



*Rares sont ceux qui, comme Denys et Béatrice, ont eu la chance de vivre l'expérience du tour de la Bretagne.*

## Tour de Bretagne à pied

### «Il faut le faire pour le plaisir»

**D**enys et Béatrice ont réalisé le tour de la Bretagne à pied, en suivant l'itinéraire du GR 34. 1 600 km de marche, accomplis en 73 jours, soit 22 km quotidiens. Ils racontent leur parcours dans un blog, enrichi de photos et de conseils pour qui voudrait marcher sur leurs traces. Voici le témoignage de Denys...

#### Pourquoi ce tour de la Bretagne à pied ?

En 2003, j'ai commencé à ralentir mon activité professionnelle, et ma femme et moi nous voulions réaliser quelque chose sur le long terme. Nous avons choisi de faire le tour de la Bretagne tout simplement parce que nous aimons marcher et que nous apprécions cette région. Nous avons donc commencé notre aventure en septembre 2003 au Mont-Saint-Michel et l'avons terminée en juin 2007 à Tour-du-Parc.

#### S'agissait-il de votre première expérience en matière de grande randonnée ?

Je suis d'origine vosgienne et j'ai été

habitué, pendant mon enfance, à crapahter dans les montagnes. Avant cette aventure, Béatrice et moi nous marchions régulièrement, mais ce tour de la Bretagne est notre première expérience pédestre de cette ampleur.

#### Avec-vous été surpris ? Cette Bretagne a-t-elle présenté un visage inattendu ?

L'idée d'une Bretagne sous la pluie est souvent véhiculée, mais ce n'est pas du tout ce que nous avons connu de cette région. La plupart du temps, la météo nous souriait. Nous avons marché des journées entières dans des paysages magnifiques, sur des sentiers surplombant une mer superbe. Certains tronçons du GR 34 ont provoqué chez nous de véritables coups de cœur ! Celui qui va de Cancale au Cap Fréhel nous a particulièrement plu. De superbes criques, des plages qui succèdent aux rochers, la si belle pointe de Saint-Cast, la traversée d'une lande extraordinaire... Le sentier côtier de la presqu'île de Crozon est aussi inoubliable, tout comme le sont les

environs de Pont-Aven, entre le site de Raguenez et celui de Fort Bloqué.

#### Pourquoi avez-vous décidé de tenir un blog relatant ces tribulations côtières ?

Au début je m'astreignais à écrire quelques notes chaque soir dans un carnet. Au bout d'un certain temps, nous avons eu envie de partager notre aventure. J'ai alors retranscrit mes notes sur le site. Nous sommes très contents de voir qu'il y a, chaque jour, entre 60 et 80 personnes qui viennent consulter notre blog et que nous avons donné envie à de nombreuses personnes d'aller marcher sur le GR 34. Et il est vrai que suivre ce sentier est la meilleure façon de découvrir les côtes bretonnes.

#### Quels sont vos conseils aux marcheurs ?

Si j'avais deux conseils à donner, ce serait de ne pas avoir trop d'impératifs sportifs, mais plutôt de profiter pleinement des randonnées comme d'un loisir qui apporte plaisir et découverte. Il vaut mieux ne pas viser un nombre précis de kilomètres à parcourir par jour. Il faut vraiment le faire pour le plaisir. L'autre conseil porte sur l'hébergement. On doit l'organiser à l'avance pour éviter les mauvaises surprises. Je me souviens d'un soir où nous pensions être arrivés à notre hôtel, mais où il a fallu faire 4 km sur le macadam pour le trouver, alors que nous étions fatigués. Et le contraste était immense entre cette route bitumée et la beauté des paysages côtiers que nous venions de quitter !

