

OFFICE DE TOURISME

CÔTE DE GRANIT ROSE

CULTIVER L'ESSENTIEL

BRETAGNE 



LE GUIDE

DES

LOISIRS

BRETAGNE CÔTE DE GRANIT ROSE 2020



LEVRIG AN DUDIOÙ - BREIZH AOD AR VEIN RUZ



www.bretagne-cotedegranitrose.com

LES ESPACES NATURELS & *animé*

Diduamantoù en
takadoù natur e

2020

.....
600
ANIMATIONS
SUR LE TERRITOIRE
.....

**D'AVRIL A
DECEMBRE**



SOMMAIRE

Table of content / Zusammenfassung

Edito

Une escapade, un long week-end, des vacances en famille ou entre amis avec un leitmotiv : découvrir la Bretagne, notre Bretagne - Côte de Granit Rose... alors bienvenue !

Notre Office de Tourisme communautaire vise à promouvoir les 56 communes du territoire. Des communes du littoral et des communes à l'intérieur des terres.

Nous avons à cœur de vous faire découvrir notre Trégor, riche de culture de patrimoine, balades et chemins côtiers, plages et villes de caractère.

N'hésitez pas à vous rendre en Bureau d'Information Touristique, nos conseillers (ères) en séjour sont à votre écoute et sauront vous conseiller.

Bon séjour et bonne visite !

Laurence Hébert,
Directrice de l'Office de Tourisme Bretagne Côte de Granit Rose

P.4

COMMENT VENIR ?

How to get there / Wie finden Sie her

P.6

INFORMATIONS PRATIQUES

Practical information / Nützliche Infos

P.8

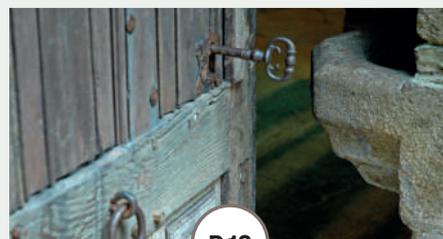
BILLETTERIE & VISITES

Ticket office and tours / Fahrkartenschalter und Führungen

P.10

LA CULTURE BRETONNE

Breton culture / bretonische Kultur / Sevenadur Breizh



P.12

Patrimoine

Cultural heritage / Kulturerbe
Glad



P.38

Loisirs nature

Leisure and nature - Freizeit und Natur
Dudiuù ha natur



P.64

Nautisme

Water activities - Wasseraktivitäten
Bageal



P.72

Détente

Leisure and relaxation - Freizeit und Entspannung
Distennañ



P.92

Bonnes adresses

Useful addresses - Nützliche Adressen
Chomlec'hiou talvoudus

Tarifs indicatifs, non contractuels et susceptibles d'évoluer. Les informations communiquées dans ce guide 2020 ont été collectées à l'automne 2019 et relèvent de la responsabilité des annonceurs.

Responsable de publication / Publication manager : Paul Droniou,
Président de l'Office de tourisme communautaire de Lannion Trégor Communauté

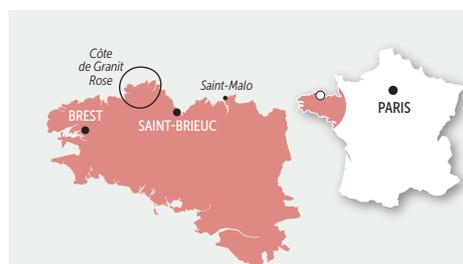
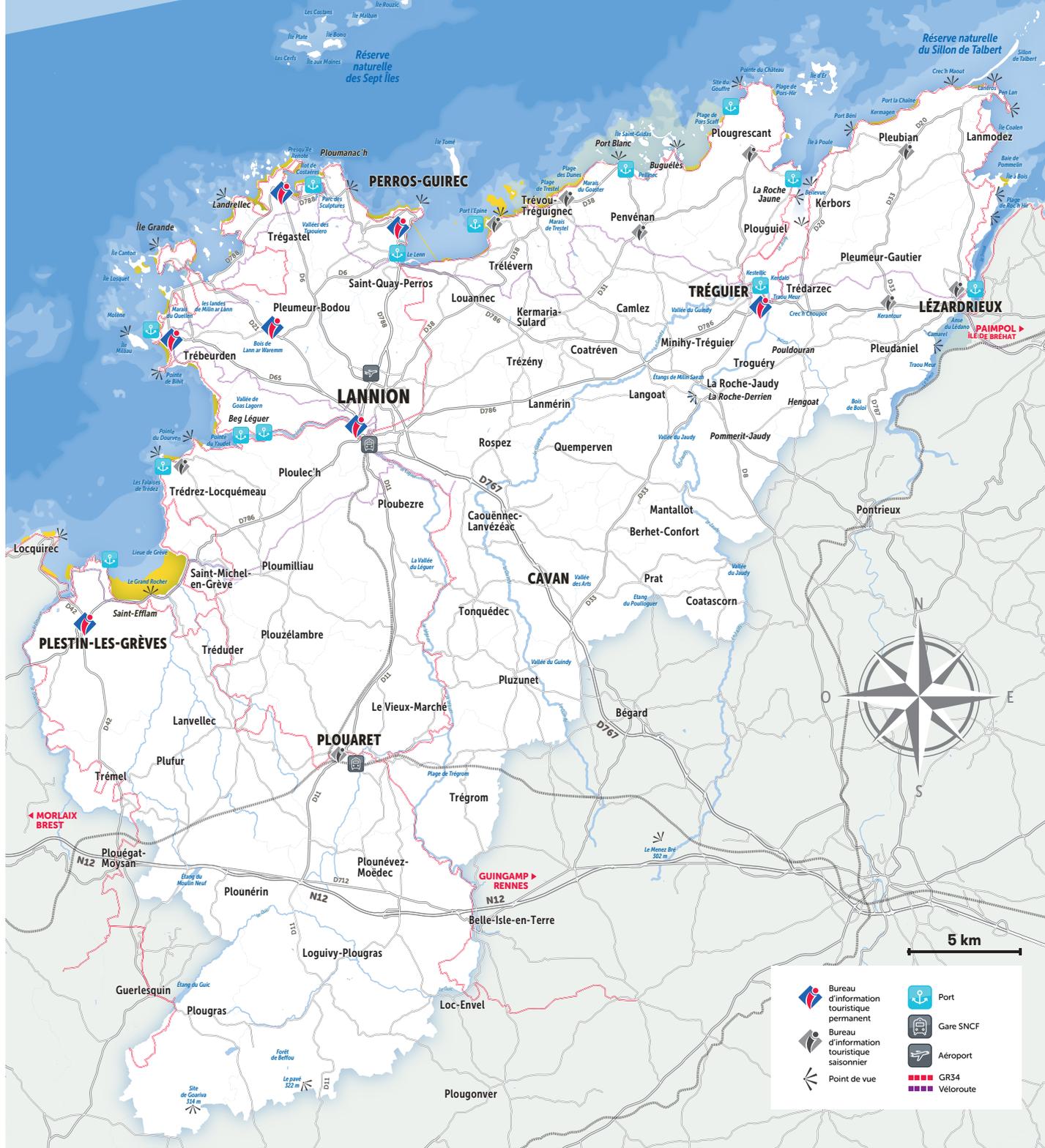
Création graphique / Graphic design and illustrations : Tactiques Communicatives - 02/2020

Impression / Printing : Imprimerie Vincent - 35 000 exemplaires

Remerciements / Acknowledgements : Merci à toutes celles et tous ceux qui contribuent au dynamisme et au développement de notre territoire. *Thank you to all of you who have played a part in boosting and developing tourism in our region and who are committed.*

Crédits photos / Photo credits : CRTB, A. Lamoureux, B. Begne, Y. Le Gal, E. Berthier, L'Œil de Paco, G. Konan, Hermaion, Ponant Surf & Studio, TI AR VRO, T. Poriel, Niclo Films, E. Hamon, Décl'Armor : G. Cloatre, R. Gaudier, M. Maheo, F. Turban, D. Flury, M. Mar, S. Jouon, M. Thiberville, M. Mahéo, T. Jeandot, B. Begne, Y. Josselin, H. Ronné, G. Larbi, A. Tual, Y. Derennes, Diaphane, MH. Buisset, B. Torrubia, Presko22, Lannion-Trégor Communauté, N. Gouzou, Y. Beolet, Mairie de Trévou-Tréguignec, C. Bossard, G. Leroi, B. Lamer, S. Cohen, R. Beausoleil, C. Marcheux, Y. Caradec, YS Paris, B. Louedin et D. de Serres, Raphodon, O. Letourneux, Spendeau, Lesanglier22, A. Kozel, P. Giraud, S. Dabernat, P. Villeger, P. Le Coz, Unsplash : A. Sharma, A. Yalcinkaya, A. Lomas, A. Delanoix, D. Nestic, E. Ahmed, F. Mooneeram, F.-J. Navarro-Hernandez, H. Phelps, J. Yap, J. Graj, K. Sockalingum, M. Michele, M. De Paola, S. Rae, T. Heftiba.

Numéro d'immatriculation au Registre des Opérateurs de Voyages et de Séjours : IM022100016



Exemples de temps de parcours

Examples of route durations / Fahrzeitbeispiele

- Lannion - Trégastel : 20 min
- Lannion - Lézardrieux : 30 min
- Lannion - Plouaret : 20 min
- Lannion - Plestin : 20 min

Une carte détaillée de la destination est disponible dans les bureaux d'information touristique ou sur www.bretagne-cotedegranitrose.com

A detailed map of the Destination is available in the Tourist Offices or on www.bretagne-cotedegranitrose.com

Eine detaillierte Karte der Feriendestination ist in den Fremdenverkehrsbüros erhältlich oder auf der Webseite www.bretagne-cotedegranitrose.com

COMMENT VENIR ?

How to get there? / Wie finden Sie her?

En voiture

By car / Anreise mit dem Auto

Voie express RN12, 2x2 voies gratuite entre Rennes et Brest, route de communication majeure de Bretagne Nord. La destination est ensuite traversée d'est en ouest par la D786, qui relie Paimpol, Lézardrieux, Tréguier, Lannion et Plestin-les-Grèves.

- 5h de Paris
- 3h de Nantes
- 1h45 de Rennes
- 1h15 de Brest,
- 45 minutes de Saint-Brieuc

The RN12 dual carriage way, the main road that commutes along northern Brittany between Rennes and Brest, is free. You can then travel from the East to the West of our Destination along the D786 that links Paimpol, Lézardrieux, Tréguier, Lannion and Plestin-les-Grèves.

- 5 hours from Paris • 3 hours from Nantes • 1h45 from Rennes
- 1h15 from Brest • 45 minutes from Saint-Brieuc

Kostenfreie, zweimal zweispurige Nationalstraße RN12 zwischen Rennes und Brest, Hauptverbindung im Norden der Bretagne. Die Landstraße D786 verbindet Paimpol, Lézardrieux, Tréguier, Lannion und Plestin-les-Grèves.

- 5 Stunden von Paris • 3 Stunden von Nantes
- 1 Stunde 45 Minuten von Rennes • 1 Stunde 15 Minuten von Brest
- 45 Minuten von Saint-Brieuc

En train

By train / Mit dem Zug

À 3h de Paris avec la Ligne à Grande Vitesse Bretagne - Pays de la Loire

- Gare TER - TGV de Plouaret-Trégor
- Gare multimodale de Lannion
- Gare de Paimpol
- Liaisons bus intercommunales Tibus et TILT

Infos : agence de voyages ou SNCF 3635 - www.oui.sncf

3 hours from Paris with the Ligne à Grande Vitesse Bretagne - Pays de Loire

- Plouaret Trégor TER - TGV Station
- Lannion Multimodal Station
- Paimpol Station
- Intercommunal Bus companies Tibus and Tilt

Further information : travel agency or SNCF 3635 - www.oui.sncf

Mit dem französischen Hochgeschwindigkeitszug « TGV Atlantique » 3 Stunden von Paris

- Bahnhof TER-TGV Plouaret-Trégor
- Multimodaler Bahnhof Lannion
- Bahnhof Paimpol
- Interkommunale Busverbindungen : Tibus und TILT

Weitere Informationen : Auf dem Reisebüro oder bei SNCF 3635 - www.oui.sncf

En avion

By plane / Mit dem Flugzeug

Aéroport de Brest : vols réguliers de Roissy, Orly, Bordeaux, Lille, Lyon, Marseille, Montpellier, Pau, Toulon, Toulouse, Genève, Londres ...

