à gauche. En lisière de sous-bois le long du champ, emprunter l'escalier à droite. Franchir la passerelle et, à la chicane, descendre à droite sur la plage. S'engager à gauche sur le sentier qui mène au port Saint-Géran. Remonter par la route d'accès, prendre à droite et suivre le sentier côtier.

👁 > Belles vues sur mer (et à marée basse, sur les bouchots), végétation singulière avec de nombreuses espèces méditerranéennes.

Pour rejoindre la chambre d'hôtes Maison de Bellevue, suivre le sentier à gauche sur 700 m (hors GR®).



## JOUR 2 : De la Maison Bellevue à Pléhérel-Plage

12,7 km 3 h 20

8 Emprunter un chemin sur 700 m jusqu'au sentier côtier pour retrouver le GR® 34.

Le GR® atteint Fort la Latte [👁 > **panorama, visites**].

9 (⚠ > **Tout au long du parcours, entre Fort la Latte et Cap Fréhel, bien suivre le balisage du GR® (qui emprunte des sentiers existants), pour éviter le piétinement de la végétation et la création de « diverticules ».**)

👁 > De Fort la Latte au cap Fréhel, le sentier est d'un grand intérêt botanique : la première partie se trouve sur un sol relativement riche sur dolérite, où poussent des espèces forestières (fougères, ronces, aubépines, prunelliers) ; la seconde partie, sur le grès de Fréhel, n'est couverte que par une lande rase, avec de courts ajoncs et de la bruyère.

👁 > Une description naturaliste précise de ce parcours figure dans le *Guide naturaliste des Côtes de France*, par Bourmerias.

De Fort la Latte, le GR® gagne, par la Servitude du Littoral, le cap Fréhel.

👁 > Outre ses panoramas, le cap Fréhel est d'un intérêt environnemental majeur : géologique (hautes falaises de grès rose, 70 m), ornithologique (ses îlots escarpés constituent un haut lieu de nidification des oiseaux de mer en avril-mai), botanique (landes littorales à quatre bruyère).

10 Du cap Fréhel, le sentier GR® 34 continue à l'ouest à travers la lande [👁 > **visite du phare possible**].

(⚠ > **Éviter la pointe du Jas où nichent des oiseaux de mer (rocher de la Banche).**)

Poursuivre en passant au-dessus de Port-au-Sud-Est.

11 Après Port-au-Sud-Est, continuer par la Servitude du Littoral puis suivre la D 34 à droite sur 700 m. Retrouver la Servitude du Littoral à droite, traverser le camping et surplomber la plage de l'Anse du Croc. Au débarcadère, monter en face dans la pinède [👁 > **blockhaus, panorama**] puis la D 34 à droite.

**JOUR 3 : De Pléhérel-Plage à Erquy**

16 km

4 h



**12** Au sommet, tourner à droite vers la table d'orientation. À la plateforme, virer à droite et peu avant la table d'orientation [👁 > [tour de la pointe aux Chèvres](#)], continuer à gauche à revers. Suivre la sente dans la lande sur 650 m (⚠ > [zone d'éboulement !](#)). Longer la D 34 à droite sur la bande herbeuse. À l'entrée de la carrière, monter à droite en sous-bois. Traverser la D 34 et serpenter dans le bois de la Carquois. Au sortir du bois, descendre à gauche la D 34a (sur la bande herbeuse côté droit). Après 450 m, descendre à droite dans un chemin ombragé. Remonter à gauche la promenade Émile Barrier en surplomb de la plage. Au rond-point, continuer en face par le front de mer sur 1 km.

**13** À la pointe dunaire, descendre l'escalier et poursuivre à gauche. Au premier croisement, tourner à droite puis à gauche. Au second, tourner à droite puis descendre l'escalier. Prendre l'allée sablonneuse à gauche et la prolonger par la promenade du Lac. Suivre à droite le chemin aménagé parallèle à la D 34. Au croisement de la Gare, descendre à droite et obliquer à gauche derrière les maisons.

> Variante à marée basse : continuer vers la Roche du Marais, passer les gués.

Suivre la route à droite. Passer le camping des Salines et au virage de la Ville-Boulin, continuer en face par les Ponts du Marais. Avant la passerelle de la Côtère, descendre l'escalier à droite, poursuivre à droite et prolonger par le chemin caillouteux. Passer la Vallée Denis, monter la route à gauche puis le chemin creux à gauche. Au sommet, virer à droite dans la lande. Suivre la route à gauche puis la rue Saint-Michel à droite jusqu'au port des Hôpitaux.

