

Le Connemara en train

Du mardi 7 juillet au dimanche 19 juillet 2026

Encadrant : François Goutorbe (voir rubrique "kifaikoï" sur le site web)	Niveau : Moyen, T1/T2 ¹
Avec accord : Oui	Itinérant sans portage
Effectif maximum : 8 (encadrant compris)	Auberges, bed & breakfast



Source : ireland.com

Description

Le Connemara, région mythique d'Irlande qui convoque un imaginaire romantique et « sauvage » : paysages très photogéniques — landes, lacs, montagnes basses, côtes découpées — qui correspondent à l'esthétique romantique pour des escapades nature et des photos mémorables.

N'oublions pas des lieux-phares très attractifs comme Kylemore Abbey, Connemara National Park, des villages comme Clifden, des îles...

Je vous propose un circuit dans le Connemara, que nous aborderons par la mer, après un court

¹ Voir [ici](#) la définition des niveaux physique et technique.

trajet en train.

Le Connemara est célèbre non seulement pour ses lacs mais pour ses Bens (Binn en gaélique), dont l'altitude est comprise entre 146 et 729 m (Benbaum). Ce sont des sommets arrondis relativement accessibles mais on trouve rarement des sentiers sur les cartes.

Nous explorerons les diverses facettes de cette région magique, quelques monts (ou « bens ») parmi les plus abordables, des sentiers côtiers, des auberges en pleine nature, une tourbière, une île déserte... et les inévitables pubs.

Programme

J1, 7 juillet 2026

Départ Gare Montparnasse 10 h 57, arrivée Morlaix 14 h 12 (à vérifier avant le départ).

Chacun prend ses billets de train.

Rendez-vous en queue de train dès l'affichage du quai.

Bus Breizhgo pour Roscoff, départ 17 h 44, arrivée 18 h 30.

Embarquement dans un ferry de Brittany Ferries, départ 19 h 30.

Nuit en cabines de 4 couchettes.

J2, 8 juillet 2026

Arrivée au port de Cork vers 9 h 30.

Bus pour le centre-ville.

Bus Citylink pour Galway, départ 11 h 00, arrivée 14 h 05 (ou départ 13 h, arrivée 16 h 05).

Dépose des sacs dans une auberge.

Fondée en 1214 à l'embouchure de la rivière Corrib, Galway est une grande ville accueillante, avec un centre très animé et de nombreux pubs et restaurants. Elle a entretenu des liens commerciaux avec l'Espagne et la France. Quatorze « tribus » (voir J4) y ont, longtemps dominé la vie locale.



Source : thetimes.co.uk

Courses dans un grand magasin.

Cuisine à l'auberge ou dîner dans un restaurant.

J3, 9 juillet 2026



Source : hostelz.com

Bus Citylink pour Clifden (avec les provisions), à 8 h ou 9 h (à décider).

On descend devant une auberge en rase campagne (voir photo), mais qui ne fournit que le petit déjeuner.

Dépose des sacs et des provisions dans l'auberge.

Cette auberge est idéalement située au départ (ou à l'arrivée) du circuit du Glencoaghan Horseshoe, quienser la vallée de Glencoaghan. Le circuit total fait 14,3 km avec 1 660 m de dénivelé. Nous n'en ferons qu'un petit bout.

Montée au Ben Lettery (577 m, cairn), notre premier Ben. Nous commençons par traverser une lande de bruyères. Plus loin, nous progressons sur un éperon, sur un sentier bien marqué. Il faut s'attendre à **mettre les mains en un ou deux courts passages pentus**. La vue du sommet est magnifique, avec la tourbière en contrebas, constellée de lacs, les Bens, la mer... Joss Lynam l'a décrite comme « the fantastic land and water jigsaw of South Connemara ».

On descend ensuite d'une cinquantaine de mètres sur un éperon pour passer un col avant d'atteindre le Bengower (664 m, cairn).

Retour par le même chemin.

