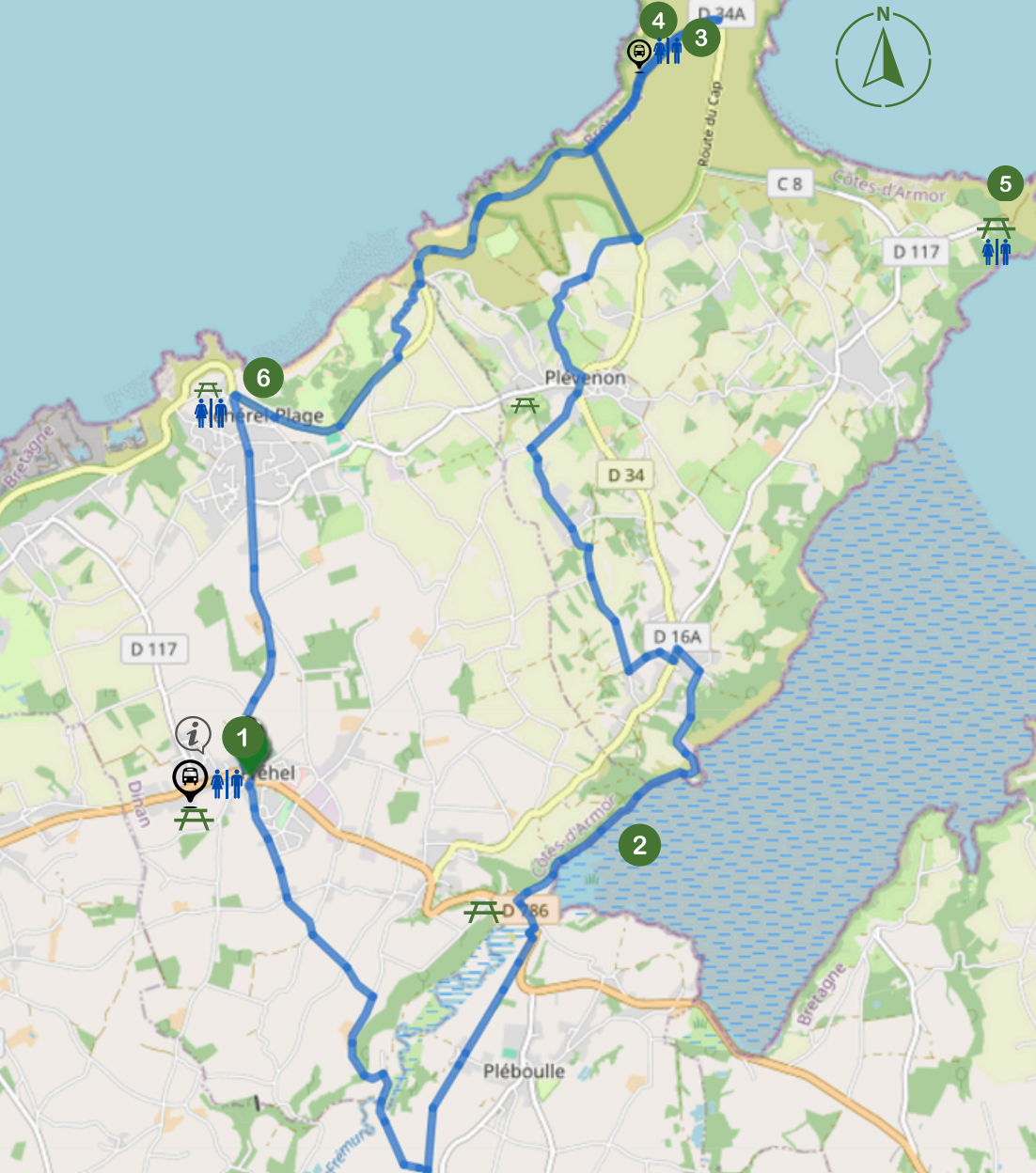


À vélo Vers le cap Fréhel



Difficulté
difficile



Durée
2h/4h



Distance
26 km
Routes
partagées



Sens
anti-horaire



Dénivelé
important +/-
196 m



balisage partiel :
Véloroute

Au départ de l'office de tourisme à Fréhel, ce parcours d'environ 25 kilomètres, non balisé, forme une boucle. Il conduit d'abord vers la baie de la Fresnaye en empruntant des petites routes de campagne vallonnées, puis rejoint la presqu'île du Cap Fréhel et son littoral. La boucle se fait dans le sens anti-horaire. Une partie du parcours emprunte la Véloroute sur voies douces et routes partagées en direction du bourg de Plévenon. Des dénivelés importants marquent cet itinéraire qui offre des panoramas remarquables sur la Côte d'Emeraude et la baie de la Fresnaye. Cet itinéraire n'est pas balisé, sauf sur les tronçons de la Véloroute parcourus sur une assez longue distance.

Cette balade est assez sportive et n'est pas adaptée aux enfants.



Les points d'intérêt sur le parcours

(dans l'ordre du circuit)

Le bourg de Fréhel

La baie de la Fresnaye et port Nieux

Le cap Fréhel ; (le Fort La Latte : nécessite de faire un détour)

L'anse du Croc Pléhérel plage



Départ de l'office de tourisme.
Place Chamblay - Fréhel



Bourg de Fréhel

0 1km

DINAN
CAP FRÉHEL
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE

Tél. 0 825 95 01 22
(service 0,15€/minute + prix d'appel)
infos@dinan-capfrehel.com
www.dinan-capfrehel.com

À vélo Vers le cap Fréhel



Fiche mise à jour en juillet 2024

Création : Dinan Cap Fréhel Tourisme

Carte : opentreetmaps.org

Crédit photo : Agence Les Conteurs, OT Dinan Cap Fréhel

Flashez ce code pour une version numérique



Urgence
112

1 La commune de Fréhel



Avec ses trois visages : le bourg, Pléhérel Plage (le vieux bourg) et Sables-d'Or-les-Pins, Fréhel présente une frange littorale d'exception et d'un tout aussi riche patrimoine avec chapelles, manoirs et sentiers de randonnée.

4 Le phare de Fréhel



