

GOLFE DU MORBIHAN VANNES...

LA RENCONTRE AVEC
l'exceptionnel

BRETAGNE®

MAGAZINE DE VOYAGE

VOYAGEONS ENSEMBLE

NOS AMBASSADEURS VOUS RAcontent LEUR GOLFE DU MORBIHAN :

Philippe Gloaguen, Coralie Demay, Thomas Coville, Bruno Pilarget, Nono, sportifs, marins, pilote, chefs, guide de pêche, apiculteur, chefs d'entreprises, habitants, universitaire...

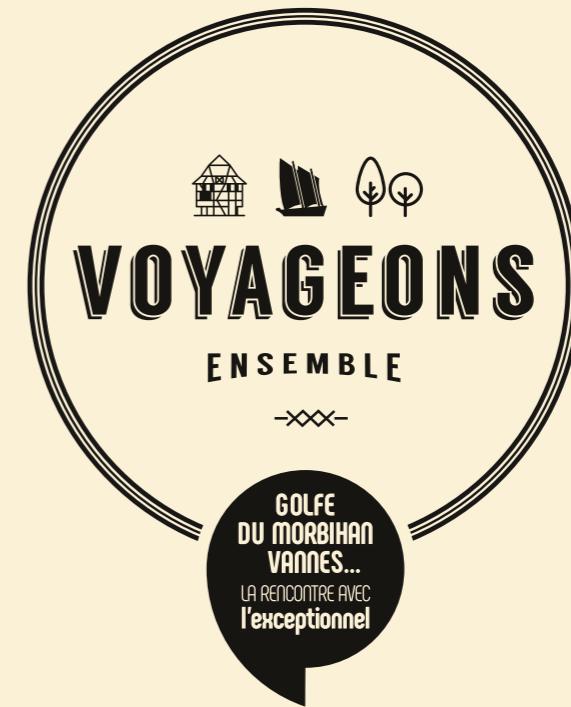
NOUVEAUTÉ : LA CHARTe DU VOYAGEUR



PORTFOLIO
GOLFE DU
MORBIHAN



CHARTRE DU VOYAGEUR



“

SUR CE TERRITOIRE MARIN, URBAIN, PAYSAN ON MURMURE QUE...



Les voyageurs ne comptent pas pour du beurre.
La côte se montre plus sauvage que les habitants.
On reçoit des vagues d'émotions, même en pleine tempête.
On grave chaque instant dans sa mémoire, pas sur les pierres.
On ramasse ses déchets parce que c'est pas la mer à boire.
On consomme local aussi naturellement que l'on savoure une crêpe.
On pose volontiers la bolée pour danser au fest-noz.
On contemple les ballets d'aigrettes sur la pointe des pieds.
On retrouve sa liberté sans s'échapper des sentiers de randonnée.
La rencontre avec l'exceptionnel se partage avec fierté.

”

8. PORTFOLIO

18. CROISER UN ROUTARD

Rencontre avec Philippe Gloaguen,
fondateur du Guide du Routard

20. TEMPS FORTS 2020

22. LA NATURE...

Courir en rythme • Pédaler autour du golfe •
Portraits : Coralie Demay et Géraldine Andrieux

32. LA MER...

Ralentir le tempo • Embarquer à bord d'un sinagog •
Attraper un gros poisson • Portraits : Thomas Coville et
Thierry Leygnac

Réalisation : TOURS en PLUS - L'Ours en Plus - 4 chemin des Douets - Les Fossés - Saint-Florent-des-Bois - 85310 Rives de l'Yon - www.loursenplus.fr.
Photo couverture : Alexandre Lamoureux • Crédits photos : Alexandre Lamoureux (sauf mention contraire) • Rédaction : Emma Chanelles, Anne-Laure Jaouën et Stéphanie Lechat • Relecture : Christiane Herbretau • Conception graphique : Alexandre Lamoureux • Impression : Imprimerie Pollina • Président : Roland Tabart • Directeur de la publication : Arnaud Burel • Responsable projet : Aline Guiho • Remerciements à : toutes les personnes ayant témoigné dans cette édition, tous nos partenaires, toute l'équipe de l'Office de Tourisme : Annaick, Brendan, Cécile, Cédric, Charlène, Élisabeth, Emmanuelle, Gaëlle, Marie-Odile, Marion, Mathilde, Maxime, Rozenn, Sandra, Sandrine, Swan, Sylvie, Valentine et Virginie.

Office de tourisme Golfe du Morbihan Vannes Tourisme
Quai Taberly - CS 23921 - 56039 Vannes
tourisme@golfedumorbihan.bzh • golfedumorbihan.bzh
Organisme de tourisme inscrit au registre des opérateurs de voyages et de séjours : IMO 56130003 - SIRET : 789 660 784 00024 - APE : 7999 Z - TVA Intracommunautaire : FR 58789660784



Certifié PPPP

00-00-0000

Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées.

pefc-france.org

SOMMAIRE

48. LE TERROIR...

Butiner de fleurs en fleurs • Parler gastronomie avec 3 chefs étoilés • Déguster le Golfe du Morbihan • Goûter la tradition • Portraits : Thomas Neveux et famille Le Droguen

60. LA CULTURE...

Habiter le Golfe du Morbihan • Sortir des sentiers battus • Le Golfe du Morbihan vu par Nono • Portraits : Hervé Mazé et Bruno Pilorget

70. LES MÉGALITHES...

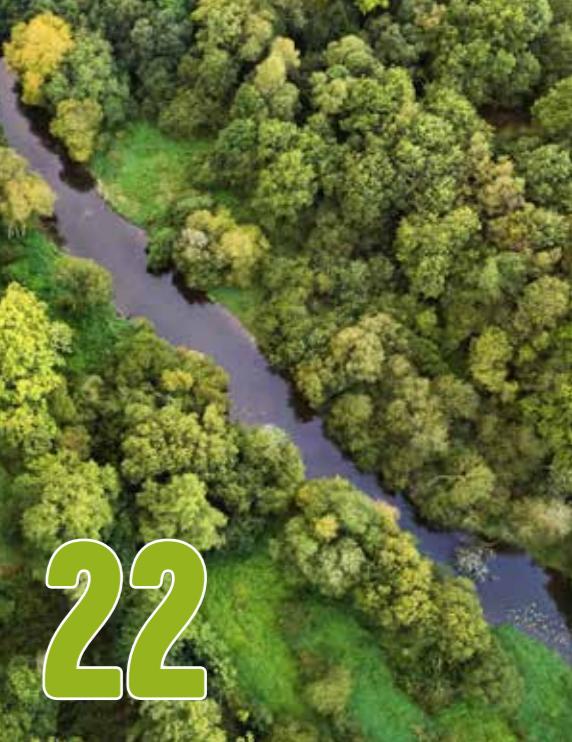
Mégalithes des Landes de Lanvaux • Carte des mégalithes

76. 10 INCONTOURNABLES...

...à moins de 45 min autour du Golfe du Morbihan



8



70



48

60



ILS ONT PARTICIPÉ À CE MAGAZINE

HABITANTS, PASSIONNÉS, PROFESSIONNELS...