6 km, dénivelé environ +/- 600 m, T2/T3

Pas de ravitaillement.

Repas à cuisiner sur place.

Nuit à l'auberge.

J4, 10 juillet 2026

Bus pour Clifden.

Dépose des sacs dans un Bed & Breafast.

Sur l'embouchure de l'Owenglin River qui descend des Twelve Bens, Clifden est une charmante petite ville – très animée l'été.

Fondée en 1812 par John D'Arcy (1785 – 1839), elle peut être considérée comme la capitale du Connemara. Les D'Arcy (Ó Dorchaíde en gaélique) faisaient partie de l'une des 14 familles de marchands qui ont dominé la vie politique, commerciale et sociale de la ville de Galway depuis le milieu du XIII^e siècle jusqu'à la fin du XIX^e siècle.



Nous faisons ce jour-là la mythique Sky Road. Elle fait le tour d'une péninsule allongée qui s'étend vers le nord-ouest au départ de Clifden. Nous prendrons la Lower Sky Road pour éviter le plus possible la circulation.

Peu après Clifden, nous ferons un petit détour pour aller admirer le Clifden Castle, construit en 1818 par John D'Arcy. Le château a été occupé au XIX^e siècle mais est aujourd'hui en ruine (imposantes ruines).

Source : galwaytourism.ie

17 km. Dénivelé faible car nous ne traversons pas la péninsule. T1

Ravitaillement.

Dîner au restaurant.

J5, 11 juillet 2026

Bus pour Letterfrack.

Letterfrack est un petit village qui se trouve à l'entrée du Parc National du Connemara. On y trouve le « Visitor Center » du parc qui présente une expo qui fournit quantités d'informations sur le milieu que constitue le Connemara, ses tourbières, la faune et la flore. Il existe plusieurs chemins balisés au départ du « Visitor Center » dont le plus long permet de monter sur le Binn Ghuaire (442 m). Ce dernier a été renommé Diamond Hill car son sommet de quartzite brille dans le soleil, surtout quand il a plu (donc souvent).

C'est une grande classique et nous ne serons sûrement pas seuls. Du sommet on a une belle vue sur la mer, les Bens et Kylemore Abbey.

La descente s'effectue par un sentier parallèle situé plus au sud qui nécessite un peu d'attention.

7 km, dénivelé environ +/- 400 m, T2

Nous continuerons par l'exploration d'une petite péninsule qui s'étend à l'ouest de Letterfrack.

Environ 8 km en aller-retour. T1

Installation dans une auberge.

Ravitaillement.

Dîner au restaurant ou cuisine à l'auberge.

J6, 12 juillet 2026

Taxi pour nous rapprocher de Tully Mountain (sac léger).

Tully Mountain est un petit Ben allongé (356 m) qui s'étend sur le versant sud de la péninsule de Renvyle. Il comporte 3 sommets séparés chacun par un petit col. Le retour s'effectue soit par le nord de la montagne (route) soit par le sud (sentier de bord de mer, faisabilité à vérifier).

Puis retour à Letterfrack par la route.

15,5 km, dénivelé +/- 600 m, T2

Installation dans la même auberge.

Dîner au restaurant ou cuisine à l'auberge.

J7, 13 juillet 2026

Bus Eireann pour l'abbaye de Kylemore.

Auparavant, nous aurons fait les courses pour les deux jours suivants et les auront confiées à un taxi (avec les sacs) pour l'hébergement suivant.

Visite de l'abbaye, au bord du Lough Pollacappall.

À l'origine cette abbaye fut un château construit en 1868 par Mitchell Henry, un riche négociant drapier anglais pour sa femme irlandaise. Il a été racheté en 1920 par les Bénédictines d'Ypres (Belgique) qui avaient fui l'Irlande des siècles plus tôt lorsque la religion catholique était proscrite en Irlande. Un retour aux sources en quelque sorte.