**14** Au Port des Hôpitaux, continuer en face [👁 > [vue sur l'îlot Saint-Michel](#)]. Suivre l'arrière de la dune à gauche. Au parking, poursuivre en face par la Servitude du Littoral. À la Fosse Eyrand, passer le centre de vacances et monter l'escalier. Descendre à droite, contourner le parking à bateau et poursuivre par la rue du Capitaine-Renan. Après le parking, franchir la passerelle à droite. Surplomber la plage du Guen, poursuivre par la voie verte. Monter la route à gauche, l'escalier à droite et virer à droite. Après la plage du Portuais, grimper l'escalier à gauche. En haut, tourner deux fois à droite. Descendre l'escalier à droite, longer la plage de Lourtauais puis monter à gauche. Tourner à droite [👁 > à 50 m : [fontaine-lavoir](#)]. Passer le Pissot, la pointe du Châtelet (cap d'Erquy) et remonter la route.

**15** Après le corps de garde, s'engager à droite [👁 > [four à boulet, lacs bleus](#)]. Suivre la route à droite. Avant l'entrée d'Erquy, descendre la venelle à droite, la route à droite, l'escalier à droite.

**JOUR 4 : D'Erquy au Val**

22,2 km

5 h 30



👁 > À Erquy, on garde le souvenir d'un ville engloutie dans la baie. Pour certains, la ville noyée s'appellerait *Nazado* et serait située entre le cap d'Erquy et la pointe de Pléneuf-Val-André. Pour d'autres, *Nazado* serait tout simplement l'actuelle Erquy. Au voisinage, au hameau de Tu-ès-Roc, on a retrouvé des vestiges de fortifications, probablement gallo-romaines, appelées Camp de César et comprenant deux lignes de défense séparées.

**16** Emprunter la promenade du boulevard de la Mer à gauche. Au bout, s'engager dans l'impasse. Monter à gauche la rue du Goulet, en épingle à cheveux, puis la D 786 à droite sur 500 m.

**17** Descendre à droite la rue des Sternes. Du poste de secours (eau), longer la plage de Caroual par la promenade de la Mer. Après la dernière résidence, poursuivre sur la digue en face. Passer une placette herbeuse, continuer derrière les maisons. Virer à gauche puis suivre à droite sur 1,5 km la Servitude du Littoral qui monte à flanc de coteau. Emprunter le sentier piétonnier en surplomb de la plage de Saint-Pabu.

**18** Passer l'école de Voile, continuer sur la Servitude du Littoral entre la plage et la route. Après 500 m, grimper à gauche sur 100 m puis virer à droite. Longer la plage de Nantois, traverser le parking de la plage des Vallées et gagner la pointe de Pléneuf. Au virage de la rue de la Corniche, descendre à droite au port du Piégu.

👁 > [Du Val-André, vue sur l'îlot du Verdelet \(réserve ornithologique protégée\)](#).

**19** Suivre à gauche le quai Célestin Bouglé puis la promenade de la Digue sur 1,6 km. Au dernier parking, prendre à gauche la rue des Sablons puis virer à droite dans une venelle. Poursuivre par la Servitude du Littoral. Passer le corps de garde puis l'oratoire Notre-Dame-de-la-Garde et gagner le port du Dahouët. Remonter le quai des Terre Neuvas. Prendre le pont sur la Flora à droite et suivre la rue du Pont Neuf. Contourner le port par la rue du Lest.

👁 > [Dahouët \(commune de Pléneuf-Val-André\) : petit port de pêche et de plaisance, école de voile, maison du patrimoine maritime](#).

**20** Après le Yacht Club, monter en face par le quai du Murier. Tourner à gauche, chemin de la Sancie, puis à droite dans le chemin caillouteux. Virer à droite puis à gauche sur la Servitude du Littoral. Descendre à droite et à la plage de Bécleu, tourner à gauche.

**21** À la plage du Port Morvan [👁 > [vestige du Mur de l'Atlantique](#)], monter à gauche puis virer à droite dans la rue de la Fontenelle. Après 300 m, tourner à droite le long d'une haie. À la grève Vauglin, monter à gauche puis virer à droite par la Pierre Pointue. À la fourche, descendre à droite, passer la grève de la Baleine. Emprunter la passerelle de l'anse des Doués. Passer Lanmorain [👁 > [table d'orientation](#)] et gagner le parking de la plage de la Cotentin.

**22** Traverser le parking de Lanmorin [👁️ > vue sur la baie de Saint-Brieuc, sur la plage de la Cotentin et sur les grottes]. Passer la grève des Portelets. Continuer et arriver à Jospinet par la descente aménagée à droite.

Pour rejoindre le Val, emprunter un chemin à gauche (hors GR®) sur 1,2 km.



#### JOUR 5 : Du Val à Hillion

17,7 km

4 h 40



👁️ > Chapelle Saint-Marc : retable de la fin du <sup>XVII</sup><sup>e</sup> siècle et statues en terre cuite polychrome.

**23** Suivre un chemin sur 1,2 km (hors GR®) pour retrouver le sentier côtier au niveau de Jospinet.

Traverser la voie d'accès au parking et à la cale, emprunter la passerelle pour remonter à droite et rejoindre la Servitude du Littoral. Passer la grève du Pont Rouault, remonter en face et continuer jusqu'à la pointe de Longue Roche [👁️ > point de vue]. Continuer et traverser le parking de Beliard. Rejoindre la chapelle Saint-Maurice (table d'orientation). Traverser la route d'accès à la cale, passer le blockhaus et continuer sur le parking jusqu'à l'embouchure du Gouessant. Remonter l'estuaire en sous-bois jusqu'au Pont Rolland (⚠️ > **prudence, passages escarpés !**).