Philippe Gloaguen,
fondateur du Guide du Routard



VIDÉO

Visiter le Golfe du Morbihan avec Philippe Gloaguen



VIDÉO

Courir au cœur du Golfe du Morbihan



Benjamin Kervevan,
trailier

VIDÉO

Courir au cœur du Golfe du Morbihan



Coralie Demay,
championne cycliste

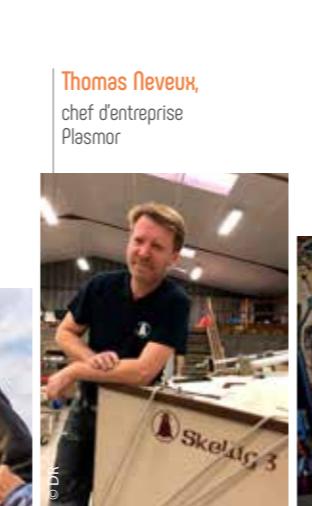
VIDÉO

Fabrice Toledo,
guide de pêche



VIDÉO

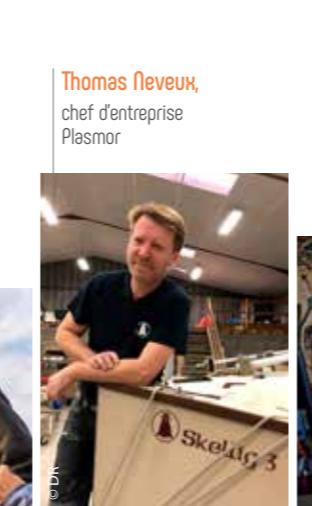
S'initier à la pêche en mer avec Fabrice



Thomas Neveux,
chef d'entreprise Plasmor

VIDÉO

Thomas Toledo,
guide de pêche



VIDÉO

S'initier à la pêche en mer avec Thomas Toledo



Bruno Pilarget,
artiste peintre, carnétiste

VIDÉO

Bruno Pilarget,
artiste peintre, carnétiste



Géraldine Andrieux,
championne de natation

VIDÉO

Géraldine Andrieux,
championne de natation



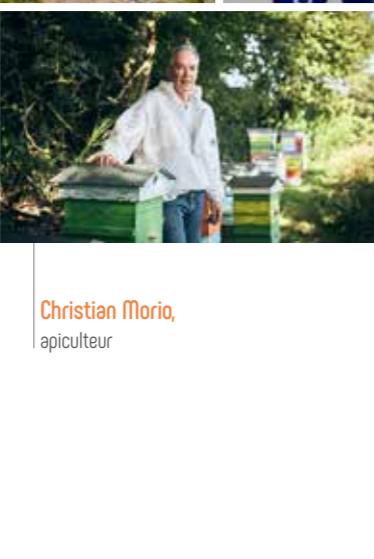
Eric, Daniel et Yann Le Drogouen,
artisans du goût

VIDÉO

Eric, Daniel et Yann Le Drogouen,
artisans du goût



Vincent David,
Olivier Samson,
Thierry Seychelles,
chefs étoilés



VIDÉO

Christian Morio,
apiculteur



VIDÉO

Thierry Leygnac,
pilote d'hélicoptère



VIDÉO

Thomas Coville,
navigateur



VIDÉO

Nono, Joël Auvin,
dessinateur breton



Hervé Mazé,
directeur Peninsula studio

VIDÉO

Hervé Mazé,
directeur Peninsula studio



Jacques Thorel,
ancien chef étoilé, auteur de l'ouvrage
Je réussis mes crêpes et galettes

VIDÉO

Jacques Thorel,
ancien chef étoilé, auteur de l'ouvrage
Je réussis mes crêpes et galettes



Philippe Gouézin,
universitaire
spécialiste des mégalithes

VIDÉO

Philippe Gouézin,
universitaire
spécialiste des mégalithes



Juliette Le Manchec,
fondatrice de Vanayoga

VIDÉO

Juliette Le Manchec,
fondatrice de Vanayoga

Toute l'équipe de l'association Les Amis du sinagot

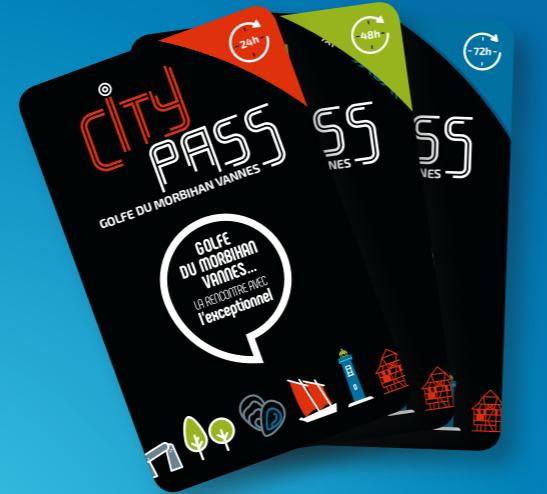
De gauche à droite : Philippe Rémy, Yann Régent, Jean-Louis Le Huitouze (équipiers),
Gérard Lucas (président de l'association), Doïna Léraud et Carmen Montero Perez
(équipières) de l'association Les Amis du Sinagot, à bord du sinagot "Les Trois Frères".

... et l'aimable participation de

Alison Lacroix (responsable du service Outdoor Expériences, Rossignol), Erwan Thoby (maître-sauveteur), Jean-Philippe Le Flem (directeur du CNS),
Nolwenn Le Floc'h (art-thérapeute), François Formon (président APPMMA du Loc'h), Frédérique Fallet (architecte urbaniste),
Hervé Mocäer (directeur CAUE), les propriétaires du Manoir du Plessis-Josso et du Manoir de Kergal, les habitants « voyageurs » :
O. Lobry, Mpchoco, Claude Le Dû, Boomerang's catamaran, Le Val de Brangon, Hamishybybreizh, Franz-Renan Joly, Les droners,
Thierry Hervé, Glenn Goutte, toute l'équipe de l'office de tourisme...

VOYAGER MALIN

AVEC LE CITYPASS GOLFE DU MORBIHAN VANNES



ACCÈS GRATUIT À 20 SITES INCONTOURNABLES

ACCÈS AU RÉSEAU DE BUS KICÉO

+ de 30 RÉDUCTIONS ET AVANTAGES chez nos partenaires

3 FORMULES



24H

ADULTE 24€
ENFANT de 4 à 10 ans 12€



48H

ADULTE 34€
ENFANT de 4 à 10 ans 15€



72H

ADULTE 44€
ENFANT de 4 à 10 ans 22€

L'ACCÈS AUX SITES : Le City Pass est activé dès sa première utilisation dans l'une des activités incluses.

Il suffit de le présenter à l'entrée des sites mentionnés ci-dessous pour bénéficier de l'accès gratuit (1 seule entrée par site) et de réductions/avantages.

La date et heure de la première visite indiquent le début de validité du City Pass (selon la durée choisie 24h, 48h ou 72h). Certaines prestations sont saisonnières, retrouvez toutes les informations concernant l'ouverture et les horaires des sites sur www.citypass.bzh.

L'ACCÈS AU RÉSEAU DE BUS : Le City Pass offre un accès illimité aux transports Kicéo de l'agglomération sur présentation du titre de transport auprès du conducteur. Demandez le Pass Kicéo Journée avec votre City Pass. Tous les horaires et réseau de bus sur www.kiceo.fr.



OÙ ACHETER VOTRE CITY PASS ?

