

Lundi à 9h, départ parking du vélodrome, randonnée santé douce, 1H au parc de Manéhouarn.
Mercredi à 9h marche nordique douce, 2 h à proximité de Plouay, lieu départ fixé par Guy.
Mercredi à 13h30 Maison des Associations, 52 rue Paul Ihuel. 3 groupes, circuit de 9 à 11 km, un raccourci prévu de 7 à 8 km moins rapide et marche nordique de 12 à 13 km, plus sportive.
 Dimanche, 1 sur 2, à 8h45 de la Maison des Association, circuit de 10 km et marche nordique 12 km.
 Voir le programme sur internet : site « Familles Rurales Plouay » ou les journaux du mardi ou samedi.

Janvier 2026

Sauf imprévu.

Mercredi 7 janvier :Covoiturage : Guidé par Jean-Luc Auvray , Noël , Gérard B

Plouay Kerdalvé : départ du local, Manéhouarn, Kerdalvé, bois de Kerdalvé, Kervégant, Ty Marrec, fontaine Saint Vincent, Restergal, voie ferrée, Questenen-Plaine, voie ferrée, fontaine Stang Philippe, Manéhouarn. Distance 11,0 ou 8,0 km, dénivelé 110 ou 75 m.

Dimanche 11 : Covoiturage : 1,50€ Guidé par Organisateur... association Berné VTT
Départ local de la Maison des Association Plouay pour covoiturage 8H45

Berné : DEPART de la salle des fêtes, centre bourg Horaires entre 07h45 à 09h30
 Randonnée pédestre 09 km, 12 km, 15 km, 21 km avec ravitaillement , vin chaud à l'arrivée
 Participation 6€

Mercredi 14 : Covoiturage :Guidé par Renée, Clément , Gilbert M , Daniel M , Philippe M

Plouay, Kerscoulic : Local, Manéhouarn, fontaine Stang Philippe, Questenen-plaine, Zandec, , Pont-Neuf, le Scorff rive gauche, Kerscoulic, Coat-Fao, terrain des sports.
 Distance 10,7 , ou 8 kms dénivelé 164 m ou 114 m

Mercredi 21 : Covoiturage 1,40€ :Guidé par Gilbert D , Remy , Guy , Noël

Berné, Sainte Années des Bois : Parking avant auberge, chemin à gauche ou droite, fontaine ND des Forces, mare en haut, Kerhenry, Le Bonot, fontaine Ste Anne des Bois, la Chapelle, parc du Château, Lycée, haut du Grayo, la mare. Distance 9,6 ou 7,3 km, dénivelé 183 ou 169 m.

Dimanche 25 : Covoiturage 1,80 € Guidé par Guy , Daniel

Lochrist, écluse de Polvern : parking Loscastel (entre les 2 ponts), les ex-Forges, Polvern, près du Temple, la carrière, bois du Hingair, écluse de Polvern, retour voie ferrée ou le hallage, Langroix.
 Distance 9,6 km, dénivelé 107 m

Mercredi 28 : Covoiturage : Guidé par Pascal C, Jean-Yves , Noël, Gerard B

Plouay, Le Nézerh : Local, Kreiz er Prat, Coët Fao, Kerscoulic, la fontaine, monter à gauche, vers le Scorff, Le Nézerh, Zandec, Questenen Plaine, fontaine Stang Philippe, Manéhouarn. Distance 10,8 ou 8,3 km, dénivelé 146 ou 114 m.

Pour informations : Bernard LE QUINTREC 07 82 05 84 14, Guy BROHAN 06 81 44 09 12
 Daniel LE GAL 06 85 11 33 66