Source : wildatlanticwaydetours.com

Marche à travers la lande (sac léger) pour rejoindre notre hébergement, lui aussi en pleine campagne.

Nous longeons 3 lacs par le sud, dont le grand Kylemore Lough (ne pas confondre avec Kylemore Harbor, voir plus loin), avant d'atteindre une forêt.

Notre hébergement domine le Killary Harbour qui est, avec ses 15,5 km, le seul fjord d'Irlande.

Plage en contrebas.

16 km, dénivelé faible, T1

Pas de ravitaillement.

Dîner à cuisiner.

J8, 14 juillet 2026

Boucle le long du Killary Harbour et du Lough Fee.

Nous longeons tout d'abord la rive sud du Killary Harbour puis la rive nord du Lough Fee, sac léger.

Une option (ou un ajout) permet de passer à Glassilaun Beach, une très belle plage.

17,5 km, dénivelé faible, T1

Même hébergement, dîner à cuisiner.

J9, 15 juillet 2026

Retour à Clifden en bus.

Dépôt des sacs à notre hébergement.

Taxi pour Claddagdub de façon à nous rapprocher de notre objectif, Omey Island. Cette petite île plate a la particularité de n'être accessible qu'à marée basse. Or (hasard ?) la marée basse aura lieu ce jour-là aux alentours de 12 h 15. Nous pouvons donc espérer la visiter et revenir sur la terre ferme sans avoir à y bivouaquer.



Source : visitgalway.ie

L'île d'Omey reste un lieu de dévotion à St Feichin, l'un des premiers fondateurs de la tradition du christianisme irlandais. Les ruines de Teampaill Feichin, l'église médiévale, excavée du sable en 1981, se trouve sur le site de l'abbaye qui aurait été fondée par St Feichín. À proximité se trouve un puits sacré entouré d'un petit sanctuaire. L'ancien cimetière de l'île est encore utilisé aujourd'hui, comme souvent en Irlande.

Tour d'Omey Island, 7,4 km, T1

Retour à Clifden à pied, 11,5 km, T1

Nous longerons un bras de mer, dénivelé faible.

Bed & Breakfast à Clifden.

Dîner au restaurant.

J10, 16 juillet 2026

Plusieurs options sont possibles pour cette journée en fonction des renseignements obtenus une fois sur place, voire en fonction de la météo. Dans tous les cas les sacs seront transportés à l'hébergement suivant par taxi.

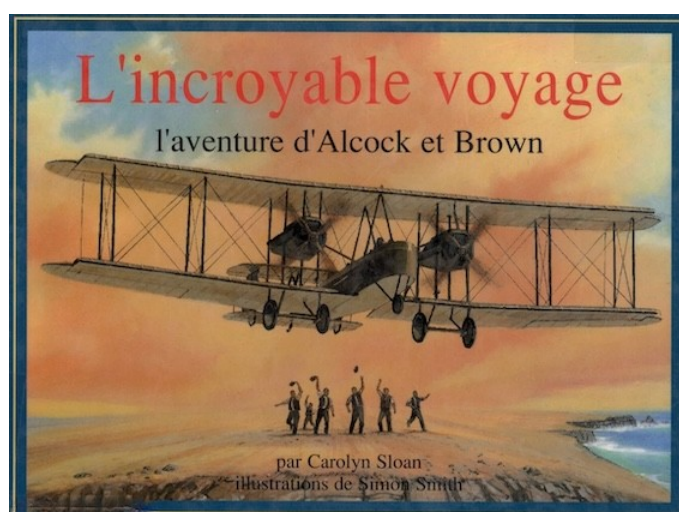
Marche sur une portion de route pour arriver à un carrefour. Il passe un bus sur cette route mais il n'y a pas d'arrêt au carrefour que nous visons, nous permettant de nous rapprocher d'une vaste zone de tourbières du nom de Roundstone bog.

3,6 km.

Autre option : taxi.