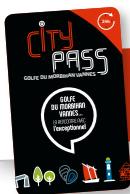
Dans les bureaux de l'Office de Tourisme Golfe du Morbihan Vannes Tourisme et chez les partenaires revendeurs. Retrouvez la liste complète sur www.citypass.bzh



citypass.bzh

24H/24€*

LE CAIRN GAVRINIS	18,00 €
LES 2 MUSÉES DE VANNES	6,50 €
LE PETIT TRAIN TOURISTIQUE DE VANNES	6,50 €
UNE VISITE GUIDÉE DE VANNES	5,80 €
UN PASS JOURNÉE TRANSPORT KICÉO	4,20 €
TOTAL	41€



**Économisez 17€
UNE JOURNÉE TYPE = EN 24H***

48H/34€*

LE DOMAIN DE SUSCINO	10,50 €
L'AQUARIUM DE VANNES	14,30 €
LE JARDIN AUX PAPILLONS	11,80 €
FORTERESSE DE LARGOËT	5,50 €
RÉSERVE NATURELLE DES MARAIS DE SÉNÉ	5,00 €
1A/R SUR LE PETIT PASSEUR VANNES/SÉNÉ	3,00 €
UN PASS JOURNÉE TRANSPORT KICÉO	4,20 €
TOTAL	54,30 €



**Économisez 20,30€
UNE JOURNÉE TYPE = EN 48H***

72H/44€*

LE DOMAIN DE SUSCINO	10,50 €
LE CAIRN GAVRINIS	18,00 €
L'AQUARIUM DE VANNES	14,30 €
LE JARDIN AUX PAPILLONS	11,80 €
LES 2 MUSÉES DE VANNES	6,50 €
1A/R SUR LE PETIT PASSEUR VANNES/SÉNÉ	3,00 €
RÉSERVE NATURELLE DES MARAIS DE SÉNÉ	5,00 €
UN PASS JOURNÉE TRANSPORT KICÉO	4,20 €
TOTAL	73,30 €



**Économisez 29,30€
UNE JOURNÉE TYPE = EN 72H***

ACCÈS GRATUIT À 20 SITES INCONTOURNABLES

- 1 - DOMAIN DE SUSCINO
- 2 - AQUARIUM DE VANNES
- 3 - JARDIN AUX PAPILLONS
- 4 - CAIRN DE GAVRINIS
- 5 - CAIRN DU PETIT MONT
- 6 - TRAVERSÉE VERS L'ÎLE AUX MOINES, IZENAH CROISIÈRES
- 7 - TRAVERSÉE VERS L'ÎLE D'ARZ, IZENAH CROISIÈRES
- 8 - TRAVERSÉE VERS LOCMARIAQUER, PASSEUR DES ÎLES
- 9 - TRAVERSÉE VERS LAMOR BADEN, PASSEUR DES ÎLES
- 10 - LES PETITE PASSEURS
- 11 - MUSÉE MARINS & CAPITAINES
- 12 - LA COUHE MUSÉE DES BEAUX ARTS DE VANNES
- 13 - CHÂTEAU GAILLARD, MUSÉE D'HISTOIRE ET D'ARCHÉOLOGIE
- 14 - VISITE GUIDÉE DE LA VILLE DE VANNES
- 15 - PETIT TRAIN TOURISTIQUE DE VANNES
- 16 - PETIT TRAIN TOURISTIQUE D'ARZON
- 17 - RÉSERVE NATURELLE DES MARAIS DE SÉNÉ
- 18 - FORTERESSE DE LARGOËT
- 19 - PARC DE SCULPTURES ET ARBORETUM DE LA MARE AU POIVRE
- 20 - RÉSEAU DE TRANSPORT KICÉO

+ INFOS

citypass.bzh



PORTFOLIO

Photographies : Alexandre Lamoureux

Vannes



▲ Le port, le marché, maisons à pans de bois place Henri IV

▲ Les jardins des remparts



Découvrez la galerie photos
et la vidéo « Voyageons ensemble »
sur golfedumorbihan.bzh



Nord de Vannes-Landes de Lanvaux

BRANDIVY, COLPO, ELVEN, GRAND-CHAMP, LOCMARIA-GRAND-CHAMP, LOCQUELTAS, MEUCON, MONTERBLANC,
PLAUDREN, PLESCOP, SAINT-AVÉ, SAINT-NOLFF, SULNIAC, TRÉDION, TREFFLÉAN



▲ Aqueduc, Meucon



▲ Chapelle de Mangolérian, Monterblanc,
château de Rulliac, Saint-Avé,
chapelle Saint-Hamon, Plescop

Autour du Golfe

ARRADON, BADEN, LARMOR-BADEN, LE BONO, PLOEREN, PLOUGOUMELEN, SÉNÉ



▲ Baden,
église de Ploeran,
réserve naturelle de Séné

▲ Le Bono

Îles du Golfe

BERDER, ÎLE D'ARZ, ÎLE-AUX-MOINES, GAVRINIS, ILUR...



▲ Boëdic



▲ Île aux Moines,
Île d'Arz,
Île de Berder, Larmor-Baden

Presqu'île de Rhuys

ARZON, LA TRINITÉ-SURZUR, LE HÉZO, LE TOUR-DU-PARC, SAINT-ARMEL, SAINT-GILDAS-DE-RHUYS, SARZEAU, SURZUR, THEIX-NOYALO



▲ Kerver, Saint-Gildas-de-Rhuys
Port-Navalo, Arzon
Surzur

▲ Pointe de Penvins, Sarzeau



Visiter le Golfe du Morbihan
avec Philippe Gloaguen, fondateur
du Routard : **golfedumorbihan.bzh**

Croiser un routard

RENCONTRE AVEC PHILIPPE GLOAGUEN, FONDATEUR DU GUIDE DU ROUTARD

En 2014, le Guide du Routard inaugure sa collection « guide de terroir » avec la Presqu'île de Rhuys... En 2017 le Guide du Routard « Golfe du Morbihan » complétait l'offre éditoriale du globe-trotter le plus célèbre de l'hexagone ! Le succès de ce compagnon de voyage est tel qu'il sera réédité en 2020 dans une version enrichie de nouvelles adresses et anecdotes ! Nous avons rencontré Philippe Gloaguen, le fondateur du Guide du Routard, dans une ancienne biscotterie du 13^e arrondissement de Paris. Elle abrite aujourd'hui le siège de la maison d'édition et son florilège de souvenirs de voyages !

Le Routard part à l'autre bout du monde mais revient toujours à ses racines bretonnes, votre port d'attache à vous aussi. Vous impliquez-vous personnellement dans l'édition de ces guides ?

Oui bien sûr et c'est le cas sur l'ensemble des titres.

Notre collection en compte 160 et la Bretagne y tient une place toute particulière pour le Finistérien que je suis ! Quand l'Office de Tourisme nous a contacté pour faire le premier guide régional sur la Presqu'île de Rhuys, j'ai été particulièrement investi dans cette entreprise, car, petit, j'allais en vacances en Presqu'île de Rhuys avec mes parents. Nous, bigoudens du Finistère Sud, aimions cette Bretagne ensoleillée et authentique. Donc je la

connaissais bien. Alors quand j'ai eu la chance d'avoir cette proposition de la Presqu'île de Rhuys, j'y suis allé moi-même car c'était un bonheur de retrouver cette terre de jeunesse.

J'y ai même retrouvé un cousin germain qui tient un hôtel au Port du Croesty !

Et d'une manière générale, écrivez-vous toujours dans les guides du Routard et si oui sur quelles destinations ?

Bien sûr que je continue d'écrire ! Certes je ne fais plus d'enquête au long cours, mais je

continue à prendre la plume sur des choses extrêmement précises. Par exemple, nous venons de sortir un beau livre sur la France : j'y ai écrit le chapitre sur les sortilèges, en

particulier sur l'Ankou, ce serviteur de la mort, qui, armé de sa faux, embarque l'âme des morts dans les monts d'Arrée...

Actuellement en rupture de stock, vous allez rééditer le Guide du Routard du Golfe du Morbihan l'an prochain. Est-ce une simple actualisation-réimpression ou allez-vous renvoyer vos enquêteurs sur le terrain pour dénicher de nouvelles pépites ? Que pouvons-nous attendre de cette nouvelle édition ?

Il s'agira d'une refonte totale du guide et, à tout seigneur tout honneur, nous avons envoyé notre rédacteur en chef adjoint, Benoît Lucchini, car je voulais que la qualité de la

rédaction du nouveau guide soit à la hauteur de la confiance qu'on nous accorde. Benoît a refait le périple du Golfe du Morbihan. Il y a trouvé des petites perles cachées dans des villages parfois méconnus comme Saint-Avé qui est extraordinaire !