Infos : +33 (0)2 98 32 86 00 - www.brest.aeroport.bzh

Aéroport de Lannion ouvert aux vols privés

Infos : +33 (0)2 96 05 82 22 - www.lannion.aeroport.fr

Brest airport: scheduled flights from Paris Roissy, Paris Orly, Bordeaux, Lille, Lyon, Marseille, Montpellier, Pau, Toulon, Toulouse, Geneva, London...

Further information : +33 (0)2 98 32 86 00 - www.brest.aeroport.bzh

Lannion airport - private flights

Further information : +33 (0)2 96 05 82 22 - www.lannion.aeroport.fr

Brest Flughafen: Geplant Flugreisen von Paris Roissy, Paris Orly, Bordeaux, Lille, Lyon, Marseille, Montpellier, Pau, Toulon, Toulouse, Genf, London ...

Weitere Informationen: +33 (0) 2 98 32 86 00 - www.brest.aeroport.bzh

Lannion Flughafen - Privatflugreisen. Weitere Informationen : +33 (0)2 96 05 82 22 - www.lannion.aeroport.fr

En vélo

By bike / Mit dem Fahrrad

Location de vélos, hébergements adaptés, transports, voici quelques services pour faciliter la vie des cyclistes sur la destination :

Accueil vélo

Découvrez les services labellisés accueil vélo (hébergement, loueurs, office de tourisme...) à moins de 5 km de l'itinéraire Tour de Manche ou de la Vélo maritime comme le transfert de bagages ou l'abri à vélos sécurisé.

La Vélo maritime : le Tour de Manche

Itinéraire franco-britannique de 1 200 km comprenant la section Plestin Les Grèves - Paimpol (EV4)
Infos : www.lavelomaritime.fr

Louer un vélo à assistance électrique Vélek'Tro

Points de location sur tout le territoire et notamment dans nos bureaux d'information touristique, proches gare de Lannion, capitaineries.
Infos en page 31 et sur : www.bretagne-cotedegranitrose.com/mon-sejour/se-deplacer/velek-tro-le-velo-facile.html

Train et vélo

Retrouvez toutes les informations pour voyager en train avec son vélo sur : www.velo.sncf.com

Bus et vélo

Ligne 30 Lannion-Morlaix-Lannion équipée de racks en été.

Bateau et vélo

La Brittany Ferries vous permet de traverser la Manche de Plymouth à Roscoff. Puis possibilité de rejoindre la destination en suivant l'EV4. La Vélo maritime.
Infos : www.brittany-ferries.fr

En bateau

By boat / Mit dem Schiff

Une vingtaine de ports ou mouillages égrènent la côte pour accueillir les plaisanciers. Infos : www.bretagne-cotedegranitrose.com/fr/mon-envie/espace-mer/les-ports.html

Roughly two dozen ports and anchorages are spread out along the coast, open to all yachtsmen. For more info visit: www.bretagne-cotedegranitrose.com/fr/mon-envie/espace-mer/les-ports.html

Entlang der Küste stehen den Bootsfahrern ca. 20 Häfen mit Ankerplätzen zur Verfügung. Informationen : www.bretagne-cotedegranitrose.com/fr/mon-envie/espace-mer/lesports.html

En Bus

By bus / Mit dem Bus

Réseau Tibus

Transports inter-urbains
Infos : 0 810 22 22 22 - www.tibus.fr

Réseau Tilt

Service de billetterie dans nos Offices de Tourisme. Lignes régulières sur la destination et services à la demande. Infos : 02 96 05 55 55 - www.lannion-tregor.com/fr/deplacements/le-reseau-tilt.html

Mobili-Tilt

Vous trouverez dans ce guide des hébergements accessibles aux personnes ayant des difficultés de mobilité (pictogramme fauteuil roulant), voire labellisés Tourisme et Handicap. Afin de faciliter vos déplacements durant votre séjour, Lannion Trégor Communauté met à votre disposition le service Mobili-Tilt (dédié aux personnes à mobilité réduite et aux personnes de plus de 80 ans) : un véhicule adapté vous permettra d'effectuer vos trajets. Sur réservation uniquement au 02 96 05 55 55

www.bretagne-cotedegranitrose.com

contact@bretagne-cotedegranitrose.com

2 quai d'Aiguillon 22300 LANNION

02 96 05 60 70

INFORMATIONS PRATIQUES

Paractical informations / Nützliche Infos

Les bureaux d'information touristique de la destination



 **BUREAU DE LANNION**
2 quai d'Aiguillon
22300 Lannion
Tél. +33 (0)2 96 05 60 70

Toute l'année : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h.

Juillet et août : du lundi au samedi de 9h à 18h30. Dimanches et jours fériés : de 10h à 13h (en saison).

All year round: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 6 pm. In July and August: Monday to Saturday from 9.00 am to 6.30 pm. Sundays and bank holidays: from 10 am to 1 pm.

Ganzjährig: von Montag bis Samstag von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 18:00 Uhr. Im Juli und August: Montag bis Samstag von 9:00 bis 18:30 Uhr. Sonntags und an Feiertagen: von 10 bis 13 Uhr.

 **BUREAU DE PLESTIN-LES-GRÈVES**
Place du 19 mars 1962
22310 Plestin-les-Grèves
Tél. +33 (0)2 96 35 61 93

Du 1^{er} octobre au 31 mars :

Vacances scolaires : du lundi au samedi midi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30. Hors vacances scolaires : du mardi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30.

Avril à juin et septembre : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30.

En juillet et août : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h30. Dimanches et jours fériés : de 10h à 12h30 (de mi-avril à mi-septembre).

From 1st October to 31st March: from Tuesday to Friday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. During school holidays: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. Closed on Saturdays afternoon.

April to June and September: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. July and August: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 6.30 pm. Sundays and bank holidays: from 10 am to 12.30 pm (mid-April to mid-September).

Vom 1. Oktober bis 31. März: Dienstag bis Freitag : von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 17:30. Schulferien : Montag bis Samstag : von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 17:30. Samstag nachmittag geschlossen. April, Mai, Juni, September: Montag bis Samstag : von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 17:30. Im Juli und August: von Montag bis Samstag von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 18:30 Uhr. Sonntags und an Feiertagen: von 10:00 bis 12:30 Uhr.

 **BUREAU DE TRÉBEURDEN**
Place de Crec'h Hery
22560 Trébeurden
Tél. +33 (0)2 96 23 51 64

Octobre à mars : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30.

Avril à juin et septembre : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h.

Juillet et août : du lundi au samedi de 9h30 à 19h. Dimanches et jours fériés : de 10h à 13h.

From October to March: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. April to June and September: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 6 pm. July and August: from Monday to Saturday from 9.30 am to 7 pm. Sundays and bank holidays: 10 am to 1 pm

Oktober bis März: Montag bis Samstag von 9.30 bis 12.30 Uhr und von 14.00 bis 17.30.

April, Mai, Juni und September: Montag bis Samstag von 9.30 bis 12.30 Uhr und von 14.00 bis 18.00. Im Juli und August: Montag bis Samstag von 9:30 bis 19:00 Uhr. Sonntag und Feiertag: von 10:00 bis 13:00 Uhr.

 **BUREAU DE PLEUMEUR-BODOU**
11 rue des Chardons
22560 Pleumeur-Bodou
Tél. +33 (0)2 96 23 91 47

Toute l'année : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30, le samedi de 9h30 à 12h30.

Du 9 juillet au 25 août : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h. Dimanches et jours fériés : de 10h à 13h.

All year round: from Monday to Friday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. Closed on Saturdays afternoon. 9th July to 25th August: from Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 6 pm. Sundays and bank holidays: from 10 am to 1 pm.

Ganzjährig: Montag bis Freitag: von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 17:30. Samstag: von 9:30 bis 12:30. Samstag nachmittag geschlossen.

Vom 9. Juli bis 25. August: von Montag bis Samstag von 9:30 bis 12:30 Uhr und von 14:00 bis 18:00 Uhr. Sonntags und an Feiertagen: von 10:00 bis 13:00 Uhr.

 **BUREAU DE TRÉGASTEL**
Place Sainte-Anne
22730 Trégastel
Tél. +33 (0)2 96 15 38 38

Octobre à mars : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30 (hors vacances scolaires : fermé le samedi).

Avril à juin et septembre : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h.

Juillet et août : du lundi au samedi de 9h30 à 19h. Dimanches et jours fériés : de 10h à 13h.

From October to March: Monday to Saturday from 9.30 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm (closed on Saturdays except during holidays).

April to June and September: from 9.30 am to 12.30 am and from 2 pm to 6 pm Monday to Saturday. July and August: from 9.30 am to 7 pm Monday to Saturday. Sundays and bank holidays: from 10 am to 1 pm

Oktober bis März: Montag bis Samstag von 9.30 bis 12.30 Uhr und von 14.00 bis 17.30 (Samstags geschlossen, ausser in den Schulferien).

April, Mai, Juni und September: Montag bis Samstag 9:30 - 12:30 Uhr und 14:00 bis 18:00 Uhr. Im Juli und August: Montag bis Samstag von 9:30 bis 19:00 Uhr. Sonntags und an Feiertagen: von 10 bis 13 Uhr.

 **BUREAU DE TRÉGUIER**
Rue Marcellin Berthelot
Port de Plaisance
22220 TRÉGUIER
Tél. +33 (0)2 96 92 22 33

Octobre à mars : du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 17h30.

Avril à juin et septembre : du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h.

Juillet et août : du lundi au samedi de 9h30 à 18h30. Dimanches et jours fériés : de 10h à 13h.

From October to March: Monday to Saturday from 10 am to 12.30 pm and from 2 pm to 5.30 pm. April to June and September: Monday to Saturday from 10 am to 12.30 pm and from 2 pm to 6 pm. July and August: Monday to Saturday from 9.30 am to 18.30 pm. Sundays and bank holidays: 10 am to 1 pm

Oktober bis März: Montag bis Samstag von 10.00 bis 12.30 Uhr und von 14.00 bis 17.30 Uhr.

April, Mai, Juni und September: Montag bis Samstag von 10.00 bis 12.30 Uhr und von 14.00 bis 18.00 Uhr. Im Juli und August: Montag bis Samstag von 9:30 bis 18:30 Uhr. Sonntags und Feiertagen von 10:00 bis 13:00 Uhr.

Les Pôles

The groups of municipalities / Gemeindegruppen

Les activités de ce guide sont classées par zone géographique.

The activities in this guide has been classified by geographical area.

Die Aktivitäten in diesem Handbuch sind nach geografischen Gebieten geordnet



Baie de Lannion



Côte de Granit Rose



Lieue de Grève



Pôle de Cavan



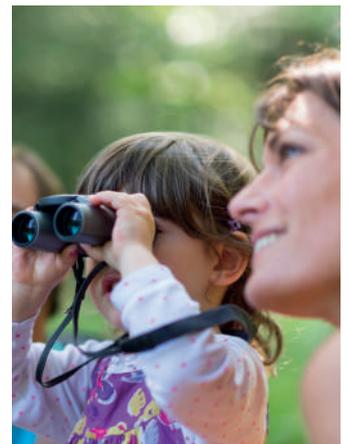
Pôle de Plouaret



Trégor Côte d'Ajones



Presqu'île de Lézardrieux



OFFICE DE TOURISME

CÔTE DE GRANIT ROSE

CULTIVER L'ESSENTIEL



Votre avis nous intéresse.
Partagez votre expérience de séjour
sur nos réseaux sociaux !



#cotedegrantroseetourisme

Nos engagements **Qualité**



- We can help you to plan your stay by providing advice that is tailored to your needs.
- Meet us at our Tourist Information Offices, where we are available and keen to listen.
- We have a range of services available to you, for which the times, prices, terms and conditions are available in French as well as other languages.
- Your opinion is important to us, so we welcome any comments you have on our Tourist Information Services or your holiday destination.
- We are committed to improving the quality of our service, and carefully analyse any feedback you give us.