#### Et maintenant ? Quels projets avez-vous ?

Nous avons commencé notre grande marche vers le sud pour atteindre Saint-Jean-de-Luz au Pays Basque, puis Saint-Jacques-de-Compostelle. Mais le GR 34 restera dans nos cœurs, car c'est un sentier vraiment particulier. ■

*Le blog de Denys et Béatrice comprend le récit de leur parcours, des photos, des conseils et leurs coups de cœur : <http://www.wmaker.net/opcc/gr34/>*



# Bretagne Terre de sentiers et de randonneurs



JEAN-YVES GUILLAUME

*La randonnée pédestre se porte bien en Bretagne. Même si elle n'a pas encore conquis tout le littoral, elle a su, depuis 40 ans, baliser un territoire qui ne cesse de séduire.*

PAR CHRISTIAN CAMPION

Aujourd'hui, mis bout à bout, les chemins de petite et de grande randonnée bretons dépassent les 10 000 kilomètres. Leur maillage extrêmement dense est un atout formidable pour le tourisme, comme pour l'activité physique de proximité : il permet aux marcheurs de toutes pointures de profiter de l'immense variété des paysages de la région en se fiant en toute sécurité aux petites marques rouges et blanches, ou rouges et jaunes, qui jalonnent les itinéraires.

Avec le temps, celles-ci sont devenues les repères réguliers et rassurants pour de sympathiques promenades de santé,

sur la côte ou dans les terres. Mais ces terrains d'aventure pour randonneurs furent longtemps fermés au loisir.

À l'heure où le GR34, première pierre remarquable de ce magnifique réseau, fête ses quarante ans d'existence, il faut se rappeler que l'aménagement de ces sentiers s'est fait progressivement. À coup de faucille dans la lande mais aussi au moyen de longues discussions avec les propriétaires pour obtenir le droit de passage et assurer la continuité du chemin, les bénévoles ont été, au sein des comités départementaux de la Fédération française de randonnée pédestre,

les acteurs déterminants de cette évolution. Leur conviction a été contagieuse : aujourd'hui, on ne compte plus en Bretagne les associations de randonneurs qui ont vu le jour, ici et là. Trotte-sentiers, Mille-pattes, Ruz Boutou, Bipèdes du Goëlo, Baladeurs de l'estuaire, Rederrien Kreiz-Breiz...

Ils se promènent d'Armor en Argoat tout au long de l'année, sur les falaises les plus abruptes comme au plus profond des bois et au cœur des villes. Pour eux, la randonnée est devenue une indispensable respiration hebdomadaire, propice aussi bien aux rencontres conviviales qu'aux découvertes du milieu naturel et du patrimoine bâti.

Les premiers mètres de ce chantier volumineux ont été défrichés en 1968, dans les Côtes-d'Armor, du côté du Beg-Leguer précisément, en prolongement du chemin de halage praticable qui suivait le Leguer. Émile Orain et ses amis de l'auberge de jeunesse de Lannion furent les pionniers répondant à une sollicitation du Service d'études et d'aménagement du tourisme en milieu rural et à leurs propres envies d'exploration.

EN PRESQU'ÎLE DE CROZON, UNE DES PORTIONS LES PLUS COURUES, LE GR 34 SERPENTE AU MILIEU D'UNE VÉGÉTATION MÉDITERRANÉENNE.

BERNARD GALÉRON





BERNARD GALÉRON

BALCON SUR LE ROCHER DU VOLEUR À PORT-BLANC, DANS LES CÔTES D'ARMOR.

Depuis, quasiment dans toutes les communes bretonnes, des sentiers ont été ouverts à la randonnée pédestre.

Certains chantiers n'ont réuni que quelques bonnes volontés, d'autres jusqu'à 400 personnes au cours d'une même journée, plaçant le Finistère comme un modèle de mobilisation. Le tout dans une collaboration étroite avec les services techniques des communes concernées et avec ceux des directions départementales de l'Équipement, notamment pour les portions qui empruntent le littoral. À ce titre, l'autre date importante dans l'évolution de la randonnée pédestre en Bretagne est le 31 décembre 1976, quand la loi a fixé, à trois mètres de la limite des hautes eaux, la servitude de passage pour tracer un sentier et permettre à tout randonneur de profiter du charme du bord de mer. Si le texte a été adopté, et de rudes négociations menées ensuite avec les propriétaires, son application n'est pas encore généralisée.