Nous nous rendrons au point d'atterrissage d'Alcock et Brown le 15 juin 1919, au milieu des tourbières. Beaucoup moins connus que Lindberg, ce sont pourtant les premiers à avoir traversé l'Atlantique en avion sans escale². L'objectif est ensuite de rejoindre Ballyconneely en traversant les tourbières, si cela est possible, puis de gagner Roundstone en bus.

11 km, dénivelé nul.



Si la traversée des tourbières n'est pas possible (fortes pluies passées par exemple), nous ferons le tour de la péninsule d'Arrislannan, et passerons au pied d'un monument érigé en l'honneur d'Alcock et Brown.

15 km, dénivelé +/- 100 m, T1

Nous rejoindrons ensuite Roundstone en bus ou taxi.

Roundstone est un charmant petit village au bord de la mer. De l'autre côté du bras de mer et à peu de distance, s'étend une île allongée aux formes torturées, Inis Ní.

Installation dans un Bed & Breakfast au bord de la mer.

Petit ravitaillement, sandwicherie.

J11, 17 juillet 2026

Au départ de Roundstone, montée (sac léger) au sommet d'Errisbeg, un petit Ben isolé de 300 m.

Nous traversons un terrain couvert de différentes espèces de fougères avant d'atteindre un

² Mais Lindbergh était seul.

premier sommet, Errisbeg East (252 m, cairn). Au sommet, un magnifique panorama vers l'est nous attend (baies de Roundstone et de Bertraghboy, les îles ; au nord, les Twelve Bens).

On passe ensuite un petit col pour atteindre le sommet d'Errisbeg (300 m, pilier en béton). De là on a une vue surprenante sur les deux magnifiques plages de Dogs Bay et Gorteen Bay qui forment une petite péninsule en forme de tombolo.



Source : locationscout.net

Descente prudente par la face ouest et un bout de route nous mène aux deux plages, dont le sable est quasi entièrement constitué de coquilles de foraminifères.

Nous ferons le tour de cette péninsule, après ou avant baignade (sous votre responsabilité) dans l'une ou l'autre plage, selon le sens et la force du vent.

Retour au Bed & Breakfast.

16 km, +/- 470 m, T2

J12, 18 juillet 2026

Départ matinal (bus à 7 h 46) pour Ballyconneely sans sacs (transportés par taxi).

Tour de la presqu'île d'Errismore.

Nous ferons un arrêt au petit port de Bunowen qui présente l'intérêt de posséder une fumerie de poissons, Connemara Smokehouse³. Il s'agit de l'un des plus anciens fumoirs traditionnels d'Irlande. Il est détenu et géré par la famille Roberts qui produit des poissons sauvages de l'Atlantique fumés de manière traditionnelle depuis trois générations.

Possibilité d'y acheter du saumon bio ou sauvage, du thon, des maquereaux... Cette fumerie est régulièrement primée pour son saumon fumé bio, considéré par beaucoup comme le meilleur d'Irlande. Cartes bleues acceptées ! D'autant plus que ce sera la fin du parcours.

2 variantes, une courte (19 km) et une plus longue (20,5 km) qui minimise les routes, dénivelé faible, T1

Retour à Clifden en bus et à notre Bed & Breakfast.

Ravitaillement.

Dîner au restaurant.

³ smokehouse.ie

J13, 19 juillet 2026

Bus Citylink pour Galway (départ 9 h, arrivée 10 h 30, ou départ 11 h 15, arrivée 12 h 45).

Fin de la sortie, dispersion.

Les participants qui souhaiteraient passer la nuit du 19 au 20 juillet à Galway sont priés de m'avertir dès leur inscription confirmée s'ils veulent rester groupés dans l'auberge.