- **Nous vous aidons** à préparer votre séjour en apportant des conseils personnalisés au plus proche de vos attentes.
- **Nous vous accueillons** dans nos bureaux d'information touristique avec toute notre écoute et une entière disponibilité.
- **Nous facilitons** le contact avec nos clients de langue étrangère.
- **Nous affichons clairement** les prix de nos prestations, les modalités de règlement et les horaires en français et langues étrangères.
- **Nous recueillons et prenons en compte** vos avis sur nos bureaux d'information touristique et sur la destination.
- **Nous nous engageons** à analyser vos retours afin d'être en constante amélioration de la qualité d'accueil en interne.

OFFICE DE
TOURISME CLASSE
CATEGORIE 1



Partenaires

Distinguez nos partenaires grâce à cet adhésif apposé sur leurs devantures.

Recognise our partners wherever you see this sticker displayed in their window. Erkennen Sie unsere Partner durch diesen Aufkleber im Schaufenster.

Wi-Fi facile

Easy Wi-Fi / Wi-Fi am Ferienort



GRATUIT

Accès Wi-Fi gratuit, illimité et sécurisé pour surfer sur Internet librement dans les Offices de tourisme et chez certains partenaires (communes et professionnels du tourisme).

Le réseau **Wi-Fi_COTEDEGRANITROSE** se souvient de vous !

Reconnexion automatique à l'approche de nos bornes Wi-Fi, quelle que soit la commune. Relancez juste votre navigateur !

Liste complète des bornes Wi-Fi sur www.bretagne-cotedegrantrose.com

Unlimited, secure and free Wi-Fi access, for surfing the web, is available at the Tourist Offices as well as many local communes and tourist businesses. And the Wi-Fi_COTEDEGRANITROSE network never forgets! You will automatically be reconnected as you reach the Wi-Fi hotspots, whatever commune you are in, you just have to restart your web browser! For the list of Wi-Fi hotspots visit: www.bretagne-cotedegrantrose.com

Kostenloser, gesicherter und unbegrenzter Wi-Fi-Internetzugang in unseren Fremdenverkehrsbüros und bei unseren Partnern (Gemeinden und Tourismusfachleuten). Das Wi-Fi-Netzwerk _COTEDEGRANITROSE wird sich an Sie erinnern! In allen Gemeinden automatischer Internetanschluss in der Nähe der Wi-Fi-Stationen durch erneutes Starten Ihres Browsers. Komplette Liste der Wi-Fi-Stationen: www.bretagne-cotedegrantrose.com

Eco-gestes

LORS DE MON SÉJOUR,

je contribue au développement des économies et des savoir-faire locaux en achetant des produits régionaux par exemple.

During your stay, please support local businesses and know-how by buying local products for example.

Während meinem Aufenthalt. Lege ich ein energiebewusstes Verhalten an den Tag und unterstütze das lokale Know-how, indem ich beispielsweise regionale Produkte erwerbe.

BILLETTERIE & VISITES

Ticket office and tours / Fahrkartenschalter und Führungen



OFFICE DE TOURISME

**CÔTE
DE GRANIT
ROSE**

CULTIVER L'ESSENTIEL

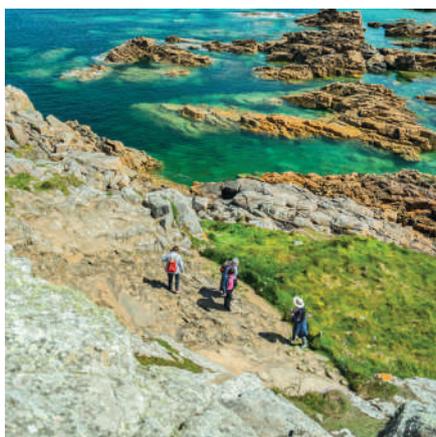
Vous êtes en séjour, de passage, vous accueillez des visiteurs pendant les vacances ?

L'office du tourisme vous a concocté un programme riche de découvertes et d'échanges.
Suivez nos guides et embarquez pour une visite insolite !



DES SAVOIR-FAIRE D'EXCEPTION & DES HOMMES PASSIONNÉS

Partez à la rencontre d'artisans
aux savoir-faire uniques : petits
producteurs, artisans d'art, artistes,
vous dévoileront avec passion les secrets
de leurs métiers et traditions.



DES SITES NATURELS ÉPOUSTOUFLANTS

Dans les pas de nos guides nature
découvrez le long des sentiers,
un territoire préservé tissé entre
terre et mer.



SI LE TRÉGOR M'ÉTAIT CONTÉ...

Un parcours original ponctué
de petites anecdotes, de drôles
de légendes et de grandes histoires
pour plonger au cœur de nos
Petites Cités de Caractère et Cités d'Art.

Le programme vous attend dans nos bureaux d'information touristique et sur le site internet :

www.bretagne-cotedegranitrose.com

PASSEZ NOUS VOIR ET RÉSERVEZ VOS ACTIVITÉS !

RENDEZ-VOUS DANS UN DES BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE
DE LA DESTINATION **BRETAGNE - CÔTE DE GRANIT ROSE**



VIVIEZ L'EXPÉRIENCE
OCÉANOPOLIS !



CHÂTEAU DE TONQUEDEC,
UNE PLONGÉE AU MOYEN-ÂGE



CAPITAINE D'UN JOUR :
10 ACTIVITÉS NAUTIQUES
À PORTÉE DE TOUS !



L'ÉCLIPSE BOWLING
& LASER-GAME



VELEKTRO : LOUEZ
UN VÉLO À ASSISTANCE
ÉLECTRIQUE



CITÉ DES TÉLÉCOMS

ENVIE D'ACTION, DE SPORT ET DE DÉCOUVERTE ?

RÉSERVEZ VOS ACTIVITÉS À L'OFFICE DE TOURISME !



VILLAGE GAULOIS



AQUARIUM MARIN :
DÉCOUVREZ LA FAUNE
ET LA FLORE



EXCURSIONS EN BATEAU

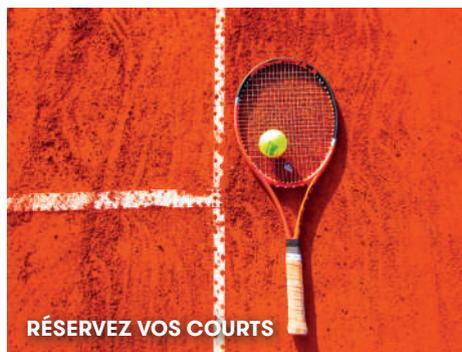


PLANÉTARIUM DE BRETAGNE

PASS RADÔME EN OFFICE DE TOURISME
1 PARC - 3 UNIVERS = -20%



ACHETEZ VOS CARTES DE PÊCHE



RÉSERVEZ VOS COURTS



FESTIVAL DE BUGUÉLES
LES 24 ET 25 JUILLET

ET BIEN D'AUTRES ACTIVITÉS À RÉSERVER AVEC VOTRE OFFICE DE TOURISME...



Demat Kenavo Yec'hed Mat

**Ces expressions
sont le signe
de votre arrivée
en terre bretonne !**

Saviez-vous que le breton, cette langue celtique, est l'une des plus vieilles langues européennes ?
Elle compte aujourd'hui près de 200 000 locuteurs.

Principalement orale, son écriture s'est standardisée à partir du XX^e siècle. On la pratique toujours dans le Trégor, dans les bistrotts, aux marchés et dans les écoles !

UNE LANGUE FESTIVE QUI S'ENSEIGNE TOUJOURS

Près de 10 % des enfants, dès leur plus jeune âge, sont scolarisés en filière bilingue dans le Trégor-Goëlo : au sein de l'éducation nationale Div Yezh, de l'enseignement catholique Dihun ou du système immersif associatif Diwan. Les élèves peuvent commencer dès la maternelle et poursuivent jusqu'au lycée.

Depuis quelques années, l'Office Public de la Langue Bretonne aide les collectivités à rendre visible la langue bretonne dans la vie publique : publications, signalétique, panneaux routiers... Si vous souhaitez vous y mettre, Ti Ar Vro (Maison de la culture bretonne)⁽¹⁾ à Cavan vous proposera des cours tout au long de l'année. N'hésitez pas à les contacter !⁽²⁾

Vous pouvez aussi vous familiariser avec le breton lors de festivals ou festoù-noz... De nombreux événements sont organisés toute l'année dont les fameuses veillées du Trégor de novembre à avril.

MAIS D'AILLEURS, C'EST QUOI UN FEST-NOZ ?

Le fest-noz c'est la fête de nuit, la festivité bretonne par excellence. D'ailleurs le saviez-vous, le fest-noz a été classé au patrimoine mondial de l'UNESCO en 2012 ?



Né dans les années 1950, il est une institution bretonne. Aujourd'hui, petits et grands investissent les salles de fêtes ou parquets de danse tous les samedis soir pour danser au son du biniou, de la bombarde, et autres instruments joués par les groupes, couples de sonneurs ou bagadoù locaux. (Un bagad est un ensemble musical ressemblant aux pipe bands écossais et composé de 3 pupitres : bombardes, cornemuses écossaises et batterie/percussions.)

L'avantage du fest-noz ? il se pratique en famille, il suffit juste de se lancer !⁽³⁾

La Bretagne est une des régions de France où se déroulent le plus de festivals. Il y en a pour tous les goûts. La plupart des festivals de culture bretonne sont fédérés au sein de Gouelioù Breizh. Vous trouverez ainsi toutes les informations nécessaires sur leur site⁽⁴⁾. Ce sont souvent dans ces fêtes que vous entrez en contact avec la population locale. Alors rejoignez-nous !

UN ÉTENDARD AU NOM DE GWEN HA DU ?

Mais si, vous le connaissez ! C'est le drapeau noir et blanc que l'on voit flotter lors de rassemblements bretons, mais aussi partout dans le monde lors d'événements sportifs ou festifs !

« Gwen Ha Du » signifie littéralement blanc et noir. Il a été dessiné entre 1923 et 1925 par un nationaliste breton du nom de Morvan Marchal qui s'est inspiré du drapeau américain et du blason de Rennes.

Les bandes noires représentent les pays de langue galloise : pays rennais, nantais, dolois, malouin et Penthievre. Les bandes blanches représentent les pays bretonnants : Léon, Trégor, Cornouaille et Vannetais.

Les hermines rappellent le duché de Bretagne. En effet, les hermines étaient présentes dans les armes des ducs de Bretagne.

C'est un des symboles de notre région, tout aussi emblématique que le jeu de boules bretonnes dont les concours sont toujours au programme des fêtes patronales. Ou bien encore le triskell, ce symbole celtique évoquant l'idée d'un cycle. Les différentes branches peuvent correspondre aux 3 éléments (et non, il ne s'agit pas des éléments bretons à savoir beurre, sucre et farine qui font le légendaire kouign-amann) mais plutôt eau, terre et feu ou encore les mouvements du soleil : lever, zénith et coucher.

Et si après tout ça il vous vient des envies de vous mettre au breton on vous laisse un petit lexique pour épater vos amis une fois rentrés à la maison.

⁽¹⁾ www.tiavro22.bzh
⁽²⁾ www.brezhoneg.bzh
⁽³⁾ www.tamm-kreiz.bzh
⁽⁴⁾ www.gouelioubreizh.bzh

Le lexique Breton

The breton lexicon /
Das bretonische Lexikon

- BREIZH : Bretagne
- AMANN : beurre
- BARA : pain
- HOLEN : sel
- KEUZ / FOURMAJ : fromage
- KIG : viande
- KRAMPOUEZH : crêpes
- PEBR : poivre
- PESKED : poisson
- SISTR : cidre
- SUKR : sucre
- DOUR : eau
- DEMAT : bonjour
- KENAVO : au revoir
- TRUGAREZ : merci
- VAKANSOÙ MAT
bonnes vacances
- YEC'HED MAT ! :
à votre santé !
- SALUD TOUT AN DUD ! :
Salut tout le monde !
- DEMAT D'AN HOLL ! :
Bonjour à tous !
- DONEMAT E BREIZH :
Bienvenue en Bretagne
- MAT AR JEU ? : Ça va ?
- PENAOZ 'MAÑ KONT ? :
Comment ça va ?
- MONT 'RA MAT ! : Ça va bien !
- DISPAR / DREIST ! : Super !
- DERC'HEL DA VONT :
Ça continue.
- PETRA EO DA ANV ? :
Quel est ton nom ?
- MAËLAN EO MA ANV :
Je m'appelle Maëlan.
- PIV OUT-TE ? : Qui es-tu ?
- UR BANNAC'H 'PO ? :
Vous buvez un coup ?
- UR BANNAC'H 'TO ? :
Tu bois un coup ?
- O, YA, GANT PLIJADUR ! :
Oh, oui, avec plaisir !
- MAR PLIJ. : S'il vous plaît.
- PETRA 'PO DA EVAÑ ? :
Que voulez-vous boire ?
- UR BANNAC'H GWIN :
Un peu de vin
- UR WERENNAD CHISTR :
Un verre de cidre.
- UR VOUTAILHAD BIER :
Une bouteille de bière
- UN TASAD KAFE :
Une tasse de café
- YEC'HED MAT ! : À la vôtre !
- KOMZ A RIT BREZHONEG ? :
Vous parlez breton ?
- BRAV EO AN AMZER : Il fait beau
- KEN AR C'HENTAÑ ! : À la prochaine !
- KENAVO ! : Au revoir !
- KEN AR WECH ALL ! :
À une autre fois !

