



Les Bipèdes du Goëlo



2 rue Bécot  
22500 PAIMPOL

## Programme NOVEMBRE-DECEMBRE 2023

En cas d'alerte **orange et rouge** : annulation systématique des randos.

Les départs en co-voiturage du parking plage de CRUCKIN à KERITY sont recommandés.

### LUNDI MATIN (8 à 10 km) Départ 9h15 de Cruckin

Contacts : HENRY 07 89 65 70 98 / HARTMUTH 06 63 52 73 84

| DATE  | LIEU & TITRE                       | KM  | ANIMATEURS       | PARKING  |
|-------|------------------------------------|-----|------------------|--|
| 6/11  | Rando tonique – Ploubaz – St Denis | 7,5 | Hartmuth / Henry | Paimpol<br>Salle des fêtes                     |
| 20/11 | Penhoat                            | 7,5 | Henry / Hartmuth | Penhoat – Rte de<br>Frynaudour (face<br>école) |

|       |                        |     |                  |                             |
|-------|------------------------|-----|------------------|-----------------------------|
| 4/12  | Rando tonique –Guilben | 7,5 | Hartmuth / Henry | Cruckin                     |
| 18/12 | Bréhec                 | 7,1 | Henry / Hartmuth | Bréhec – Route de<br>Bréhec |

**MERCREDI (8 à 10 km) Départ 13h30 de Cruckin**  
Contacts : JEAN-RENE 06 70 33 36 27 / CHRISTIAN 07 69 23 78 49

| <b>DATE</b>          | <b>LIEU &amp; TITRE</b>                     | <b>KM</b> | <b>ANIMATEURS</b>     | <b>PARKING</b>       |
|----------------------|---|-----------|-----------------------|----------------------|
| 1 <sup>er</sup> nov. | Lanmodez : Circuit des 3 chapelles          | 10        | Danièle<br>Christian  | La Mairie Lanmodez   |
| 8 nov.               | Tréguier : Le patrimoine                    | 10        | Jean-René<br>Philippe | Le bois des poètes   |
| 15 nov.              | Quemper-Guézennec : La boucle de Frynaudour | 10        | Bernard<br>Rémi       | Goas Vilinic         |
| 22 nov.              | Trémuson : Circuit des mines                | 10        | Michel<br>Alain       | Le Buchon à Trémuson |
| 29 nov.              | Brélidy                                     | 9         | Hartmuth<br>Danièle   | Place du Bourg       |

|         |                                |    |                       |                   |
|---------|--------------------------------|----|-----------------------|-------------------|
| 6 déc.  | Plouguiel : La Roche Jaune     | 10 | Jean-René<br>Hartmuth | <i>A préciser</i> |
| 13 déc. | Plouezec : Entre terre et mer  | 9  | Philippe<br>Eric      | Salle des fêtes   |
| 20 déc. | Lanmodez : Circuit des huitres | 10 | Bernard<br>Alain      | Porz-Guyon        |
| 27 déc. | Relache : Réveillons !!!       |    |                       |                   |

**JEUDI (10 à 12 km) Départ 13h30 de Cruckin**  
**Contacts : FRANÇOIS 06 50 15 98 65 / MICHEL G. 06 11 03 20 61**

| <b>DATE</b> | <b>LIEU &amp; TITRE</b> | <b>KM</b> | <b>ANIMATEURS</b>      | <b>PARKING</b>                 |
|-------------|-------------------------|-----------|------------------------|--------------------------------|
| 2 nov.      | Plouézec                | 12        | Brigitte & Catherine   | Bréhec -Route de Bréhec        |
| 9 nov.      | Lancerf                 | 12        | Michel G & Henry       | Gare Lancerf                   |
| 16 nov.     | Lanmodez                | 11        | Gilles & Brigitte      | A préciser                     |
| 23 nov.     | Lezardrieux             | 11        | Geneviève,<br>François | Port de Lézardrieux            |
| 30 nov.     | Paimpol                 | 12        | Philippe & Michel G    | Cruckin (lieu de rdv habituel) |

|         |             |    |                     |                             |
|---------|-------------|----|---------------------|-----------------------------|
| 7 déc.  | Plouezec    | 11 | Martine & Henry     | Salle des Fêtes             |
| 14 déc. | Loguivy     | 11 | Françoise & Annie   | Port                        |
| 21 déc. | Lanloup     | 11 | Françoise & Annie   | Parking Chapelle de Lanloup |
| 28 déc. | Lezardrieux | 11 | Philippe & François | Balise                      |

**VENDREDI (7 km) Départ 13h45 de Cruckin**  
**Contacts : PATRICK 06 84 54 17 23 / YVES L 07 85 62 27 65**

| DATE    | LIEU & TITRE                          | KM | ANIMATEURS                            | PARKING               |
|---------|---------------------------------------|----|---------------------------------------|-----------------------|
| 3 nov.  | Ploubazlanec vers la croix des veuves | 7  | Marie Mével<br>Yolande Conan          | Chapelle Perros Hamon |
| 10 nov. | Lanmodez-circuit des huîtres          | „  | Yolande Conan<br>Jeanne Yvonne        | Salle des Fêtes       |
| 17 nov. | Kerfot vers le Pavillon               | „  | J. Pierre Blanchard<br>Monique Clec'h | Ecole                 |
| 24 nov. | Pouldouran la cascade                 | „  | Yves Lemée<br>Marie Mével             | Maison des talus      |

|                      |                        |   |                                      |                         |
|----------------------|------------------------|---|--------------------------------------|-------------------------|
| 1 <sup>er</sup> déc. | Plourivo vers Traounez | 7 | Annie Legrand<br>Yolande Conan       | Chapelle St Jean        |
| 8 déc.               | Bréhec vers Lanloup    | „ | Monique Le Bail<br>Monique Clec'h    | Grand parking de Bréhec |
| 15 déc.              | Circuit des Islandais  | „ | Yves Lemée<br>Monique Clec'h         | Salle des fêtes Ploubaz |
| 22 déc.              | Plounez vers le Lédano | „ | J. Pierre Blanchard<br>Yolande Conan | Eglise                  |
| 29 déc.              |                        |   |                                      |                         |

## *AGENDA*

- Samedi 11 novembre : A l'occasion du Téléthon, deux randonnées vous seront proposées comme l'an passé.

Toutes les deux au départ de KERRAOUL.

1er départ : 13h45, 7 km, vers Kergrist

2e départ : 15h15, 7 km, vers Paimpol

Possibilité de faire l'une ou l'autre des randos, ou les deux. Participation : 5 €

- Samedi 25 novembre : La Corrida de Paimpol

Départ de la Salle des fêtes. Départs par groupes accompagnés entre 13h30 et 14h. Visite de l'atelier de recyclage de cabans et de personnalisation Dalmard Marine.

Inscriptions ouvertes jusqu'au samedi 25 novembre 2023 à 13h00. Inscriptions en ligne 6€, 8€ sur place.

[Je m'inscris en ligne \(cliquer sur ce lien\)](#)

- Mercredi 13 décembre : Vin chaud à 16h30 à la salle de Cruckin.

N'oubliez pas votre gobelet Bipèdes !

- Le dimanche 14 janvier 2024, les Bipèdes se retrouveront à la salle des fêtes de Plounez pour se souhaiter la bonne année et déguster une galette des Rois. (Sur inscription : vous recevrez l'invitation au plus tard début janvier)