Le Golfe du Morbihan fait partie intégrante du Parc Naturel Régional. Le Routard sera-t-il plus orienté vers le tourisme durable ? Aurez-vous quelques adresses engagées ?

Cela fait déjà longtemps que nous sommes sur cette mouvance car c'est un souhait de nos lecteurs. La Terre sur laquelle nous vivons appartient d'abord à nos enfants : il faut la respecter. La Bretagne est très à l'écoute de ces nouvelles tendances. Les villages en Bretagne en général et autour du Golfe du Morbihan en particulier sont bien plus respectueux de l'environnement que d'autres régions françaises...

Comment expliquez-vous que le Golfe du Morbihan plaise autant aux Routards ?

Le Golfe du Morbihan plaît aux Routards car il plaît à l'ensemble des Français. Je vais vous dire une petite chose que peu de gens savent sur le Golfe du Morbihan. La France est léchée par le Gulf Stream. Ce courant océanique touche les côtes françaises dans trois endroits uniquement. Tout d'abord le secteur Île de Ré - La Rochelle - Guérande, ensuite il rebondit sur le Golfe du Morbihan où la mer a en moyenne 2 degrés de plus qu'ailleurs en Bretagne. Il fait ensuite le tour du Morbihan pour toucher l'île de Batz en face de Roscoff. Il est étonnant de voir dans le Golfe du Morbihan autant de variétés de plantes fleurissant pratiquement

Je suis fier de faire cet ouvrage car le Golfe du Morbihan est ce que j'appelle une région sincère. Le territoire propose aux voyageurs des haltes qui fonctionnent et dont les produits sont conformes à la promesse et cela nous va très bien au Guide du Routard !

LE GOLFE DU MORBIHAN C'EST LA RENCONTRE AVEC L'EXCEPTIONNEL. PHILIPPE GLOAGUEN NOUS LIVRE SES MEILLEURES RENCONTRES AVEC LA MER, LA NATURE, LA CULTURE, LE TERROIR ET LES MÉGALITHES.

Votre rencontre avec la mer ?

Lorsque nous avons présenté la première édition du guide du Golfe du Morbihan, le lancement s'est fait sur un bateau de croisière au départ de Vannes. J'étais très ému car nous sommes partis du quai Loïc Caradec, mort en mer dans les années 85. Loïc Caradec était mon témoin de mariage.

Votre rencontre avec la nature ?

La nature, ce sont les balades à pied sur des rives extrêmement vierges et sauvages. Les descendants d'Astérix ont dû connaître à peu près le même environnement et ça c'est quand même très fort !

Votre rencontre avec la culture ?

La culture, c'est le château de Suscinio, un château médiéval extrêmement bien préservé. Les architectes et les ouvriers de l'époque avaient une grande connaissance de leur métier. C'est un château absolument magnifique !

Votre rencontre avec le terroir ?

Le terroir pour moi c'est la cuisine et plus particulièrement le kig ha farz, une potée bretonne que l'on m'a servie un soir dans une chambre d'hôtes du Golfe. Ce fut un grand moment parce que ma tante nous cuisinait ce plat quand je passais mes vacances à Douarnenez.

Votre rencontre avec les mégalithes ?

Je me souviendrai toujours de cette petite balade en bateau sur le Golfe du Morbihan, au cours de laquelle j'ai pu voir les mégalithes d'Er Lannic sortir de l'eau. Je ne savais pas que la Bretagne était si belle et si riche. Allo l'Unesco ?



GUIDE DU ROUTARD GOLFE DU MORBIHAN VANNES

En vente en librairie, à l'office de tourisme et chez nos partenaires. 12.90 €
Sortie avril 2020.



**GOLFE
DU MORBIHAN
VANNES...**
LA RENCONTRE AVEC
l'exceptionnel

TEMPS FORTS 2020

JANVIER
LES HIVERNALES DU JAZZ,
Golfe du Morbihan Vannes Agglomération*
Vendredi 10 janvier au jeudi 6 février

FÉVRIER
FESTIVAL PROM'NONS NOUS,
Golfe du Morbihan Vannes Agglomération*
Samedi 1^{er} au mardi 18 février

23^e ROUE WAROC'H, Plescop
Vendredi 21 au dimanche 23 février

BRITTANY WINTER SCHOOL, Arzon
Mercredi 26 février au dimanche 1^{er} mars

MARS
COURSE CYCLISTE LA ROUTE BRETONNE,
Grand-Champ
Dimanche 1^{er} mars

LES RENCONTRES DU CINÉMA EUROPÉEN,
Vannes
Mercredi 4 au mardi 10 mars

RUN & BIKE, Grand-Champ
Dimanche 22 mars

LES ÉMANCIPÉES,
Vannes, Séné, St Avé
Mardi 24 au dimanche 29 mars

AVRIL
VANNES PHOTOS FESTIVAL, Vannes
Vendredi 10 avril au dimanche 10 mai

TRADI DEIZ, Vannes
Dimanche 26 avril

LES JARDINS ÉPHÉMÈRES, Vannes
À partir de mi-avril

LE TRAIL DU BORD DE MER, Arzon
Dimanche 12 avril

COURSE CROISIÈRE EDHEC, Arzon
Vendredi 17 au samedi 25 avril

MAI
VANNES CÔTÉ JARDIN, Vannes
Samedi 9 et dimanche 10 mai

TRAIL DES BALCONS DU GOLFE, Monterblanc
Samedi 9 et dimanche 10 mai

FESTIVAL PLAGES DE DANSES,
Presqu'île de Rhuys
Jeudi 21 au dimanche 24 mai

BARRACUDA TOUR, Arzon
Vendredi 15 au samedi 23 mai

FÊTE DU CARÉNAGE, Le Logeo, Sarzeau
Samedi 30 et dimanche 31 mai

JUIN
LIV'R'A VANNES, Vannes
Vendredi 5 au dimanche 7 juin

FESTIVAL DU JOURNAL INTIME,
Saint Gildas de Rhuys
Vendredi 12 au dimanche 14 juin

FÊTE DES DEUX CALES, Saint Armel, Séné
Samedi 13 juin

**SNSM MORBIHAN PADDLE TROPHY
OUEST FRANCE**,
Golfe du Morbihan Vannes Agglomération*
Samedi 13 et dimanche 14 juin

LA NOCE BRETONNE DU GORVELLO,
Theix Noyalo - Sulniac
Dimanche 14 juin

LE TRAIL DES REMPARTS, Vannes
Dimanche 21 juin

L'ULTRA MARIN RAID DU GOLFE,
Golfe du Morbihan Vannes Agglomération*
Jeudi 25 au dimanche 28 juin

JUILLET
FESTIVAL FÊTE DU BRUIT, Saint-Nolff
Samedi 5 et dimanche 6 juillet

FESTIVAL PLACE AUX MÔMES, Arzon
Juillet - août

FESTIVAL DU CONTE DE BADEN,
Golfe du Morbihan Vannes Agglomération*
Juillet

LES JOURNÉES DU VENT, Penvins, Sarzeau
Samedi 11 au mardi 14 juillet

TOUR DE FRANCE A LA VOILE,
Port du Crouesty, Arzon
Lundi 13 et mardi 14 juillet

LES FÊTES HISTORIQUES, Vannes
Lundi 13 et mardi 14 juillet

FÊTE DES VOILES ROUGES, Séné
Samedi 18 et dimanche 19 juillet

LOC'H AMERICAN FESTIVAL, Grand-Champ
Samedi 18 et dimanche 19 juillet

KERNERS DE VOYAGE, Arzon
Dimanche 19 au mardi 21 juillet

LES FÊTES CELTIQUES, Sarzeau
Du lundi 20 au dimanche 26 juillet

JAZZ EN VILLE, Vannes
Lundi 20 au samedi 25 juillet

LES MUSICALES DU GOLFE,
Golfe du Morbihan Vannes Agglomération*
Fin juillet - début août