DÉTENTE

LEISURE AND RELAXATION / FREIZEIT UND ENTSPANNUNG / DISTENNAÑ

En famille, entre amis, à deux... profitez d'un moment de détente



**73 LES PARCS DE LOISIRS
ET DÉCOUVERTE**

DISCOVERY AND RECREATION
PARKS - ENTDECKUNG UND
ERHOLUNGSPARKS

**79 LES PARCS ANIMALIERS
ET AQUARIUMS**

ZOOS AND AQUARIUMS -
ZOOS UND AQUARIEN

**82 LES ACTIVITÉS
À SENSATION**

SENSATIONAL ACTIVITIES -
SENSATIONELLE AKTIVITÄTEN

84 LES PISCINES

AQUATIC CENTRES -
WASSERZENTREN

86 LE GOLF

GOLF - GOLF

87 LES ACTIVITÉS SPORTIVES

SPORTS ACTIVITIES -
SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

88 LE BIEN-ÊTRE

WELLNESS - WELLNESS

90 LES CINÉMAS

CINEMAS - KINOS

91 LES CAFÉS-CONCERTS

CAFÉS/CONCERTS -
CAFÉS/KONZERTE



► **LES PARCS DE LOISIRS ET DÉCOUVERTE** ◀
 DISCOVERY AND RECREATION PARKS - ENTDECKUNG UND ERHOLUNGSPARKS

L'EXPO QUI VOUS PARLE

LA VOIX

Une exposition conçue et réalisée par : **cité sciences et industrie**

En partenariat avec : **ina** **ircam Centre Pompidou**

• des fonds dans l'air - Crédit photo: Getty Images

BRETAGNE

JEUX, ANIMATIONS, EXPOSITIONS, JARDIN DES SCIENCES, SPECTACLE "SON & LUMIÈRE" SOUS UN MONUMENT HISTORIQUE...

Cité des télécoms

Parc du Radôme - Pleumeur-Bodou

OFFICE DE TOURISME

CÔTE DE GRANIT ROSE

CULTIVER L'ESSENTIEL

PASS RADÔME

-20% 3 univers : Cité des télécoms, Village Gaulois et Planétarium de Bretagne à -20%

Rendez-vous dans nos bureaux d'information touristique pour profiter de cette offre exclusive !



CITÉ DES
TÉLÉCOMS

PLANÉTIARIUM
DE BRETAGNE

LE VILLAGE
GAULOIS

1 PARC



WWW.PARCDURADOME.COM



Cité des
télécoms



Planétarium
de Bretagne

LE - LE -
VILLAGE
GAULOIS
PARC DE LOISIRS SOLIDAIRE

LOISIRS & DÉCOUVERTES

ROUTE DU RADÔME - 22560 PLEUMEUR-BODOU



des ronds dans l'eau - Crédit photo : Thinkstock

CITÉ DES TÉLÉCOMS



PLEUMEUR-BODOU

Parc du Radôme



UNE EXPÉRIENCE UNIQUE À VIVRE EN FAMILLE

Plus de 3 heures de visite avec des expos, des animations, des jeux... et un spectacle « son & lumière » sous l'immense bulle blanche du Radôme, qui pourrait accueillir l'arc de triomphe. Découvrez l'expo interactive « La voix, l'expo qui vous parle », partagez près de 250 ans d'histoire des télécoms jusqu'au monde connecté d'aujourd'hui, participez au jeu en extérieur « GPS Connect »...
Tout le programme sur : www.cite-telecoms.com

Ouvert tous les jours du 1^{er} avril au 30 septembre et vacances scolaires hors saison (zones A/B/C).

Tarifs

Adulte **9 €**
Senior (65 ans et +) **7,50 €**
Jeune (12-17 ans) **6 €**
Enfant en famille (moins de 12 ans) **Gratuit**
Famille (2 adultes + 2 jeunes) **24 €**
Enfant supplémentaire **4 €**

Plus d'infos 24h/24

02 96 46 63 80
www.cite-telecoms.com

VILLAGE GAULOIS



PLEUMEUR-BODOU

Parc du Radôme



UN PARC DE LOISIRS HORS DU COMMUN

Dans un cadre enchanteur, vivez une journée inoubliable en famille ou entre amis. 40 jeux originaux et nouvelles activités pour découvrir en s'amusant la vie des gaulois. La présence d'un village africain rappelle la vocation humanitaire du parc et son action en faveur des écoles du nord du Togo. Un lieu pour s'amuser, s'évader, se détendre et apprendre. Aires de pique-nique et crêperie.

Ouvert du 1^{er} avril au 30 septembre.

Avril : ouvert 7j/7. Mai : ouvert tous les jours sauf le samedi 16. Juin et septembre : ouvert tous les jours de 12h à 18h sauf les samedis. Juillet et août : ouvert tous les jours de 10h30 à 19h.

Animations prévues les 18 et 19 avril 2020 (fête du fer) et le 27 septembre 2020 (fêtes des vieux métiers).

Tarifs

Adulte **6 €**
Enfant (3 à 14 ans) **5 €**
Famille 2 adultes + 2 enfants ou 1 adulte + 3 enfants **20 €**

Plus d'infos

02 96 91 83 95 /
06 71 10 30 26
levillagegaulois.org

PLANÉTARIUM DE BRETAGNE



PLEUMEUR-BODOU

Parc du Radôme



UNE FORMIDABLE IMMERSION DANS LE TEMPS ET L'ESPACE

L'envie d'en apprendre plus sur l'Univers qui nous entoure ? Grâce à ses spectacles adaptés à tous les âges, le Planétarium de Bretagne vous transporte à la découverte des planètes, des étoiles et bien plus encore ! Doté d'un écran-dôme à 360°, nos spectacles vous feront voyager en immersion dans l'espace ! Nouveau spectacle « Le Soleil, notre étoile » à partir du 5 avril.

Ouvert du 9 février au 30 décembre. Tous les jours pendant les vacances scolaires (Zones A/B/C). Hors vacances, contacter le répondeur 24h/24 : 02 96 15 80 32

Tarifs

Adulte + de 18 ans **7,50 €**
Tarif réduit* **6,75 €**
Enfant (5 à 17 ans) **6 €**
Famille (2 ad. + 2 enf.) **21 €**
Enfant supplémentaire **3 €**
Enfant - 5 ans **Gratuit**
Carte Ambassadeurs, valable 1 an, accès limité **30 €**
*étudiants, demandeurs d'emploi, personnes en situation d'handicap, 65 ans et +)

Plus d'infos 24/24

02 96 15 80 32
Contact : 02 96 15 80 30
www.planetarium-bretagne.fr

PLUS INFORMATIONS
SUR NOTRE SITE :

www.parcduRADOME.com

CENTRE DE DÉCOUVERTE DU SON



CAVAN

Kerospic



Un parc de loisirs en pleine nature, à 10 minutes de Lannion, pour découvrir de multiples activités ludiques et originales, s'amuser avec les sons et s'éveiller à l'écoute.

Sentier Musical : un parcours inventif dans une vallée boisée à la rencontre d'expériences sonores surprenantes et amusantes.

Jardin Sonifère : (ouvert l'été) un jardin, une promenade. Vos oreilles n'auront plus de secret pour vous !

Cabanes d'Écoute : et si, à l'occasion d'une sieste, vous preniez le temps d'écouter ?

Ouvert du 4 avril au 1^{er} novembre. Les dimanches, jours fériés et vacances scolaires de 13h à 17h30 (fermeture du site à 19h30).

Tarifs

Adulte **7,50 €**
Enfant - de 15 ans **5,50 €**
(4 € à partir du 3^e)

Plus d'infos

02 96 54 61 99
contact@cdson.org
www.cdson.org



ÉCOCENTRE TRÉGOR



PLEUMEUR-BODOU

Route du Radôme



PARC DE LOISIRS ÉCOLOGIQUE

Sur 2 hectares de forêt et de prairies, venez jouer avec les énergies renouvelables, butiner des idées dans notre jardin, flâner sur le parcours pieds nus et vous infuser de land art sur le sentier nature. Chaque jour, participez à une animation ! Envie d'aventure ? Venez tester notre escape game en pleine nature ! Toutes les informations sur www.ecocentre-tregor.fr et notre page Facebook.

Ouvert du 29 mars au 30 septembre

D'avril à juin et septembre : mercredi et dimanche et jours fériés de 14h à 18h. Juillet-août : du dimanche au vendredi de 10h30 à 18h30. Groupes / scolaires / entreprises : tarifs, horaires et animations sur réservation.

Tarifs

Adulte 6 €
De 5 à 12 ans 5 €
- de 5 ans **Gratuit**
Escape game de 12 à 16 €
(à partir de 11 ans)

Plus d'infos

06 40 56 84 46
www.ecocentre-tregor.fr

CITY SPORT



LANNION

ZA de Bel Air - Route de Morlaix



City Sport est un complexe multi sport unique accessible à l'ensemble de la famille à partir de 6 ans. On peut y pratiquer du foot en salle sur 2 terrains, du squash sur 3 terrains, de l'escalade avec un espace de grimpe de plus de 350 m² et plus de 120 blocs, du trampoline avec une structure XXL de plus de 150 m² et du padel sur un terrain (sport de raquette qui mixte le squash, tennis et badminton).

City Sport dispose également d'un espace bar et restauration pour se retrouver après l'effort autour d'un verre.

City Sport propose également l'organisation d'événements (anniversaire, séminaire, repas d'entreprise...)

À très vite à City Sport.

Ouvert 7/7 toute l'année à partir de 10h.

Tarifs

Foot de 5 à 7 €
Trampoline de 4 à 8 €
Squash de 6 à 8 €
Escalade de 9 à 10 €
(chaussons en location 1 €)
Padel de 6 à 8 €

Plus d'infos

02 96 45 52 17
www.city-sport.fr
Facebook : citysportlannion

BOWLING L'ÉCLIPSE



LANNION

ZC Le Lion Saint-Marc



L'Éclipse vous propose ses 10 pistes de bowling avec barrières & rampes pour enfants, une salle d'arcade avec plus de 20 jeux vidéo et 4 billards !

Défiiez-vous dans notre Laser Games jusqu'à 18 joueurs et sans réservation !

Nouveauté : l'aire de jeux pour enfant jusqu'à 12 ans, parcours aériens, toboggans, trampoline, piscines à balles, circuit de motos électriques... Un univers de jeux dédié aux enfants sous la surveillance des parents. Gratuit pour l'achat d'un menu Kid au restaurant du bowling.

Toute l'année, 7 jrs/7 midi et soir en vacances scolaires.

Tarifs

Bowling de 7,50 € à 8 €
Laser Games 8,50 €
Aire de jeux 7,50 €

Plus d'infos

02 96 14 14 74
www.tregor-bowling.com

ARMORIPARK



BÉGARD

Gwenezhan



Ouvert d'Avril à Septembre

Gwenezhan
22140 BÉGARD
02 96 45 36 36

www.armoripark.com

Parc de loisirs pour toute la famille : centre aquatique intérieur et extérieur, eau chauffée à 29° (3 toboggans géants), luge d'été, mini-golf, trampolines géants, pédalos, structures gonflables, manège à eau, animaux de la ferme, pentogliss (toboggan géant 6 pistes), la Forêt des Ouisitis, la Pyramide de Cordes, Bateaux Mississippi, tyrolienne de 150 m et 300 m² de filets dans les arbres ! Parking gratuit, pique-nique autorisé, restauration rapide sur place.

