



- 1 : Départ du bourg, on prend la RD 18 en direction du Faou
- 2 : On tourne sur la route de Rumengol
- 3 : Passage du pont sur la rivière du Faou. On tourne à gauche en direction du village de Kermoal (Rumengol)
- 4 : A l'intersection suivante, on tourne à droite en direction du village du Cosquer (Rumengol)
- 5 : On arrive à l'intersection avec la RD 42, on tourne à gauche et l'on suit la route en direction de la forêt du Cranou
- 6 : Lieu-dit *Pont rouge*, en forêt du Cranou. Possibilité d'une pause pique-nique ou goûter (tables et cours d'eau)
- 7 : Passage à niveau du Cranou
- 8 : Au carrefour de Kervinou, on quitte la RD 42 et on tourne à gauche (de Kervinou à Croas ar Hure = tronçon emprunté par le Tour de France)
- 9 : Croas ar Hure
- 10 : Croix de Boudouguen ! traversée de la RD 18 ! On va tout droit en direction du village de Karn Daoulas. Au bout de l'enrobé, petit chemin empruntable par les vélos et les piétons
- 11 : Au bout du chemin de terre, on tourne à gauche (au niveau du village de Pennaprat) en direction de la Croas ar Halve
- 12 : On tourne à droite sur la RD 18 en direction du bourg et du point de départ.

***Merci à la section VTT des Lutins du Cranou pour leur aide.***