AOÛT
LES GRANDES RÉGATES DE PORT NAVALO,
Arzon
Dimanche 2 août

L'ESTIVALE BRETONNE, Grand-Champ
Mercredi 7 août

LA FÊTE DE L'HUITRE, Surzur
Août

LA FÊTE CELTIQUE, St Gildas de Rhuys
Samedi 8 août

FESTIVAL DE LA VOILE, Île aux Moines
Week-end du 15 août

LES FÊTES D'ARVOR, Vannes
Vendredi 14 et samedi 15 août

LE TOURNIOU DES VÉRÉTES, Joutes nautiques,
Vannes
Dimanche 23 août

FESTIVAL MOTOCULTOR, Saint-Nolff
Jeudi 13 au dimanche 16 août

PARDON DE LA SAINT BILY, Plaudren
Dimanche 23 août

TREFF'L'FESTIF, Treffiélan
Samedi 31 août

SEPTEMBRE
SEMI-MARATHON AURAY-VANNES, Vannes
Dimanche 13 septembre

Tour de Rhuys, Presqu'île de Rhuys
Dimanche 13 septembre

IZENAH XTREM, Île aux Moines
Septembre

LES INSULAIRES, festival des îles du Ponant,
Île aux Moines
Vendredi 25 au dimanche 27 septembre

OCTOBRE
**RÉSONNANCE FESTIVAL DE MUSIQUE
CLASSIQUE**, Arzon
Jeudi 8 au dimanche 11 octobre

LA CATA GOLFE, Arradon
Samedi 10 et dimanche 11 octobre

LA VANNETAISE, Vannes
Samedi 10 et Dimanche 11 octobre

LA FÊTE DE LA POMME, Sulniac
Samedi 10 et dimanche 11 octobre

LA MARATHON DE VANNES, Vannes
Dimanche 18 octobre

**LE MILLE SABORDS DU CROUSTY GOLFE DU
MORBIHAN**, salon nautique, Arzon
Jeudi 29 octobre au dimanche 1^{er} novembre

NOVEMBRE

MARCHÉ DE NOËL, Elven
Samedi 21 et dimanche 22 novembre

DÉCEMBRE

CONTES DE NOËL A LA MARE AU POIVRE,
Locqueltas
Samedi 5 décembre

20ème SALON DU ROMAN POPULAIRE, Elven
Samedi 5 et dimanche 6 décembre

ANIMATIONS DE NOËL & PATINOIRE, Vannes
Décembre

LE BRIN DES OTARIES, St Gildas de Rhuys
Dimanche 20 décembre



TOUTE L'ANNÉE :

Découvrez la programmation. **LIEUX DE CULTURE À
DÉCOUVRIR - REDÉCOUVRIR** : Echonova, Cimenterie, Villa
Gregam, Dédale, Espace culturel l'Hermine, Cidrerie du
Golfe, espaces culturels, musées, cinémas, églises,
médiathèques, centres culturels...



EN JUILLET-AOUT :

Découvrez la programmation estivale
hebdomadaire de nombreuses communes du Golfe :
Arzon, Elven, Grand-Champ, Sarzeau, Theix-Noyalo etc.



→ Retrouvez tous les
rendez-vous dans le
journal des animations
"Golfe et vous - and
you" de l'office de
tourisme et sur
golfedumorbihan.bzh



LE GOLFE DU MORBIHAN...
ce sont ses **habitants "voyageurs"**
qui en parlent le mieux.

**O.lobry**

Barges rouges, Le Tour du Parc :



180 J'aime

O.lobry Mon spot préféré est Saint-Armel / Le Hézo. J'adore le changement perpétuel entre chaque saison, météo, heure des marées.

instagram.com/o.lobry
**mpchoco**

Penboch, Arradon



94 J'aime

mpchoco J'adore la multitude des îles qui rend le paysage unique. Mes spots préférés sont Penboch et la pointe d'Arradon, le passage de l'île Tascon, les 7 îles et me balader sur l'île aux Moines.

instagram.com/mpchoco

Suivez-nous, suivez-les !





Courir en rythme

DESTINATION TRAIL

Entre mer, vallées et îles, la destination Golfe du Morbihan Vannes est la première Station de Trail® en Bretagne : elle propose des parcours balisés pour tous les niveaux, des informations en temps réel, une application et un site dédiés pour en profiter toute l'année. Avec des vues imprenables sur la mer ou des chemins perçant les forêts, Vannes et le Golfe ajoutent un volet sportif et connecté à leurs atouts.

Fouler les sentiers forestiers dans la lumière rasante du petit matin, se gorger d'air iodé en courant le long de la côte, s'extasier d'une vue dominante dans les Landes de Lanvaux : pratiquer la course à pied sur le territoire du Golfe du Morbihan et de Vannes est une expérience plurielle ! De nombreux sportifs du coin le savent déjà, et pour tous ceux qui ne l'ont pas encore testé, le territoire est maintenant labellisé Station de Trail®. Golfe du Morbihan - Vannes a donc rejoint le réseau des 30 autres destinations Stations de Trail® qui maillent la France, c'est aussi la première station créée en Bretagne.

QU'EST-CE QU'UNE STATION DE TRAIL ?

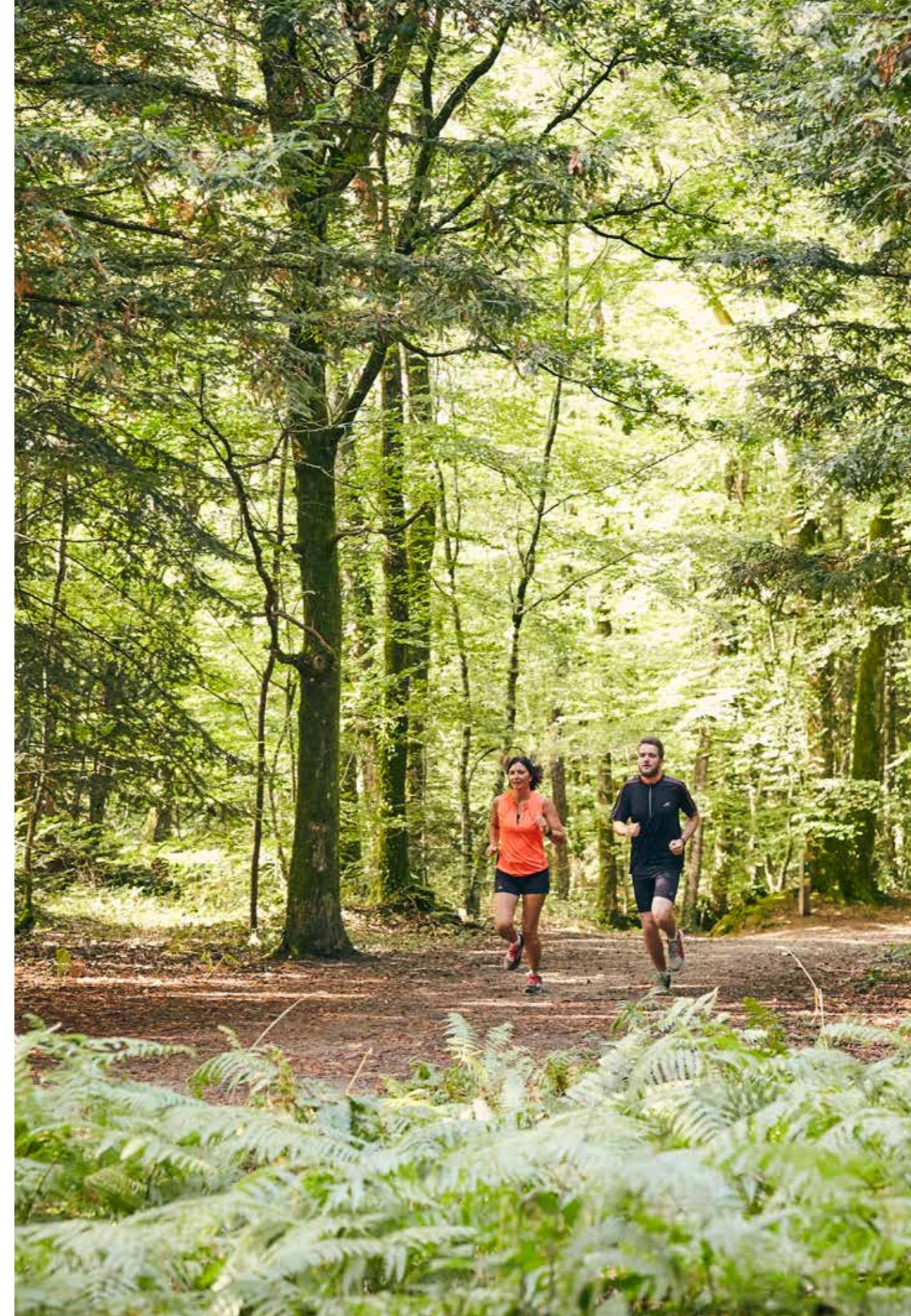
« Il s'agit d'une destination dédiée au trail et au running, proposant des parcours permanents et balisés pour pratiquer tout au long de l'année », précise Alison Lacroix, responsable du service Outdoor Expériences, un service du groupe Rossignol dédié à l'animation du réseau des stations de trail. Conçues sur le principe des stations de ski, les stations de trail concentrent toutes les infos utiles : des circuits balisés évalués du vert au noir selon la difficulté, des ateliers regroupés dans un stade de trail en accès libre, un accueil physique et numérique grâce à une application et un site web, la liste des nombreux événements autour du trail et de la course à pied, l'enregistrement des performances et des échanges avec la communauté connectée... « Et tous les parcours sont gratuits : les détails des trajets sont téléchargeables, ils incluent la cartographie, la liste des prestataires à proximité et des points d'intérêt, les stages ou entraînements avec les associations locales, les courses et même un bouton de détresse... Nous recensons tout ce qui existe autour du trail ! ». Une offre résolument pratique et sécurisante, aussi bien pour se lancer que pour