Ouvert d'avril à septembre.

Du 4 avril au 28 juin et du 1^{er} au 20 septembre : ouvert le mercredi de 14h à 18h ainsi que les week-ends, vacances de Pâques et fériés de 11h à 18h.
Du 1^{er} juillet au 31 août : ouvert tous les jours de 11h à 18h30.

Tarifs

Mercredi (hors vacances scolaires) 5 €
Basse saison : Adulte 10 €, Enfant (4-12 ans) 9 €, Réduit 7 €, Famille 34 €**
Haute saison : Adulte 13 €, Enfant (4-12 ans) 12 €, Réduit 10 €, Famille 44 €**

*PMR, étudiants, retraités, demandeurs d'emploi sur présentation d'un justificatif

**2 adultes et 2 enfants ou 1 adulte et 3 enfants (Enfant supplémentaire + 5 € en basse saison et + 7 € en haute saison)

Plus d'infos

02 96 45 36 36
www.armoripark.com - armoripark-begard@wanadoo.fr

LA RÉCRÉ DES 3 CURÉS



MILIZAC

Les Trois Curés



Envie de détente, de passer un bon moment avec des amis ou en famille ? Les petits et les grands enfants se retrouvent au parc d'attractions « La Récré des 3 Curés », situé à Milizac (5 minutes de Brest).

Des dizaines d'activités ludiques vous attendent sur les 17 ha du parc : trampolines, balades sur le lac, mini-ferme, 3000 m² de jeux couverts, manèges pour enfants comme la chevauchée sauvage, le Tchou tchou moulig, le Baron rouge... Et des attractions à sensations fortes comme le Grand Huit, le River Splash, le Bob's, le Mambo, la Pieuvre, le Rêve d'Icare, le Spootus ou encore le Cinéma 6D !

En saison, profitez d'Aquatico, l'espace aquatique ludique avec ses 2 bassins dont un réservé aux tout petits. Espaces de restauration et boutique.

Nouveauté 2020 : le super Roller Coaster VERTIKA !

Infos pratiques / jours et horaires d'ouverture du parc : [Consulter notre site internet : larecresdes3cures.fr](http://www.larecresdes3cures.fr)

Tarifs

12 ans et plus 20 €
Moins de 12 ans 17,50 €
Gratuit pour les moins d'un mètre.

Plus d'infos

02 98 07 95 59
www.larecresdes3cures.fr
larecresdes3cures@wanadoo.fr

MILMARIN



PLOUBAZLANEC

16 rue de la Résistance



Marins d'ici et d'ailleurs, d'hier et d'aujourd'hui... Situé à Ploubazlanec, entre Paimpol et Bréhat, Milmarin raconte la grande aventure maritime du territoire.

Le musée Mémoire d'Islande présenté par des descendants de pêcheurs et passionnés, vous plonge dans l'aventure de la grande pêche sur les bancs de Terre Neuve et au large des côtes islandaises.

L'exposition L'appel du large fait découvrir le monde méconnu et gigantesque de la marine marchande, raconté par les marins du Goëlo.

Ouvert toute l'année. Horaires en fonction des saisons. Renseignements au 02 96 55 49 34 ou sur Facebook : Milmarin.

Tarifs

Plein tarif 5,80 €
Tarif réduit 3,20 €
(6-11 ans, étudiants, demandeurs d'emploi, enseignants, personne en situation de handicap)
Gratuit de 0 à 5 ans

Plus d'infos

02 96 55 49 34
milmarin@guingamp-paimpol.bzh
Facebook, Youtube : Milmarin
guingamp-paimpol-agglo.bzh

ÉCOMUSÉE DE PLOUIGNEAU



PLOUIGNEAU

Rue de la Gare (près de l'église)



Situé dans le nord Finistère, à la frontière des Côtes d'Armor, l'écomusée de Plouigneau retrace l'évolution du monde rural de 1900 à 1960. Tout un village est reconstitué sur un espace de 8000 m². On y retrouve les bâtiments d'élevage et les métiers d'autrefois (sabotier, forgeron, boulanger, menuisier, salon de coiffure, bar / épicerie à l'ancienne... On y découvre la galerie agricole (en perpétuelle évolution) mais aussi la maison d'habitation : le mobilier (lit clos), les ustensiles et les objets de la pièce à vivre de la fin du XIX^e siècle. Un détour par l'école communale de 1940 avant de s'adonner aux jeux en bois et aux tracteurs à pédales. Animations et ateliers divers tous les mardis, mercredis et vendredis de juin au 30 septembre et pendant les vacances de la Toussaint. Chiens tenus en laisse autorisés.

Ouvert du 1^{er} avril au 31 octobre. Du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 18h. Le dimanche : 14h - 18h (du 16 juin au 30 septembre). Ouvert toute l'année pour les groupes sur réservation.

Tarifs

Adulte / Plein tarif 5,50€
Enfant 2 € (6 à 12 ans)
/ 3 € (13 à 18 ans)

Plus d'infos

02 98 79 85 80
contact@ecomusee-plouigneau.fr
www.ecomusee-plouigneau.bzh





Planétarium de Bretagne

Parc du Radôme

BRETAGNE

L'Univers à portée de main

2020



2020,
une année
SOLAIRE!

© 2019/2020 - ANSA/DAK
ESTABLISHED IN 1985



Tout le programme et les événements sur www.planetarium-bretagne.bzh

Contact Parc du Radôme - 22560 Pleumeur-Bodou - Tél. 02 96 15 80 30



▶ LES PARCS ANIMALIERS ET AQUARIUMS ◀

ZOOS AND AQUARIUMS - ZOOS UND AQUARIEN

LA FERME ENCHANTÉE



LANNION

23 chemin de Conventant Goalès



À découvrir dans un cadre naturel, une ferme authentique, instructive et pédagogique où les animaux sont choyés. Il est permis de les brosser, approcher, caresser, nourrir et de promener les petits lapins ! Un vrai bonheur dans les champs. Une visite à faire par tous les temps et pour tous ! Bonne visite !

Vacances de Pâques, vacances d'été et vacances de la Toussaint : ouvert tous les jours de 14h à 19h.

Mai, juin, septembre et octobre : ouvert le mercredi, samedi et dimanche de 14h à 19h.

Ouvert toute l'année sur réservation pour les groupes (scolaires et handicapés).

Tarifs

Adulte 6 €
Enfant 4 €

Plus d'infos

02 96 37 03 05
denise.guezou@gmail.com
lafermeenchanteedegoales.wordpress.com

LA COMBE AUX ÂNES

LANVELLEC

1 Traou Deffen



LA COMBE AUX ANES : UNE ACTIVITÉ ORIGINALE POUR PETITS ET GRANDS !

Florence et Philippe vous proposent de vivre une expérience originale avec des balades à dos d'ânes pour les petits, des randonnées pour les plus grands, des balades à thèmes en groupes parents/enfants avec goûter, en compagnie de leurs ânes et des visites amusantes de la mini-ferme. Accessible dès 18 mois avec la baby charrette.

Ouvert toute l'année sur réservation de 9h à 18h.

Mini ferme le mercredi, samedi et dimanche à 15h.

Visite de groupe et collectives : sur réservation. Nos activités et horaires peuvent être modifiés en fonction de la météo.

Tarifs

Balades selon parcours
de 15 € à 55 €
Balade groupe de 6 € à 12 €
par personne (selon âge)
Mini ferme de 3 € à 5 €

Plus d'infos

07 50 69 38 26
contact@lacombeauxanes.com
www.lacombeauxanes.com

AQUARIUM MARIN DE TRÉGASTEL



TRÉGASTEL

Boulevard du Coz-Pors



Niché au cœur d'un chaos de granit rose exceptionnel, à 50 mètres de la plage du Coz- Pors, l'Aquarium Marin de Trégastel invite à la découverte de la faune sous-marine locale.

La visite s'articule en trois zones qui permettent de découvrir et d'observer les habitants de la Manche et leurs lieux de vie.

De nombreuses animations y sont proposées tout au long de l'année : visites guidées, sorties découverte, ateliers, expositions, découverte du phénomène des marées, etc.

Ouvert du 9 février au 1^{er} novembre et du 20 décembre au 3 janvier 2021.

Tarifs

Adulte 8,30 €
Jeune (12 à 17 ans) 6,40 €
Enfant (4 à 11 ans) 5,70 €
Tarif famille 23 €
Gratuit pour les enfants de moins de 4 ans

Plus d'infos

02 96 23 48 58
www.aquarium-tregastel.com
contact@aquarium-tregastel.com



AQUARIUM DES CURIEUX DE NATURE



BELLE-ISLE-EN-TERRE

2, rue Crec'h Ugen



Au cœur de la vallée du Léguer, faites connaissance avec la faune et la flore des rivières de Bretagne. Sur plus de 200 m², les quelques 200 poissons d'une vingtaine d'espèces locales vous raconteront l'histoire de la rivière sauvage du Léguer. L'Aquarium vous propose également des visites guidées, des expositions, des sorties nature. Durée moyenne de la visite : 1 h.

Ouvert de 14h à 18h.

Vacances d'hiver et de Pâques (zone B), de la Toussaint et d'été : tous les jours, sauf le samedi. Hors vacances scolaires, entre février et novembre : mercredi, dimanche et jours fériés.

Fermé à partir de 4 novembre 2019.

Pour les groupes, ouvert toute l'année sur réservation.

Tarifs
Plein tarif 4 €
De 5 à 12 ans 3 €
Moins de 5 ans **gratuit**
Visite guidée en groupe 30 €

Plus d'infos
02 96 43 08 39
www.eau-et-rivieres.org/aquarium-des-curieux-de-nature



Océanopolis



BREST

Port de Plaisance du Moulin Blanc



Océanopolis vous invite à la découverte de l'océan. Un espace unique en France par son approche à la fois scientifique et spectaculaire de la vie marine. Découvrez à travers nos 3 pavillons thématiques l'incroyable diversité des milieux marins, de la Bretagne aux pôles, en passant par les tropiques, à la rencontre de phoques, manchots, loutres, requins, poissons et crustacés... En tout, près de 1 000 espèces animales sont présentées à Océanopolis !

Pour faire de votre visite une journée inoubliable, Océanopolis vous propose toute l'année et pour toute la famille, des animations et de nombreux espaces interactifs. Boutiques et restaurants à votre disposition.

En 2020, Océanopolis célèbre son 30^e anniversaire : des événements et des surprises sont attendus toute l'année.

Horaires 2020 toutes saisons disponibles sur le site internet : www.oceanopolis.com. Attention, les promos billetterie ne restent accessibles que depuis www.oceanopolis.com

Tarifs
Adulte 21,30 €
Étudiant et jeune (de 14 à 17 ans) 16,10 €
Enfant (de 3 à 13 ans) 13,50 €
Enfant - de 3 ans **Gratuit**
Tarif tribu (2 adultes + 3 enfants minimum) : 78,10 € et 12,50 € par enfant supplémentaire
Validité 03/01/2021 inclus

Plus d'infos
02 98 34 40 40
www.oceanopolis.com



ZOOPARC DE TRÉGOMEUR



TRÉGOMEUR

Le Moulin de Richard



Situé à 10 min de Saint-Brieuc, ce parc est exclusivement centré sur la faune et la flore asiatiques et malgaches. Vivez un moment de dépaysement et de détente au creux de cette jolie vallée arborée peuplée d'animaux rares et extraordinaires parmi lesquels les lionnes d'Asie, tigres blancs, panthères des neiges, les petits pandas noirs, les ours malais, les loutres cendrées ou plusieurs espèces de lémuriers...

Nouveauté 2020 : le tapir malais.
15 novembre : journée Breizh'Asia

Du 1^{er} avril au 30 septembre du lundi au dimanche :

Parc ouvert de 10h à 19h, 7/7 jours. Fermeture des caisses à 17h30

Vacances de février et de la Toussaint : Parc ouvert de 10h30 à 17h30 tous les jours. Fermeture des caisses à 16h30.

