

BRETAGNE
CÔTE
DE GRANIT
ROSE
TOURISME



Trégastel © Nicolas Toutain

VIVIFIANTE Côte de Granit Rose...

www.bretagne-cotedegranitrose.com

Contacts Presse : Sylvie Blin - T : 06 08 53 50 34 - sylvie@sylvieblin.com

Côte de Granit Rose : Carole Prud'homme - T : 06 33 29 89 68 - carole.prudhomme@lannion-tregor.com



Trébeurden © Alexandre Lamoureux

L'énergie dans l'air qu'on respire, une nature fascinante qui nous fait perdre le nord, des chaos de granit dressés contre vents et marées et cet art de vivre en pur style bord de mer...

On file se ressourcer sur la Côte de Granit Rose dans cet univers bienfaiteur qui distille tous les bonheurs.

Sélection de spots pour retrouver un nouveau souffle...

Mon manoir entre terre et mer	p. 3
Mon yoga les pieds dans l'eau	p. 4
Ma sortie de mer au crépuscule	p. 5
Ma galerie d'art à ciel ouvert	p. 6
Mon café pas comme les autres	p. 7
Partir sur la Côte de Granit Rose	p. 8



Chambre : 165 € la nuit avec petit-déjeuner
(minimum 2 ou 3 nuits selon la période)
Table d'hôtes : 48 € par personne (à réserver)
<https://manoirdelisle.com>

MON MANOIR ENTRE TERRE ET MER

À Ploumilliau, à quelques enjambées du port de Locquémeau, on pose ses valises au *Manoir de l'Isle* qui offre le charme et la douceur d'une maison de famille, faisant naître immédiatement un sentiment de bien-être.

Il a fière allure ce manoir XVII^{ème} restauré avec passion par les maîtres des lieux. Amateurs de bon vivre, ils le font rayonner en recevant avec chaleur et générosité.

Au fil des bâtiments se trouvent cinq chambres d'hôtes, toutes lumineuses et joyeuses avec vue sur le jardin ou la campagne.

Chacune a son charme et ses atouts, boiseries ou tomettes, poutres apparentes et hauteur cathédrale ou encore petite terrasse rien que pour soi à l'abri du monde...

Un point d'ancrage en toutes saisons, non seulement ressourçant mais aussi gourmand !

Le soir venu, on s'installe autour de la longue table en bois face à la cuisine ouverte pour savourer les plats raffinés, travaillés avec les meilleurs produits du terroir issus, comme les vins, de l'agriculture bio.

Toutes les saveurs du bonheur !



Cours collectif : 15 € par personne
www.luskan-yoga.com
Réservation au 06 78 50 87 50
ou en ligne : www.momoyoga.com

MON YOGA

LES PIEDS DANS L'EAU

Rendez-vous avec Johanna sur la plage de Trestel à Trévou Tréguignec, l'une des plus belles des Côtes d'Armor, pour une séance de yoga vitaminée.

Bretonne, éprise de la mer, notre jeune professeure a la bonne idée d'ouvrir dès les beaux jours les portes de son studio au bon air iodé, pour des cours collectifs sur le sable, au doux son des vagues.

Nous réveillons en douceur nos muscles profonds, avec cette pratique de yoga Vinyasa, axé sur la force et la souplesse. Un grand bien-être nous envahit.

Le moment choisi est précieux, dans ce cadre extraordinaire, face aux Sept-Îles et Tomé.

Quelques résonances de bols tibétains plus tard, nous filons au café cantine tout proche, le *Joa Bar* à Trébeurden où elle propose également des séances.

Joa comme joie, c'est tout dire. Tapas, mezza, pétanque et palets offrent à notre relaxation saline un complément parfait.

Les cours de Johanna sont proposés le matin ou en fin de journée, sur différentes plages. On a adoré notre jeudi soir, 18h30.



Bag an Holl © Philippe Meunier

36 € par personne
Les mercredis de 20h à 22h en juillet et 19h30 à 21h30 en août
www.bretagne-cotedegranitrose.com

MA SORTIE DE MER AU CRÉPUSCULE

Il porte bien son nom, *Bag an Holl*, le bateau pour tous. À Trébeurden, c'est le chouchou du port.

Construit par les bénévoles de l'École de voile dans un esprit collectif et solidaire, paré de sa voilure blanche, il a fière allure. L'embarquement est aisé, on peut sans hésiter proposer la sortie à des enfants et leurs grands-parents néophytes.

À bord, le skipper pilote une promenade de 2h. A la tombée de la nuit, c'est encore plus excitant.

On navigue autour de Molène, vers les îles Millau, Losquet, Canton, rasant les nids de goélands et de cormorans. Le bateau glisse doucement dans le grand silence de la mer. On redécouvre la côte, tellement plus sauvage vue du large.

Bon prince, le skipper laissera quelques instants la barre au plus hardi des embarqués. Quelle émotion !

Retour au port tout de granit rose, avec au passage, un grand waouh à l'apparition d'un phoque !



Du 16 septembre au 1^{er} octobre 2023
www.festivaldelestran.com

MA GALERIE D'ART À CIEL OUVERT

L'estran que recouvre et découvre la mer n'est-il pas déjà du Land Art ? On a hâte de découvrir les folles idées des artistes choisis pour participer à la prochaine édition, la quinzième, de cette biennale d'art contemporain en plein air, unique en son genre.