**24** Suivre la D 34 à droite (⚠️ > **prudence !**) et franchir le pont Rolland. Après 250 m, au virage, s'engager à droite dans le chemin ombragé.

**25** Enjamber le Crémur et poursuivre à droite. Croiser une aire de stationnement. À la plage de Grandville (maison Palante, privée), monter à gauche et grimper les escaliers à droite pour suivre la Servitude du Littoral. Traverser les dunes de Bon Abri (⚠️ > **bien suivre le balisage rare !**). Prendre à gauche puis emprunter la route à droite sur 350 m. Suivre à droite la Servitude du Littoral en bordure de champs. À la plage de Lermot, monter à gauche, virer à droite, traverser le parking. Passer la pointe des Guettes, l'escalier de Fonteneau, la pointe du Grouin puis Saint-Guimont [👁️ > à 150 m : Maison de la Baie : animation et possibilité d'hébergement]. Atteindre l'Hôtellerie.

Pour rejoindre Hillion, emprunter un chemin à gauche (hors GR®) sur 500 m.

**26** Suivre un chemin sur 500 m (hors GR®) pour retrouver le sentier côtier au niveau de l'Hôtellerie.

À l'Hôtellerie, suivre la route sur quelques mètres puis virer à droite par la Servitude du Littoral. Croiser le petit parking du Tertre Blanc et à Pisse-Oison, continuer en face par le chemin caillouteux. Longeur la digue et au virage, s'engager à droite dessus par la sente herbeuse. Au bout, suivre la route à droite, franchir le pont sur le Cré puis virer à droite sur la digue herbeuse. Suivre la route à droite par le pont sur 400 m.

**27** Longeur les grèves de Langueux à droite sur le chemin aménagé parallèle à la D 10 [ > [musée de la Briqueterie](#)]. À Bout-de-Ville, continuer tout droit par l'ancienne voie de chemin de fer. Descendre ensuite la route à droite.

**28** Au croisement de la grève des Courses, prendre à droite par le parking. Après le refuge de la SPA, virer à gauche dans le chemin herbeux. Tourner à gauche puis monter à droite. Descendre la rue du Commandant d'Estienne d'Orves. Après 250 m, prendre la seconde venelle à droite. Au croisement, continuer à gauche puis à droite sur la Servitude du Littoral. Passer la plate-forme [ > [panorama](#)], descendre l'escalier et surplomber la plage du Valais (*pique-nique*).

**29** Prendre à droite par les cabanons puis monter l'escalier à gauche. Suivre le chemin terreux à droite et au virage, continuer en face par les maisons puis en sous-bois sur 1 km. Longeur la voie ferrée désaffectée sur 200 m puis descendre l'escalier à droite, traverser une seconde voie ferrée et déboucher sur le port du Légué.

**30** Longeur le port à gauche sur la bande enherbée. Passer l'écluse de l'Île aux Lapins et l'entrepôt des Ligneriers. Longeur le quai Surcouf.

**31** Au rond-point, prendre à gauche (*balisage rouge et jaune*). Contourner la station d'épuration par le chemin aménagé le long du grillage. Au croisement, suivre à droite le Gouédic. Passer sous le pont de la N 12 puis sous le pont de Toupin [ > [construction Harel-de-La-Noë](#)]. Longeur la rivière, passer sous le pont de l'avenue d'Armor, sous la rue de Gouédic puis sous le pont de chemin de fer. Franchir le Gouédic à droite puis monter une ruelle à droite. Monter l'escalier à droite et arriver sur le boulevard Waldeck-Rousseau. Le suivre à droite sur 50 m. Au rond-point, suivre en face le boulevard Charner et atteindre la gare de Saint-Brieuc. **32**

## Infos pratiques



- Office de tourisme : 3 rue du 19 Mars 1962, 22430 Erquy, 02 96 72 30 12, [www.capderquy-valandre.com/erquy](http://www.capderquy-valandre.com/erquy).
- Office de tourisme : 1 rue Winston Churchill, 22370 Pléneuf-Val-André, 02 96 72 20 55, [www.capderquy-valandre.com](http://www.capderquy-valandre.com).
- Office de tourisme : 2 quater rue des Lycéens Martyrs, 22000 Saint-Brieuc, 02 96 33 32 50, [www.baiedesaintbrieuc.com](http://www.baiedesaintbrieuc.com).



- Comité départemental de la randonnée pédestre des Côtes-d'Armor : Maison départementale des Sports, 18 rue Pierre-de-Coubertin, 22440 Ploufragan, 02 96 76 25 65, [rando22@wanadoo.fr](mailto:rando22@wanadoo.fr), <http://cotes-darmor.ffrandonnee.fr>.