Vacances de Noël : Parc ouvert de 13h à 17h tous les jours. Fermeture des caisses à 16h.

Du 2 au 31 mars 2019 et du 1^{er} au 16 octobre : Parc ouvert de 13h30 à 17h30 tous les jours. Fermeture des caisses à 16h30.

Fermeture annuelle les 25 décembre et 1^{er} janvier.

Tarifs
Enfants - de 3 ans **Gratuit**
D'octobre à mars :
Enfants (3 à 12 ans) 10,90 €
Adultes (+ de 13 ans) 15,90 €
Avril, mai, juin et septembre :
Enfants (3 à 12 ans) 11,90 €
Adultes (+ de 13 ans) 16,90 €
Juillet - août :
Enfants (3 à 12 ans) 12,50 €
Adultes (+ de 13 ans) 17,60 €

Plus d'infos
02 96 79 01 07
www.zoo-tregomeur.com
accueil@zoo-tregomeur.com



PARC ANIMALIER & BOTANIQUE ET PARCABOUT® DE BRANFÉRÉ



LE GUERNO

Branféré - École Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme



Voyagez au cœur d'un parc botanique multi-centenaire et rencontrez 1400 animaux en liberté originaires des 5 continents. Ne manquez pas le spectacle d'oiseaux, les girafes de la plaine africaine et les rhinocéros de la vallée indienne. Observez les phoques sous l'eau grâce au bassin d'aquavision de l'espace marin.

Découvrez le Parcabout® et ses 3500 m² de filets dans les arbres pour s'amuser en famille.

Branféré, un lieu d'émerveillement, de découverte et de jeux pour une journée inoubliable en pleine nature.

Ouvert tous les jours du 8 février au 1^{er} novembre.
Coffrets et tarifs préférentiels sur www.branfere.com

Tarifs individuels
Du 8 février au 3 avril :
Adultes 15 € / Enfants 10,50 €
Du 4 avril au 1^{er} novembre :
Adultes 21,50 €
Enfants 15 €
Tarifs réduits et coffrets sur www.branfere.com

Plus d'infos
02 97 42 94 66
contact@branfere.com
www.branfere.com
Facebook : Branfere



L'AQUARIUM MARIN DE TRÉGASTEL

LA MER PREND UNE AUTRE DIMENSION... SOUS LE GRANIT ROSE



Boulevard du Coz-Pors
22 730 TRÉGASTEL
Tél. 02 96 23 48 58
contact@aquarium-tregastel.com
www.aquarium-tregastel.com



Suivez-nous sur facebook !



ZOO PARC de TRÉGOMEUR

ÉVADEZ-VOUS EN TERRE D'ASIE

ENTRE SAINT-BRIEUC ET GUINGAMP

NOUVEAUTÉ 2020
LE TAPIR MALAIS

Côtes d'Armor le Département

Évasionstore



LES ACTIVITÉS À SENSATIONS

SENSATIONAL ACTIVITIES - SENSATIONELLE AKTIVITÄTEN

SEPTIÈME CIEL PARACHUTISME



LANNION

126 rue de l'aérodrome



Envie de sensations fortes ? Embarquez pour une nouvelle aventure avec le saut en parachute !

Des professionnels expérimentés vous feront découvrir les joies du saut en tandem. Après la montée en avion où vous pourrez profiter d'une vue extraordinaire sur la côte, vous ressentirez des sensations exceptionnelles en chutant à 200 km/h : une expérience inoubliable !

Ouvert de mars à novembre, sur réservation. À partir de 15 ans.

*Sauts à 4000 mètres,
Baptême - Apprentissage - Perfectionnement
École agréée par la Fédération Française de Parachutisme*

Tarifs

Saut en parachute tandem **285 €**
Option vidéo souvenir **120 €**

Plus d'infos

07 61 36 15 16
7emeciel.parachutisme@gmail.com
septiemeciel-parachutisme.fr

PAINTBALL ÉVÉNEMENTS



PLEUMEUR-BODOU

48 route de Kéraliés



Au cœur de la Côte de Granit Rose, depuis plus de 20 ans, Paintball Evénements accueille de 6 à 86 joueurs à partir de 8 ans, tous les jours sur réservation, sur une lande naturelle aménagée en extérieur. Contactez-nous pour organiser une journée d'intégration, un enterrement de vie de garçon, de jeune fille, un anniversaire, un début ou une fin de saison ou simplement un bon moment entre amis.

Répondant aux consignes de sécurité, le site est conforme à la norme AFNOR NF 552-905.

Ouvert sur réservation.

Plus d'infos

06 12 42 85 31

WOODY WOOD JUMPER

TRÉGASTEL

Parking Plage de la Grève Blanche



Woody Wood Jumper vous accueille à partir de 3 ans et jusqu'à 80 kilos.

Bruno et Noémie assurent l'apprentissage des premières pirouettes « comme au cirque ».

Et bien sûr, clou du spectacle, « la fusée »!

Un petit conseil : prévoir un pantalon pour le confort.

Ouvert tous les après-midi de l'été à partir de 13h.

Tarifs

Trampolines **4 €**
(10 € les 3 tickets)
Château gonflable **2 €**
(5 € les 3 tickets)

Plus d'infos

06 61 21 98 84
babonoem@gmail.com

LASERTAG IMMERSION

BRÉDILY

Keraniou



Mettez à l'épreuve vos talents de tireur et votre esprit d'équipe dans une arène de 4 000 m² unique en Bretagne. Incarnez jusqu'à 8 rôles différents et utilisez la toute dernière technologie laser tirant à plus de 150 m. Jouez une partie de balle au prisonnier endiablée avec l'Archery. Equipez-vous d'un masque de protection et d'un arc puis éliminez vos adversaires grâce aux flèches sécurisées. Sensations et fous rires garantis !

*Ouvert du 1^{er} juin au 1^{er} septembre de 10h à 18h30.
Le reste de l'année tous les jours sur réservation.*

Tarifs

1 partie de 20 min **10 €**
2 parties de 20 min **16 €**
3 parties de 20 min **20 €**
Réductions de groupes à partir de 2 parties achetées.

Plus d'infos

06 86 38 53 80
lasertag.immersion@gmail.com
lasertagimmersion.com
Facebook : lasertagimmersion

LES ACTIVITÉS À SENSATION

VIVONS PERCHÉS



PLEUMEUR-BODOU

Route du Radôme, Crec'h ar Beg



Dans un cadre naturel et convivial, découvrez une activité ludique, sécurisée et forte en sensations. Plus de 190 défis sur 14 parcours de difficulté croissante (de 1 à 17 mètres de hauteur) avec tyroliennes, lianes de Tarzan, ponts de singes, filets... Accessible à toute la famille (parcours mini forêt dès

2 ans). Partagez ensemble un moment inoubliable.

Réservation par téléphone fortement conseillée.

Ouvert du 6 avril au 1^{er} novembre.

Du 6 avril au 30 juin : mercredis, week-ends, jours fériés et vacances scolaires (zones A, B, C) de 10h30 à 19h, dernier départ à 17h.

Du 1^{er} juillet au 31 août : tous les jours de 9h30 à 20h, dernier départ à 17h30.

Du 1^{er} septembre au 1^{er} novembre : mercredis et week-ends de 13h30 à 18h, vacances scolaires de 10h30 à 18h, dernier départ à 16h30.

Tarifs

Mini forêt 6 €
Parcours découverte 12 €
Petite forêt 13 €
Moyenne forêt 16 €
Grande forêt :
Adulte 21 € / Jeune 19 €
Skyfall 5 €

Plus d'infos

06 22 53 46 45
vivonsperches@gmail.com
www.vivons-perches.com

LANTIC PARC AVENTURE



LANTIC

Les Etangs



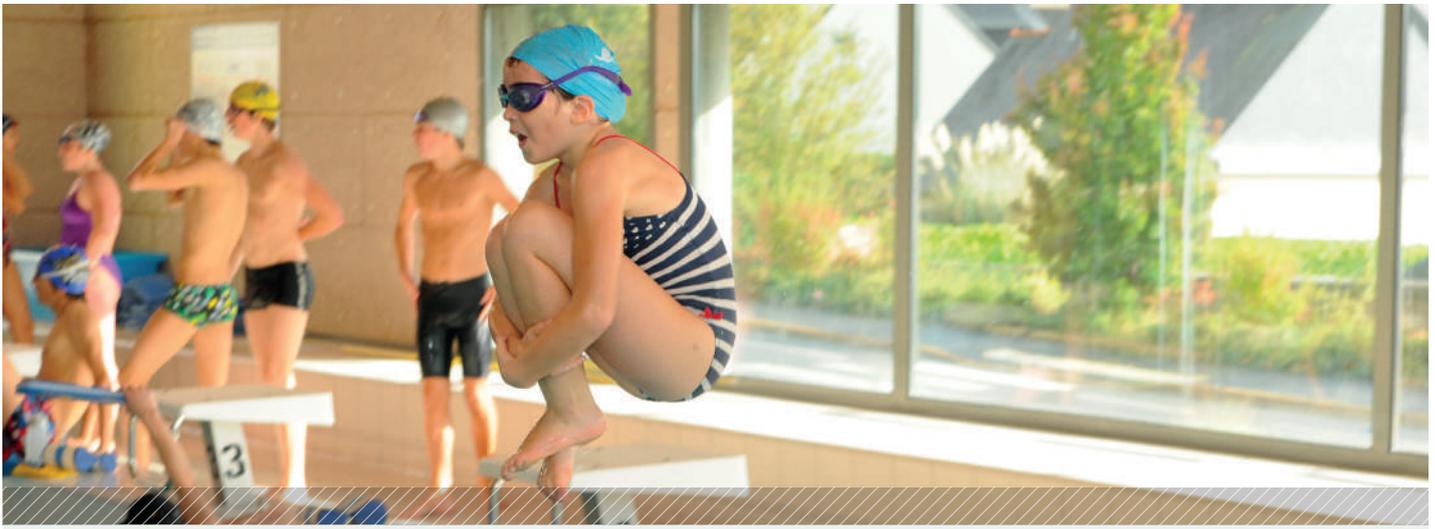
Au bord des étangs de Lantic, sur un espace boisé de 3 Ha, découvrez 12 parcours d'accrobranche et 127 ateliers. Sur les conseils avisés d'Erwan, Frédéric et de leur équipe, élevez vous dans la canopée jusqu'à 20 m de hauteur, au cœur des hêtres, châtaigniers, chênes ou frênes. Au sol profitez du départ de la station VTT, de parcours d'orientation pédagogique sur la vie de l'arbre ou d'éveil sensoriel mais aussi de promenades et de la pêche.

Ouvert d'avril à début novembre.

Plus d'infos

06 42 71 73 25 / 07 68 40 92 57
contact@lanticparcaventure.bzh
www.lanticparcaventure.bzh





LES PISCINES

AQUATIC CENTRES - WASSERZENTREN

TI DOUR

LANNION | 49 avenue Park Nevez



Les 750 m² de plan d'eau de Ti dour à Lannion n'attendent que vous ! Choisissez votre bassin selon vos envies : pataugeoire, bassins ludique et sportif (chauffés à 32°C, 30°C et 28°C), toboggan, animations, cours... profitez des plaisirs de l'eau sous toutes leurs formes. Ti Dour, c'est aussi un espace cardio-training fitness de plus de 300 m² où 26 machines sont à votre disposition. Un équipement polyvalent combinant activités de loisirs et de bien-être pour les petits et les plus grands.

Ouvert toute l'année.

Plus d'infos

Tarif plein **5,20 €**
 Tarif réduit **4,10 €**
 Forfait famille **16,20 €**
 Enfants - de 4 ans **Gratuit**

Plus d'infos

02 96 05 60 60
www.tidour.com



FORUM DE TRÉGASTEL

TRÉGASTEL | Plage du Coz-Pors

Trégastel, la mer à 30° toute l'année.

Au Forum, Je Nage, Je Bouge, Je Bulle ! Sur la plage du Coz-Pors, découvrez notre complexe aquatique d'eau de mer à 30° avec banquettes et jets massants, rivière à contre-courant, l'Espace Détente avec saunas, hammams, jacuzzi, tépidaire et la salle de cardio-fitness avec vue imprenable sur les chaos de la Côte de Granit Rose. Cours d'aquagym, circuit aqua-training, cours particuliers de natation... Port du bonnet obligatoire et short de bain interdit.