se perfectionner. Une solution intelligente pour se motiver et partager ses performances avec d'autres trailers, et pour découvrir la France par le sport !

QUE PROPOSE LA STATION DE TRAIL GOLFE DU MORBIHAN - VANNES ?

Pour les débutants comme pour les confirmés, pour quelques dizaines de minutes ou quelques heures, sur terrain plat ou accidenté, en autonomie ou encadré, les 14 circuits de la station de trail Golfe du Morbihan - Vannes ont été créés, avec les associations locales de course à pied, afin de satisfaire tous les profils de sportifs. Ils permettent également de découvrir la destination, ses trésors cachés et la grande diversité de ses paysages. À Grand-Champ, récemment labellisée station verte, le circuit bleu Gregam-Burgo vous emmène à la découverte des mégalithes sur 14 km, à Sulniac le circuit rouge compte 22 km entre chapelles et pommiers tandis que Saint-Avé dispose d'un circuit vert autour des moulins. A Brandivy, la base de loisirs de l'Étang de la Forêt accueille quatre ateliers : un atelier boucle VMA pour mesurer et améliorer sa « vitesse maximale aérobie », deux ateliers côte (courte et longue) et un parcours de 9 km autour de l'étang.

+ INFOS stationdetrail.com



123 CHIFFRES CLÉS

- 14 parcours
- 6 points de départ
- 4 ateliers
- 165 km pour courir toute l'année
- 12 communes
- Une dizaine d'associations sportives associées

PARCOURS DE TRAIL TRAIL-RUNNING ROUTES

1	GREGAM KERLEGUEN	9,1 km	99 m
2	GREGAM BURGO	14,6 km	169 m
3	GREGAM LOCMÉREN	20,9 km	230 m



LE TRAIL, UN SPORT NATURE

Le trail, issu de l'anglais trail running, est un sport de course à pied en milieu naturel, sur des chemins de terre ou des sentiers de randonnée. Le trail se pratique en plaine, en forêt ou en montagne, sur moyenne ou longue distance avec du dénivelé, et cherche à éviter les routes. La France compte près d'un million de trailers.



UNE STATION NORDIK WALK

Après le trail, la marche nordique ! Golfe du Morbihan - Vannes inaugure sa station Nordik Walk sur le même principe : elle présentera 5 parcours de marche nordique autour du Golfe du Morbihan, pour découvrir les paysages et le patrimoine en marchant, le temps d'une journée, d'un week-end ou d'un séjour.

+ INFOS stationsnordikwalk.com



*L'objectif est de plonger dans le paysage,
l'environnement, tout en le respectant.*

Du trail toute l'année

Avec de très belles courses à domicile, dont le célèbre Ultra Marin, créer une station de trail dans le Golfe du Morbihan était presque une évidence. Urbaine, maritime, en forêt, longue ou courte, à chaque période sa course, à chacun son trail.



PRENDRE UN BON BOL VERT :

LE TRI CONDAT HENT

Le Trail des balcons du Golfe, ou *Tri condat hent* (les trois chemins du condat), évolue dans une forêt vallonnée dotée d'une bonne côte, la « Butte de César ». Le trail comprend cinq parcours de 8 à 45 km dont une marche nordique de 12 km et une course semi-nocturne le samedi, entre l'aéroport de Monterblanc, Saint-Nolff et Saint-Avé.

Les 9 et 10 mai 2020

tri-condat.com



DÉCOUVRIR LA VILLE :

LE TRAIL DES REMPARTS À VANNES

Une course pour toute la famille : le trail des Remparts propose deux parcours de 7 et 15 km au cœur du Vannes historique, avec course kids et relais parents-enfants. Un bon moyen de visiter la ville et ses sites emblématiques comme le quartier Saint-Patern, les remparts, les sous-bois de Tohannic, les maisons à pans de bois, la cathédrale...