A côté de l'ancienne tour qui comportait un feu à l'huile, le phare de Fréhel fut reconstruit en 1950, après avoir été dynamité par les allemands en 1944. Situé sur la terre ferme et non en mer, il était apprécié des gardiens qui pouvaient y travailler et vivre avec leurs familles. Visible à 50 km, son faisceau continue de balayer la nuit en 2 éclats toutes les 10 secondes. Des visites sont organisées d'avril à octobre.

2 La baie de la Fresnaye



Vaste étendue désertée par la marée deux fois par jour, la baie de la Fresnaye offre des paysages changeants à toute heure. Elle constitue un milieu naturel très riche qui abrite de nombreux oiseaux migrateurs qui viennent s'y nourrir l'hiver. Les activités humaines s'y sont développées depuis toujours avec la pêche à pied puis la conchyliculture (moules et huîtres) et ses parcs sur près de 200 hectares.

5 Le Fort La Latte



Pas visible directement sur ce parcours, le Fort La Latte mérite le détour. Construit en granite et en grès au XIV^e siècle par les seigneurs du lieu, le donjon central de la Roche Goyon deviendra Fort La Latte. Le fort, par son état de conservation extraordinaire, permet aux visiteurs de découvrir, les écuries et le jardin, la salle de garde, le logis ainsi que le donjon, qui « jamais ne fut pris ».
+ d'infos sur www.lefortlalatte.com

3 Le cap Fréhel



S'étendant sur environ 400 ha, le site du Cap Fréhel est classé au titre des sites paysagers depuis 1967. « Espace naturel sensible des Côtes-d'Armor », il fait l'objet depuis plusieurs années d'un programme de réhabilitation et de préservation de sa flore et sa faune. Le site a obtenu le label Grand Site de France en 2019.

6 L'anse du Croc à Pléhérel plage



A ce point du littoral, un magnifique point de vue s'étend sur la côte d'Émeraude et vers les falaises qui se succèdent jusqu'au Cap Fréhel. La chapelle du Vieux Bourg, l'ancien nom de la commune, domine l'Anse du Croc et son sable doré.



1 question ? 1 remarque ? > écrivez à infos@dinan-capfrehel.com