Ouvert toute l'année. Dates de fermetures techniques : nous contacter.

Plus d'infos

02 96 15 30 44
www.forumdetregastel.fr



PISCINE Ô TRÉGOR

TRÉGUIER | Rue Jarl Priel



Entièrement rénovée en 2016, la piscine Ô Trégor vous accueille toute l'année pour profiter des plaisirs de l'eau. Avec un bassin sportif de 250 m², 4 couloirs de nage de 25 m, un espace à petite profondeur pour les enfants et un hammam, la piscine Ô Trégor offre la possibilité de satisfaire toutes les envies, que ce soit pour nager, se divertir ou encore se détendre.

Ouvert toute l'année.

Tarifs

Tarif plein **3,40 €**
 Tarif réduit **2,70 €**
 Hammam **1 entrée + 1,20 €**

Plus d'infos

02 96 92 36 31
www.lannion-tregor.com



PISCINE HÉLIOSÉANE

PLOUIGNEAU | Rue de la Libération

À 5 minutes de Morlaix, ouvert 7/7j, le centre aquatique de Plouigneau vous accueille dans une ambiance familiale et tropicale. À votre disposition : bassin sportif, bassin ludique, toboggan de 25 m, jacuzzi à 34°, solarium extérieur, sauna, hammam, cabine infrarouge et éclairage d'ambiance.

Ici, tout est invitation à la relaxation et à la détente. Toute l'année et pendant les vacances scolaires, nous vous proposons des séances d'apprentissage et de perfectionnement enfants et adultes, aquagym, aquatraining (vélo, trampoline, abdo).

Ouvert toute l'année.

Tarifs

Entrée adulte **4,30 €**
 Entrée enfant **3,50 €**
 Carte 10 entrées :
 Adultes **38,70 €** - Enfants **31,50 €**

Plus d'infos

02 98 79 86 30
www.piscine-helioseane.com

ESPACE
AQUALUDIQUE
TI DOUR

2020,
UNE ANNÉE
SPORTIVE

TI DOUR
Lannion - T. 02 96 05 60 60
www.tidour.com



CARDIOTRAINING
& MUSCULATION



UN ESPACE DE 300m²
EN ACCÈS LIBRE,
PRÈS DE 30 MACHINES
À LA POINTE DE LA
TECHNOLOGIE,
DES APPAREILS SÉCURISÉS
EN CHARGE GUIDÉE,
POSSIBILITÉ DE PROGRAMMES
INDIVIDUALISÉS...

COURS
COLLECTIFS



UN PROGRAMME À LA CARTE,
PLUS DE 25 COURS COLLECTIFS
CHAQUE SEMAINE,
YOGA, AFROVIBE, CYCLING, BODY
BARRE, LIA, TOTAL BODY, ZUMBA,
CAF...

COMPLEXE AQUATIQUE
D'EAU DE MER À 30° C,
banquette et jets massants, rivière
à contre-courant, geysers.

Cours d'aquagym, circuit aqua-training,
cours particuliers de natation.

SALLE DE CARDIO-FITNESS
avec rameurs, vélos, tapis de marche.

ESPACE DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE
avec saunas, hammams, jacuzzi.

Je nage

Je bouge

Je bulle

Aqua-training

Plage du Coz-Pors
22730 Trégastel
T. 02 96 15 30 44

www.forumdetregastel.fr



PISCINE
Ô TRÉGOR
FAITES UNE
PAUSE DÉTENTE !

Contact :
Rue Jarl Priel - 22220 Tréguier
Tél. 02 96 92 36 31
otregor@lannion-tregor.com
www.lannion-tregor.com



POUR VOUS
TOUTE
L'ANNÉE !



- 1 bassin sportif de 250 m²
- 4 couloirs de nage de 25m
- Une eau chauffée à 28°C
- 1 hammam...

SUIVEZ-NOUS
SUR FACEBOOK !





LE GOLF

GOLF - GOLF



GOLF DE SAINT-SAMSON 18 TROUS

PLEUMEUR-BODOU | Route du Golf

Dominant la Côte de Granit Rose, ce golf 18 trous vous dévoile un agréable parcours dans un cadre naturel entre landes et pins. Légèrement vallonné, technique, hautement varié et accessible à tous. Son club-house, moderne et chaleureux, vous offre une vue panoramique sur l'archipel des 7 îles pour une détente assurée. Initiations, cours et stages tous niveaux, dès 4 ans !

Architectes : Hawtree & Son (UK)
Longueur : 5 745 m / Par 71. Inauguré en 1965.
Practice panoramique couvert.

Ouvert toute l'année.



Tarifs
Greenfees 18 trous
de 38 € à 65 €
Juniors **de 19 € à 30 €**

Plus d'infos
02 96 23 87 34
contact@golfhotel22.fr
www.golfhotel-saint-samson.com



GOLF DE BÉGARD

BÉGARD | Krec'h An Onn

Golf 18 trous homologué. Membre du réseau Golfy. La campagne, son calme, une jolie promenade technique avec un véritable caractère breton !

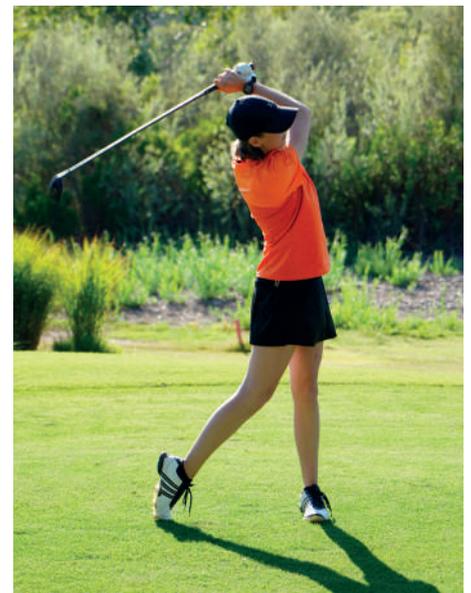
Leçons données par un moniteur diplômé.

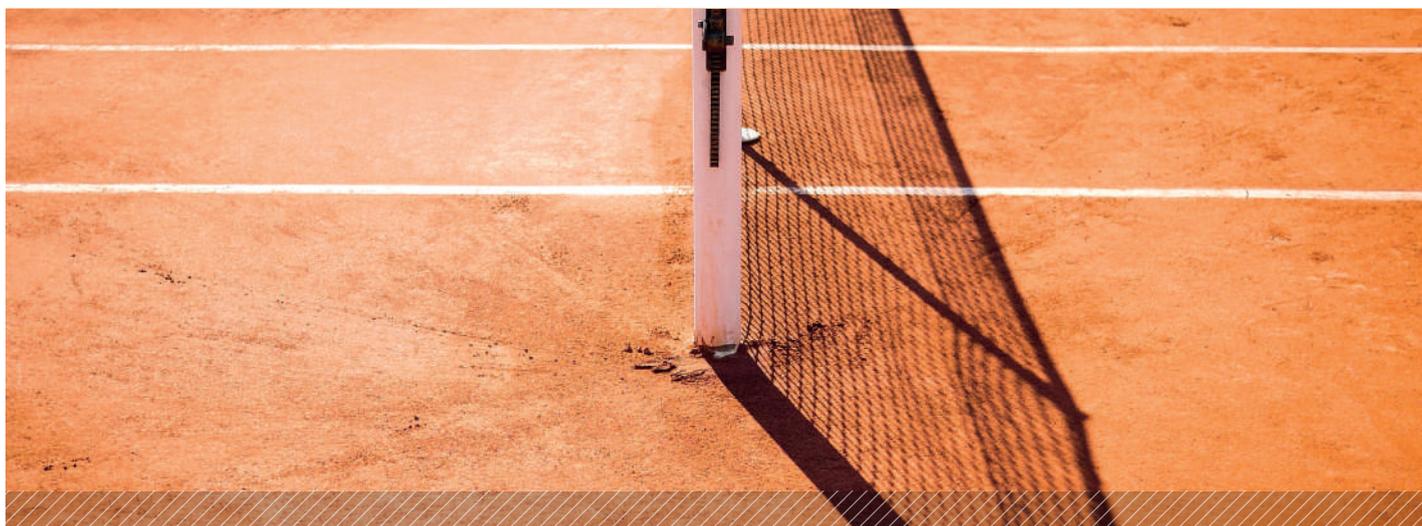
Anniversaires d'enfants et salles de séminaires pour petits groupes.

Ouvert toute l'année.

Tarifs
De 35 € à 55€

Plus d'infos
02 96 45 32 64
golfdebegard@gmail.com
golfdebegard.wixsite.com/
golf-de-begard





LES ACTIVITÉS SPORTIVES

SPORTS ACTIVITIES - SPORTLICHE AKTIVITÄTEN

TRAINING PARK



LANNION

8 Rue de Nivern Bihan - Route de Perros-Guirec



Matériel de cardio et musculation neuf et haut de gamme, parc crosstraining extérieur. Cours collectifs encadrés par des professionnels, accès illimité à des cours de step, zumba, pilates, yoga, boxe, piloxing et bien d'autres encore. Détente et convivialité sont au rendez-vous.

Ouvert toute l'année de 6h à 22h, 7j/7.

Tarifs

à la séance, semaine, au mois ou annuels avec ou sans engagement.
à partir de 24,90 € par mois.

Plus d'infos

02 96 14 05 80 / 06 24 29 03 17
trainingpark22@gmail.com
training-park.com
Facebook : Training Park Lannion

TENNIS CLUB DE TRÉBEURDEN

TRÉBEURDEN

Allée centrale de Lan Kerellec



4 courts extérieurs en terre battue, situés à Lan Kerellec dans un cadre privilégié : calme, verdure et mer à proximité. Réservation en saison au club, et en hors saison à l'office de tourisme ou au Manoir de Lan Kerellec. Cours et stages à toutes périodes de l'année pour adultes, jeunes, tous niveaux avec Georges Paysant, enseignant diplômé d'Etat (ex classé 0)

Ouvert de mars à décembre

Plus d'infos

06 88 16 23 84 (pour les cours)
09 70 90 98 04 (saison)
tc.treburden@fft.fr
george.paysant@wanadoo.fr
(pour les cours)

TENNIS CLUB DE TRÉGASTEL

TRÉGASTEL

Club House - Rue Poul-Palud



Situé dans l'environnement privilégié du site de Poul-Palud (rond-point Super U), le Tennis club vous accueille toute l'année sur ses 5 courts extérieurs et son court couvert. Des cours de tennis sont proposés toute l'année encadrés par un moniteur diplômé d'Etat.

Stages pendant les vacances scolaires : voir avec le professeur. Deux tournois sont organisés du 21 au 24 mai et du 13 au 22 juillet 2020.

Location au bureau d'informations touristiques de Trégastel toute l'année et au Club-House en juillet et août.

Tarifs

1h 10 €
5h 45 €
10h 80 €.

Plus d'infos

02 96 15 31 54
tennisclubtregastel@wanadoo.fr
www.tennis-club-tregastel.fr

OFFICE DE TOURISME

CÔTE
DE GRANIT
ROSE

CULTIVER L'ESSENTIEL

A VOS RAQUETTES !

Pour simplifier l'organisation de vos vacances et de vos activités sportives, l'office de tourisme réserve pour vous vos cours de tennis, location de vélo électrique et bien d'autres services encore.

Pour profiter de notre service billetterie, rendez-vous en dans votre office de tourisme ou sur notre site :

www.bretagne-cotedegranitrose.com



LE BIEN-ÊTRE

WELLNESS / WELLNESS



LE LAGON SPA



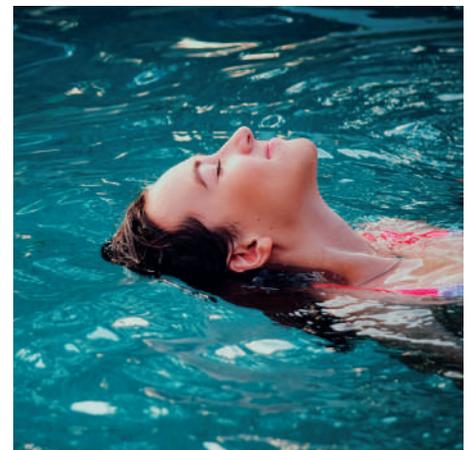
LANNION | Route de Perros-Guirec

Le Lagon Spa vous accueille dans une atmosphère tropicale dépaysante pour un moment de repos et d'évasion. L'espace hammam-jacuzzi privatif et ses effluves d'eucalyptus vous transportent hors du temps. Nos praticiennes transforment les soins visage et corps en des moments d'exception. Venez vous ressourcer grâce à une gamme de soins très variée : soins visage, soins du corps, rituels de beauté et massages bien-être (ayurvédique, balinais, thaïlandais, shiatsu...). Les sens s'éveillent, le corps se ressource et l'esprit voyage.

