

# Arzal / Pénestin

## La Littorale



**Départ**  
Arzal

**Arrivée**  
Pénestin

**Durée**  
1 h 14 min

**Distance**  
18,74 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Bords de mer

La Littorale descend doucement vers le barrage d'Arzal, le passage sur la Vilaine marquant un grand moment de cette étape. Ensuite, il faut jouer du dérailleur pour apprécier les aperçus sur la Vilaine au fil d'un parcours sur petites routes et chemins carrossables. Le petit port de Trehiguiier propose une pause revigorante à contempler l'embouchure du fleuve et la rive nord délaissée le matin même. Par beau temps, pour une fin en apothéose, la pointe de Pénestin dévoile au cycliste au regard perçant les îles du large Houat, Hoëdic... et même Belle-Île-en-Mer.

### L'itinéraire

Le barrage d'Arzal est très emprunté, il faut donc bien tenir sa droite lorsque vous le franchissez à vélo. Succession de petites routes et chemins carrossables sur voirie partagée à très faible trafic. Un peu de dénivelé.

### Infos pratiques

- **Damgan La Roche Bernard Tourisme**  
Office de Tourisme de Damgan Pl. Alexandre Tiffoche, 56750 Damgan - 02 97 41 11 32  
<https://www.damgan-larochebernard-tourisme.com/>
- **Bureau touristique de Pénestin** All. du Grand Pré, 56760 Pénestin - 02 40 24 34 44  
<https://www.labaule-guerande.com/>

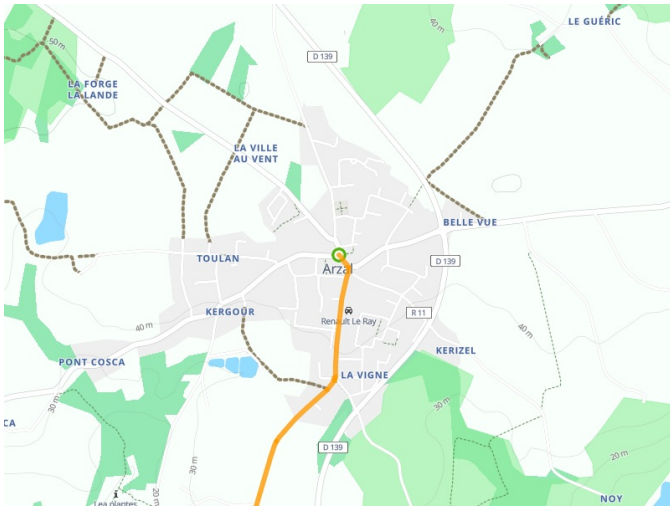
### À ne pas manquer

- **Arzal** : le barrage d'Arzal, barrage estuarien le plus long d'Europe. Il doit cette particularité au fait qu'il soit sur l'estuaire de la Vilaine, là où le fleuve rejoint l'océan Atlantique. Un ouvrage impressionnant !
- **Pénestin** : la Plage de la Mine d'Or bordée de falaises orangées

- Voie cyclable
- Liaisons
- Route partagée
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ  
Arzal**



**Arrivée  
Pénestin**