Le GR34, qui a réveillé l'usage ancien du chemin des douaniers, ne suit toujours pas de manière rigoureuse le trait de côte. Dans le Finistère, par exemple, près d'un tiers des 1710 kilomètres du littoral est inaccessible au randonneur. La forte présence de la Marine nationale

sur les côtes bretonnes, notamment dans la rade de Brest, explique en partie ce fait, mais il existe aussi des communes qui n'ont pas encore activé la servitude de passage. Plougastel-Daoulas est du lot mais, ailleurs, Fouesnant, Lézardrieux ou l'île de Bréhat n'ont pas bougé davantage. À ces blocages techniques ou politiques, les randonneurs ont ajouté leurs propres réticences.

### **Suivre coûte que coûte la côte ne reste jamais une obligation pour un marcheur**

qui aime à bénéficier d'un autre point de vue. Entre Trégastel et l'île Grande, parce que la route est en corniche, le GR34 s'est légèrement replié dans l'intérieur des terres : il salue le Radôme du Musée des Télécommunications et la chapelle Saint-Samson. Plus à l'est des Côtes-d'Armor, à Saint-Michel-en-Grève, au lieu de longer naturellement l'immense plage qui fait la renommée du lieu, le sentier a pris de la hauteur pour mieux l'envisager en escaladant le Grand Rocher. L'œil y gagne au change.

Cette intelligence du regard et cette sensibilité des randonneurs aux parcelles traversées se vérifient encore dans la dernière portion aménagée pour boucler de manière continue le GR34 en

Bretagne. C'était en 2006, du côté du Tour-du-Parc. Une zone humide fragile s'est mise sous les pieds des défricheurs juste avant de rejoindre la Vilaine. Plutôt que d'exposer le site à une fréquentation pénalisante, un détour a été tracé vers l'intérieur. L'esprit de la randonnée, qui consiste à « modifier au minimum un espace le plus restreint possible », a une nouvelle fois été préservé.

**Négociateur en droit de passage, défricheur du dimanche,** aménageur méticuleux puis garant de la praticabilité des sentiers répertoriés, le randonneur affilié à la fédération nationale possède de nombreuses qualités, mais il en est une qui surprend toujours. Derrière la silhouette de l'arpenteur tranquille, se distingue toujours l'ombre d'un informateur hors pair sur l'état du littoral ou la géographie des chemins creux.

Depuis l'origine en effet, l'ouverture de chaque portion de sentier a donné lieu à une publication d'une description du site et de ses atouts naturels ou patrimoniaux. Les feuilles dactylographiées distribuées au début, avec très vite des traductions en anglais et en allemand, ont été remplacées par de jolis topo-guides en couleurs d'une centaine de pages, avec cartes et itinéraires. Hormis l'impression, tout est conçu et réalisé par les bénévoles qui peuvent se targuer de jolis succès de librairie.

Dans le Finistère, entre 16000 et 18000 exemplaires des différents topo-guides sont vendus chaque année, mais c'est celui concernant le golfe du Morbihan qui séduit le plus ainsi que la portion de GR34 entre Saint-Brieuc et Morlaix. L'un figure au quatorzième rang des ventes, parmi les 220 topo-guides proposés par la Fédération, l'autre au vingtième rang. Cela confirme tout simplement l'excellente réputation de la Bretagne chez les amateurs de randonnée. ■



# BALADES & RANDOS Bretagne

MAGAZINE

**+ LE GUIDE DE L'ÉTÉ**  
**1000 idées de visites**

**2008**  
Nouvelle édition

**50 randonnées entre terre et mer**

CÔTES-D'ARMOR • FINISTÈRE • ILLE-ET-VILAINE • LOIRE-ATLANTIQUE • MORBIHAN

## BRETAGNE

Des balades faciles ou sportives  
à l'île de Batz, Ploumanac'h,  
Saint-Malo, Nantes, Quiberon...

**200 RENDEZ-VOUS**

Marchez pendant les vacances avec  
les associations de randonneurs de la FFR

Le Télégramme

france  
bleu

FFRandonnée  
Comité régional  
Bretagne

T 02484 - 806 - F: 6,95 € - RD