Ouvert toute l'année. Le lundi de 13h à 19h, du mardi au vendredi de 10h à 19h, le samedi de 10h à 18h30.

Tarifs
 Massages du Monde 85 €
 Soins du visage 65 €
 Hammam-jacuzzi privatif 30 €

Plus d'infos
 02 96 48 11 01
www.le-lagon-spa.com
contact@le-lagon-spa.com



TI AL LANNEC HÔTEL**** RESTAURANT & SPA



TRÉBEURBEN | 14 allée Mezo Guen

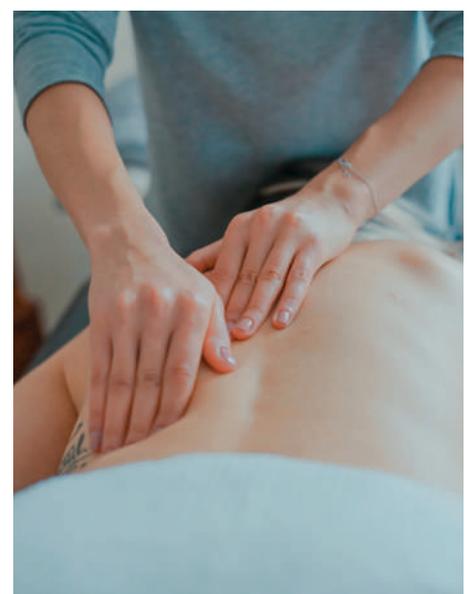
L'espace Bleu Marine Spa entièrement rénové et agrandi pour votre plus grand bien-être. À la piscine couverte panoramique s'ajoutent de nouveaux espaces fitness, sauna, hammam et jacuzzi ouvrant sur les jardins et terrasses avec vue sur mer

Nouvelles salles de soins raffinées et enveloppantes. Soins visage & corps, massages et rituels. Offres tables & Spa, pour profiter de tous les délices et du confort de l'hôtel. Bar, salons cosy, cheminées, billard, service en terrasse avec vue panoramique.

Ouvert de mars à novembre.

Tarifs
 Voir sur site internet
 ou par courrier sur demande.

Plus d'infos
 02 96 15 01 01
www.tiallanec.com



QI GONG - LUXOTHÉRAPIE

TRÉBEURDEN

70 rue des plages



Annick Petit, professeur de Qi Gong formée aux méthodes douces chinoises vous propose cours et séances de luxopuncture (acupuncture sans aiguille). Ces techniques vous permettent de rétablir l'équilibre énergétique de votre corps pour un ressenti de bien-être physique et psychologique durable. Harmonie parfaite entre votre Yin et votre Yang !

Ouvert toute l'année.

Plus d'infos

06 80 70 83 30
 petit-gillard@wanadoo.fr
 qigong-trebeurden.over-blog.com

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE
 MYLÈNE PICHERY



TRÉBEURDEN | 82 rue de Kériariou



La réflexologie plantaire est une méthode manuelle ancestrale qui favorise efficacement l'équilibre du corps et de l'esprit. Elle s'adresse aux personnes de tous âges et procure relaxation, mieux être et soulagement. L'énergie circule bien, on se sent léger et apaisé.

Mylène Pichery, réflexologue certifiée en réflexologie plantaire, palmaire et auriculothérapie vous reçoit toute l'année à son cabinet à Trébeurden.

Déplacements à domicile sur demande.

Ouvert toute l'année.



Tarifs

Adulte 45 €
 Enfant 30 €

Plus d'infos

06 75 02 49 32
 contact@reflexo-synergies.com
 reflexo-synergies.com

MARION LANEZ,
 RÉENCHANTEZ VOTRE REFLET

PLEUMEUR-BODOU

9 rue des Chardons



Marion vous propose un accompagnement minceur spécifique alliant digitopression et restructuration de l'hygiène de vie, ainsi que des soins du corps à la carte pour entretenir votre bien-être (gommage et/ou soin minceur aux huiles). Une démarche naturelle où les kilos s'envolent harmonieusement, procurant une détente et un apaisement durables

Plus d'infos

06 36 85 02 69
 reenchantez.votre.reflet@gmail.com
 www.reenchantez-votre-reflet.com

CABINET DE NATUROPATHIE

PLOUMILLIAU

12 place de l'Eglise



Frédérique Allaert, infirmière urgentiste puis infirmière puéricultrice, diplômée en naturopathie vous propose : consultation, bilan de vitalité, soins énergétiques, massages ayurvédiques, bien-être, réflexologie plantaire, conseils, huiles essentielles, fleurs de Bach, consultation aux parents pour questions éducatives et puériculture générale. Je vous reçois à mon cabinet.

Ouvert toute l'année.

Tarifs

Naturopathie
 de 35 € à 60 €

Plus d'infos

07 83 05 40 98
 frederiqueallaert@gmail.com
 frederique-allaert-naturopathe.fr

LES COSMÉTIQUES
 DE LA PRESQU'ÎLE



TRÉDARZEC

5 Rue du Vieux Pont



Partez à destination de Tréguier aux Cosmétiques de la Presqu'île !

Sous les conseils personnalisés de notre équipe, plongez dans l'univers riche et varié de nos produits de soins pour le visage, le corps et les cheveux de fabrication locale. Venez profiter de nos promotions et idées cadeaux.

Ouvert toute l'année du lundi au vendredi.

Tarifs

De 10 à 70 €

Plus d'infos

02 96 92 91 30
 contact@morjana.fr

CENTRE DE SANTÉ
 NATURELLE



PLEUDANIEL

10 Zone Artisanale Kerantour Nord



Reinhard Renner, coach de vie, vous accompagne dans la recherche de bien-être et de santé. Les méthodes de naturopathie, bioénergie, yoga et hygiène de vie offrent la voie vers la vitalité et l'équilibre. Séances personnalisées incluant un conseil santé écrit pour une progression rapide. Recherche et nettoyage énergétique, massages de bien-être magnétique.

Conseils : plantes, pierres de soin, matériels de bien-être, équilibrage de votre environnement. Développez votre plein potentiel. En plus : cours, stages, formations et conférences.

Ouvert toute l'année.

Tarifs

1^{re} séance 70 €
 1h 60 € - 2h 90 €

Plus d'infos

06 11 97 69 10
 vitamag@wanadoo.fr
 www.yoga-france.net





LES CINÉMAS

CINEMAS / KINOS

CINÉMA LES BALADINS

LANNION ET PERROS-GUIREC

34 avenue du Général de Gaulle à Lannion
27 Boulevard Thalassa à Perros-Guirec



Cinéma classé Art et Essai proposant une programmation variée : films en sortie nationale, avant-premières, films pour enfants, films en version originale et en version française.

Nous disposons de 5 salles à Lannion et 2 salles à Perros-Guirec ; toutes équipées de la technologie numérique et de la 3D.

Ouvert toute l'année.

Tarifs

Adulte **7,90 €**

Réduit **6,70 €**

Enfant - 14 ans **5 €**

Tarif unique **5,70 € le matin**
et le 25 de chaque mois

Plus d'infos

02 96 37 26 10 (Lannion)

02 96 91 05 29 (Perros-Guirec)

www.les-baladins.com

CINÉMA LE DOURON

PLESTIN-LES-GRÈVES

Place de Launceston



Cinéma classé Art et Essai. La salle peut accueillir jusqu'à 180 spectateurs et est équipée de la technologie numérique 3D et d'un équipement pour les spectateurs malentendants.

Nouveauté printemps 2020 : ouverture d'une 2^e salle

Ouvert toute l'année.

Tarifs

Plein tarif **7,30 €**

Tarif réduit **6,30 €**

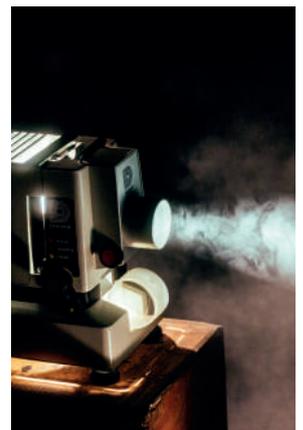
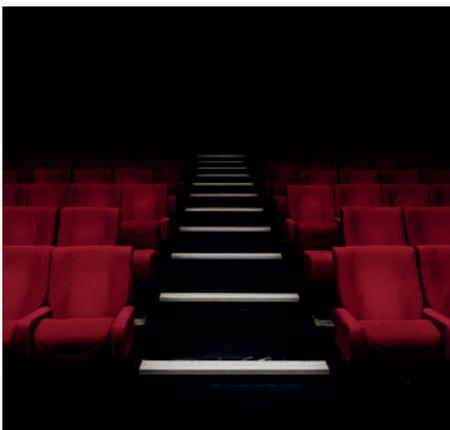
Abonnement **5,30 €**

Internet **5,50 € + frais**

Plus d'infos

02 96 35 61 41

www.cinema-ledouron.fr





LES CAFÉS-CONCERTS

CAFÉS/CONCERTS - CAFÉS/KONZERTE

LE TRUC CAFÉ

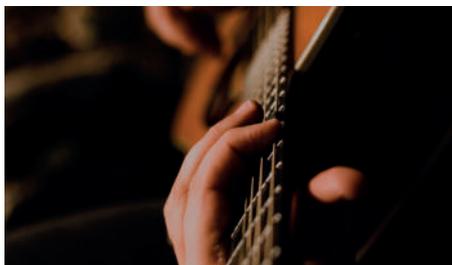
LANNION

09 50 23 42 43 / 06 95 77 62 22
Facebook : letrucacafe

LES VALSEUSES

LANNION

02 96 48 75 19
Facebook : Café Les Valseuses



DOCKLAND PUB

LOUANNEC

02 96 23 01 34
Facebook : dockland Pub Louannec



CABANE BAMBOU'S

TRÉBEURDEN

02 96 15 48 69w
Facebook : La Cabane Bambou's - Bar de nuit

POSEÏDON BAR

TRÉBEURDEN

02 90 27 03 27
Facebook : Poseïdon Bar Lounge

LE CAFÉ THÉODORE

TRÉDREZ-LOCQUÉMEAU

02 96 35 29 40
www.cafetheodore.fr



MADAME MOUSS'TACHE

TRÉGUIER

02 96 40 27 47
Facebook : Madame Mouss'tache

LE PETIT BAIGNEUR

TRÉGUIER

02 96 11 40 69
Facebook : Le Petit Baigneur Tréguier

BAR BOUTIK LE SAINT-YVES

TRÉGUIER

02 96 92 33 49
Facebook : Hôtel Bar Le Saint Yves

PUB L'ATELIER

TRÉGUIER

02 96 92 86 07 / 06 59 59 08 51
Facebook : latelierpub



LE BIZIEN

POULDOURAN

02 96 35 78 31
Facebook : lebizien.tregormedia



CAFÉ AR VAG

PLOUGRESCANT

02 96 92 61 19
Facebook : Café Ar Vag Plougrescant

CHEZ CONSTANCE

PLOUGRESCANT

06 76 48 34 88
Facebook : Chez Constance

Retrouvez toutes les programmations
ainsi que les animations de la Destination
directement sur notre site internet :

www.bretagne-cotedegranitrose.com



le Passeur du **TRIEUX**

BALADES COMMENTÉES
sur la rivière du Trieux et son estuaire
du 30 mars au 31 octobre



DÉPART de
LÉZARDRIEUX
et de **PONTRIEUX**

Entre Paimpol et Tréguier,
Le Trieux, un site de navigation
classé NATURA 2000

Réservation : 06 21 07 30 72
lepasseurdutrieux.com

Possibilité de réserver **EN LIGNE**