Dimanche 21 juin 2020

trailvannes.fr



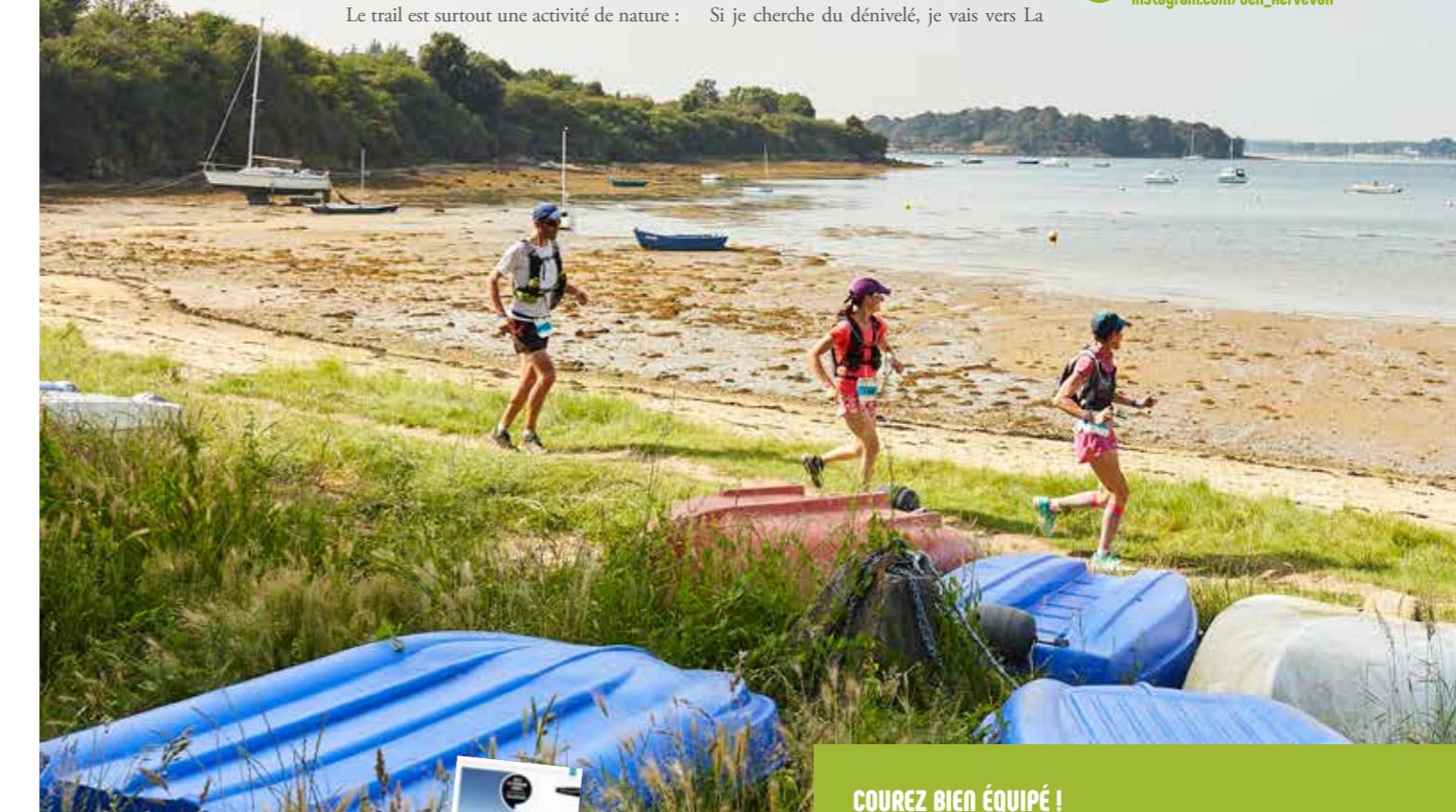
REPOUSER SES LIMITES :

L'ULTRA MARIN

177 km autour du Golfe ! L'Ultra Marin Raid Golfe du Morbihan est une référence dans le calendrier des trails ultra, ces courses longue distance qui séduisent les plus aguerris. Plus que la vitesse, l'enjeu est bien d'arriver au bout de la course... L'Ultra du Golfe propose un environnement exceptionnel à vivre de jour et de nuit sur les sentiers douaniers qui longent le Golfe, et même une traversée en bateau d'une dizaine de minutes. Totalement dépaysant ! L'événement compte aussi un parcours marche nordique de 12,5 km, et trois courses de 36, 56 et 87 km.

Du 25 au 28 juin 2020

ultra-marin.fr



ET AUSSI : le Trail du bord de mer à Arzon (avril), les Foulées Nature à Sarzeau (juillet), Izenah XTREM sur l'Île aux Moines (septembre), Trevleean Trail à Treffléan (octobre), le Trail de Saint-Nolff (novembre)...

Courir au coeur du Golfe du Morbihan :
golfedumorbihan.bzh



VIDÉO



« Le trail, c'est la liberté »

Benjamin Kervevan est passionné de trail et spécialiste des moyennes distances (30 à 60 km) en montagne. À 24 ans, ce jeune Vannetais explore la France à travers la compétition.

Pourquoi pratiquez-vous le trail ?

Je cours depuis mes 7 ans, et je me suis mis au trail pour suivre mon père... Le trail c'est la liberté : pas de contraintes, pas d'horaires, il suffit d'un short et d'une paire de baskets. C'est devenu une passion : je cours tôt le matin ou le soir. Et puis j'aime découvrir de nouvelles régions en montagne, en plaine et même en ville.

L'objectif est de plonger dans le paysage, l'environnement, tout en le respectant.

Il faut aussi tenir son chrono et s'adapter au terrain : chemins, obstacles, dénivélés, ce n'est jamais monotone... L'esprit s'échappe un peu, on en oublie même la pluie. Et ici, c'est un plaisir d'être sur un terrain de jeu aussi beau : la mer, la forêt, et ce n'est pas si plat qu'on le croit !

Comment se déroule la course en trail ?

Le trail est surtout une activité de nature :

Roche-Bernard ; pour courir en forêt avec un peu de côtes, je me tourne vers Monterblanc, Grand-Champ, Saint-Avé... Et puis autour du Golfe du Morbihan, il suffit de suivre les chemins de grande randonnée : je pars de Port-Blanc et je vais jusqu'à Vannes, pour une course de 23 km.

Suive Ben Kervevan sur Instagram
[instagram.com/ben_kervevan](https://www.instagram.com/ben_kervevan)

→ Retrouvez tous nos partenaires sur
golfedumorbihan.bzh et dans le Guide Loisirs 2020



COUREZ BIEN ÉQUIPÉ !

Chaussures adaptées, bâtons de marche et tenues de rigueur : prenez conseil auprès des équipementiers du territoire, experts des parcours du golfe pour vous lancer, progresser ou vous dépasser. Du haut de gamme et des conseils d'experts dans les trois boutiques Sobhi sport, des prix imbattables et 18 mètres linéaires chez Décathlon ou encore une offre 100% running et un accompagnement de passionnés chez Endurance shop : vous trouverez forcément l'accessoire et le conseil dont vous avez besoin.

Pédaler autour du golfe

*DESTINATION BIKE FRIENDLY**

Le Golfe du Morbihan est une vraie terre de vélo. Ici, tous les sujets de la petite reine trouvent pédale à leur pied ! Les itinéraires vélo marient les routes de bord de mer, les pistes cyclables, les micro-pentes (oubliez les grandes ascensions, ce n'est pas chez nous !) et les traversées en bateau... Car autour du Golfe du Morbihan, les kilomètres s'enchaînent sur terre et s'économisent en mer...

La pratique du vélo est une véritable tendance sociétale. Mais, si dans la vie de tous les jours, le choix du vélo est motivé par des raisons économiques, écologiques ou de santé, la pratique en vacances relève plus du moment convivial à partager entre amis ou en famille. Dans le Golfe du Morbihan, les circuits praticables permettent aux cyclistes de tous niveaux de profiter pleinement des paysages de bord de mer, des îles et des criques, d'inspirer de bonnes bouffées d'air iodé ou de se lancer dans une échappée champêtre tout en faisant de l'exercice physique.

Les loueurs de vélos proposent tout type de monture, de la plus classique à la plus insolite (comme les tandem parent-enfant) en passant par les carrioles, les vélos suiveurs ou encore les vélos électriques pour les moins téméraires ! Et pour ceux qui hésitent encore à enfourcher un vélo, on va dégainer nos cinq dernières cartes pour qu'à chaque coup de pédale vous puissiez profiter des charmes du Parc Naturel Régional...



5 BONNES RAISONS

DE FAIRE DU VÉLO DANS LE GOLFE DU MORBIHAN



1. S'ÉCONOMISER

Faire du vélo dans le Golfe du Morbihan permet d'économiser et de s'économiser. Économiser car le tourisme à vélo est gratuit, ou pas cher si vous louez votre bicyclette. Les plans sont offerts par l'office de tourisme et généralement, se constituer un panier repas n'est pas des plus onéreux. S'économiser également ! Car si vous voulez voir du pays, et pédaler sur les deux rives du golfe, il y a une astuce qui vous permet de gagner 20 kilomètres en 2 minutes ! Des barges permettent aux randonneurs de ménager leurs efforts en embarquant leurs vélos pour atteindre par la mer l'autre rive du golfe, Damgan ou Locmariaquer. Ainsi les petits passeurs permettent de tricher pour atteindre Séné depuis la presqu'île de Conleau à Vannes ou la presqu'île de Rhuys à Saint-Armel tout en profitant d'une petite pause nautique, celui de Pen Cadencic de joindre Pénerf à Damgan et celui de Port-Navalo de traverser l'entrée du golfe pour relier Locmariaquer. Les liaisons maritimes (hors croisières) vers l'île aux Moines et l'île d'Arz accueillent également les vélos à leurs bords.