Le Festival d'art de l'Estran pose dans les plus beaux paysages du littoral, de Trégastel à Pleumeur-Bodou en passant par Trébeurden, des œuvres insolites, souvent grandioses.

Est-ce que cette année encore, une sirène géante viendra s'allonger sur la petite plage de nos vacances ? Retrouvera-t-on cet oiseau marin taggué sur le granit rose d'un rocher ? Et qui va nous étonner au détour d'un sentier, dans le clair-obscur d'une chapelle ?

On sourit de ces transformations éclairées qui révèlent la beauté, dérangent le regard, posent des questions clés sur nos lieux habituels. Un grand souffle d'imagination, pour le plus grand plaisir des visiteurs-baladeurs.



www.cafetheodore.fr

MON CAFÉ PAS COMME LES AUTRES

À quelques kilomètres de Lannion, Trédez la terrienne et Locquémeau la maritime cachent un phare parmi leurs fontaines, calvaires, manoirs et églises.

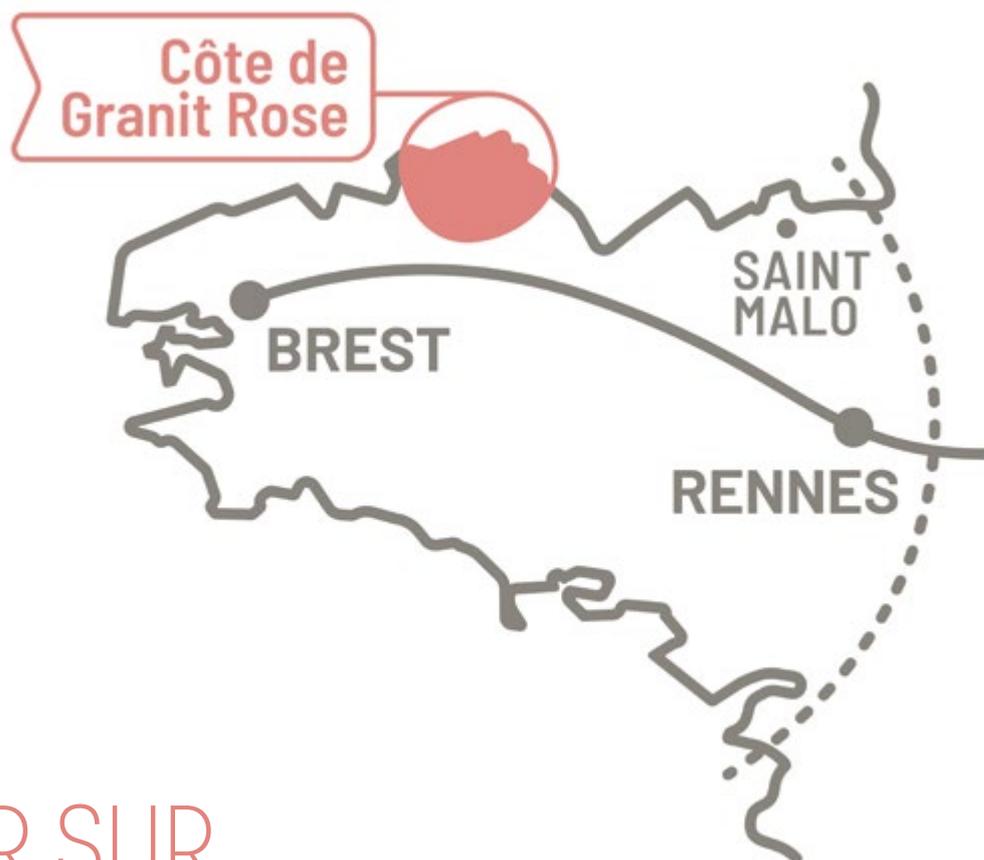
Depuis seize ans, sur une idée géniale de l'association Tohu-Bohu, *le Café Théodore* allume ses feux de joie dans le quotidien paisible de ces deux bourgades.

La grande salle rayonne de couleurs. Livres et journaux sont à disposition et l'on se pose sur une chaise d'école pour savourer une délectable galette, accompagnée d'un vin nature ou d'une bière artisanale. Leur réputation n'est plus à faire.

Dans ce navire culturel, tous les spectacles s'invitent à bord. Une scène accueille des concerts pour des soirées rythmées. Le cinéma dispose d'une jolie salle de projection. Dans le jardin, près d'un poétique chapiteau à rayures, se tient le jeudi soir un petit marché de producteurs, très couru.

Débats et expositions divertissent les heureux fans de cette bulle de culture et d'esprit festif, bien dans l'air du temps.

Voici qui remplit la mission du grand Théodore Monod, ange tutélaire du café, avec sa formule : " L'utopie n'est pas l'irréalisable, mais l'irréalisé ".



PARTIR SUR LA CÔTE DE GRANIT ROSE

En voiture :

Lannion est reliée à la voie express RN12, axe 2×2 voies, gratuit entre Rennes et Brest, route de communication majeure de Bretagne Nord.

- > 1h45 de Rennes
- > 5h de Paris
- > 3h de Nantes

En train :

3h15 depuis Paris Montparnasse :

- > TGV direct jusque la gare de Lannion, tous les jours en juillet-août, 1 trajet par semaine hors saison.
- > TGV direct jusque la gare de Plouaret-Trégor, puis TER Bretagne jusque Lannion, plusieurs trajets par jour.

www.bretagne-cotedegranitrose.com

Retrouvez nous sur les réseaux sociaux avec #cotedegranitrosetourisme