Conseils pour le retour en France

- citylink.ie. Lignes 660, 761 et 763 pour Dublin (2 h 30), ligne 251 pour Cork (3 h).
- buseireann.ie.
- brittany-ferries.fr (Cork – Roscoff les mercredis et samedis, Rosslare – Cherbourg tous les jours sauf mardis et jeudis).
- Pas de bus direct pour Rosslare, changement à Dublin.
- Hébergement conseillé à Dublin : Abbey Court, 29 Bachelors Walk (abbey-court.com). Très central. Mais il y en a beaucoup.

Esprit de la sortie, particularités.

Il s'agit de la découverte d'un pays étranger, de prendre le temps d'admirer le paysage, de se faire plaisir en randonnant au rythme souhaité. La convivialité et l'attention des uns aux autres sont essentielles à la réussite d'une sortie de plusieurs jours en groupe, particulièrement à l'étranger.

À plusieurs occasions nous devrons cuisiner le repas du soir. Toute aide sera bien sûr la bienvenue.

Cette randonnée n'est pas vraiment itinérante car en étoile à partir de quelques hébergements. Il n'existe pas de « way » qui donne un fil conducteur au Connemara. Elle comporte des journées faciles et d'autres plus exigeantes. Il vous faudra avoir un niveau technique suffisant.

Physiquement la randonnée est cotée Moyen.

Chaque randonnée décrite ci-dessous est, en outre, cotée techniquement entre T1 et T2/T3 pour vous permettre de vous faire une idée un peu plus précise des difficultés à prévoir.

Attention, l'Irlande ne connaît pas nos chemins de randonnée, nous serons très souvent sur de la route (j'évite les routes à grande circulation), la prudence sera donc de mise (marche en file indienne notamment). C'est aussi pour cela que j'aurai un recours extensif aux bus.

Hébergements

Nous alternerons entre auberges (ou « hostels ») au confort rustique (dortoir à 8 places) et Bed & Breakfast dotés d'un meilleur confort (chambre, lits) et d'un roboratif petit déjeuner.

Équipement

Papiers : • Passeport, carte CAF, • Carte européenne d'assurance maladie⁴, • Moyens de paiement (carte bancaire, espèces...), • Numéro de téléphone de l'organisateur. Marche et portage : • Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche, • Bâtons recommandés, • Sac à dos de 30 à 40 litres avec sa housse de pluie, • Gourde ou poche à eau. Alimentation : • Couteau pliant, cuiller, fourchette, • En cas (biscuits, barres de céréales, chocolat...), • Boîte étanche pour pique-nique. Sécurité : • Petite pharmacie personnelle, • Sifflet, couverture de survie, • Téléphone mobile et chargeur, • Crème et lunettes de soleil, • Lampe frontale.	Hygiène : • Effets de toilette, serviette. Vêtements : • Chemisette ou tee-shirt, • Pantalon ou short, • Chapeau ou casquette, • Tenue de rechange, • Maillot de bain pour les courageux(ses) Pluie ou froid : • Polaire, coupe-vent imperméable et respirant, • Vêtement de pluie, • Guêtres « stop-tout », • Bonnet, gants, tour de cou ou écharpe. Nuitées : • Drap-sac, bouchons d'oreille, • Chaussures légères ou sandales pour le gîte.
--	--

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Le coût est de 990 €, payable en 3 fois : 330 € à l'inscription, 330 € le 10 février et 330 € le 9 juin. Ce montant comprend :

- La traversée en ferry de Roscoff à Cork (cabines à 4 couchettes),
- Tous les hébergements,
- Tous les transports en bus,
- Les taxis,

⁴ Attention à la date de validité.

- Les fournitures pour 5 repas à cuisiner (économisant ainsi les restaurants).

Il ne comprend pas :

- Le train de Paris à Morlaix,
- Les repas pris au restaurant,
- Les boissons,
- Les pique-niques qui seront tirés du sac et pris sur le terrain.

Les places seront attribuées **à partir du 18 novembre 2025** selon les règles de priorité du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#).

À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance (voir le détail dans le processus d'inscription et demandez le dépliant au Club).

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant :

<https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.