*Destination amie des vélos
**tellement tendance



3. COMMUNIQUER AVEC LA NATURE

On ne va pas jouer les chamanes éperdus, mais sentez cette proximité immédiate avec la nature. Prenez pleinement conscience des panoramas à 360° que vous propose chaque point de vue ! Le Golfe du Morbihan offre une nature généreuse, sur terre et sur mer !



→ Retrouvez tous nos partenaires vélos et infos des passeurs sur golfedumorbihan.bzh et dans le **Guide Loisirs 2020**

2. PRENDRE SON TEMPS

Privilégier la qualité à la quantité ! Comprenez : à chacun son rythme. Pas de stress, on pédale en cœur, et surtout on s'arrête quand on veut. Pour prendre une photo d'un nouveau point de vue sur le golfe ou devant une chapelle trop mignonne, pour se désaltérer sous un arbre centenaire, pour une pause shopping dans une boutique so trendy**, pour un pique-nique les pieds dans l'eau... Se perdre dans le golfe est aussi une des meilleures occasions de découvrir des trésors cachés, des points de vues différents, petits villages aux pierres surannées...



5. REMPLIR SON RÉSERVOIR À SOUVENIRS

Une fois les formalités de la location passées, le pique-nique bien calé sur le porte-bagage et les premiers ronds-points contournés pour s'élanter sur les itinéraires fléchés, profitez de cette activité de partage en famille ou entre amis. La balade à vélo est idéale pour papoter, rigoler, se challenger dans les côtes ou piquer un sprint sur les derniers kilomètres. Pédaler devient une formidable odyssée, génératrice de souvenirs inoubliables !



UN ITINÉRAIRE CYCLABLE SUR TOUT LE LITTORAL BRETON :
LA V5 DE VANNES À PORT-NAVALO

Les marcheurs ont le chemin des douaniers, les cyclistes auront bientôt leur itinéraire cyclable littoral. À l'image

du sentier côtier (GR® 34), la région développe aujourd'hui une voie pour les cyclistes : la V5. Elle amènera à terme les excursionnistes de Roscoff à Saint-Nazaire. En Presqu'île de Rhuys, tout est déjà en place. Les circuits au départ de la V5 offrent de belles échappées : sept itinéraires sont proposés au départ de Vannes et jusqu'à Port-Navalo.



+ BON PLAN

L'ACCUEIL VÉLO

Certains hébergeurs, sites de visite, et réparateurs de vélo sont affiliés à la marque nationale Accueil Vélo. Ce label offre aux cyclistes la garantie de se trouver à moins de 5 kilomètres d'une piste cyclable, de disposer d'un équipement conforme (abri vélo sécurisé, kit de réparation...) mais également de bénéficier d'informations, de conseils utiles et de services adaptés : transfert des bagages, lavage du linge, préparation de paniers pique-nique (services à confirmer auprès du prestataire)...



→ Retrouvez tous nos partenaires labellisés Accueil Vélo sur golfedumorbihan.bzh et dans les **Guides Hébergements et Loisirs 2020**



J'aime rouler ici, la Bretagne est vraiment une terre de vélo, avec des courses tous les week-ends, une culture : c'est idéal pour progresser.



Coralie Demay

REINE DE LA PETITE REINE

Sur piste ou sur route, Coralie Demay franchit un à un tous les échelons du cyclisme de compétition. Médaillée de bronze au championnat de France Elite en contre la montre, championne de France de poursuite, scratch, omnium, 5^e mondiale du chrono mixte en relais... Les titres pleuvent sur cette jeune Elvinoise de 26 ans qui vise maintenant les JO de Tokyo l'été prochain.

Coralie Demay est une cycliste complète, à la fois à l'aise sur piste, en équipe de France, et sur route au sein de FDJ-Nouvelle Aquitaine-Futuroscope. « C'est assez rare de faire les deux. Mais mes équipes comprennent mon double projet, et puis j'aime changer de coéquipières et varier les courses ». Sur piste, elle doit tout donner tout de suite, « sans trop réfléchir », mais sur route, la tactique entre en jeu, « avec différents profils, et moi je suis plus rouleuse que grimpeuse ».

C'est à Elven que tout a commencé : à 14 ans, la jeune collégienne s'essaye au vélo, dans le sillage de ses frères au club de cyclisme vannetais. « Là, je me suis vraiment défoulée : le vélo est bien plus fatigant, il faut aller au bout de soi-même, c'est ce qui me plaît ». Coralie fait rapidement ses preuves, elle part en pôle espoir et progresse encore. Aujourd'hui, elle roule 6 jours sur 7 avec son équipe. Mais Coralie revient souvent à Elven pour voir sa famille, ses amis, et parfois reprendre la route vers Plumelec, avec sa célèbre côte de Cadoudal, souvent empruntée par les coureurs du Tour de France. « J'aime rouler ici, la Bretagne est vraiment une terre de vélo, avec des courses tous les week-ends, une culture : c'est idéal pour progresser ».



Je voyage dans le monde entier mais je préfère courir sur les rives du Golfe qu'à Central Park...



Géraldine Andrieux

COMME UN POISSON DANS L'EAU

100, 200, 400 et 800 nage libre (crawl) : Géraldine Andrieux est plusieurs fois championne de France de natation. Hôtesse de l'air, présidente du CN Vannes*, elle fréquente les bassins jusque dans ses escales, et continue de nager pour assouvir son appétit de vivre, voir briller les yeux de ses enfants, aller plus loin.

« Je pourrais tenir un blog sur toutes les piscines du monde » : Géraldine Andrieux est hôtesse de l'air et championne de France de natation. Pour son travail, elle voyage autour du globe, sans délaisser sa passion. « Je cherche toujours à nager pour m'entraîner : je fais parfois des échanges de vols, afin de m'assurer d'avoir une piscine lors de mon escale ! ». Dès l'aurore, cette sportive confirmée enfile son maillot et enchaîne les longueurs. « Aux USA ou en Asie, les bassins sont ouverts dès 5 ou 6 h du matin. C'est génial de pouvoir faire du sport avant d'aller travailler. Et il y a du monde à l'eau ! ».

PLUS DE 34 ANS DE PRATIQUE

Géraldine Andrieux est vannetaise, et c'est au club de Vannes qu'elle a débuté à l'âge de 11 ans. Elle a évolué dans la natation et dans sa carrière, a quitté Vannes, la compétition et la Bretagne pour mieux y revenir il y a 10 ans. « J'adore ma région, je suis très chauvine : je voyage dans le monde entier mais je préfère courir sur les rives du Golfe qu'à Central Park... C'est magnifique, la lumière et le paysage changent à chaque heure ». La natation, qu'elle avait quittée pour avoir ses enfants, lui est revenue comme une nécessité après le décès de leur père : « je voulais montrer à mes enfants que la vie doit continuer... J'ai repris la compétition et j'ai retrouvé les podiums du championnat de France ! Et mes enfants, qui me suivent partout, me donnent envie de continuer, d'aller toujours plus loin ».

*Cercle des Nageurs de Vannes

LE GOLFE DU MORBIHAN...

ce sont ses **habitants "voyageurs"**
qui en parlent le mieux.



En direct



Consultez les webcams, météo
et horaires de marée sur golfedumorbihan.bzh



Claude Le Dû
Port-Navalo



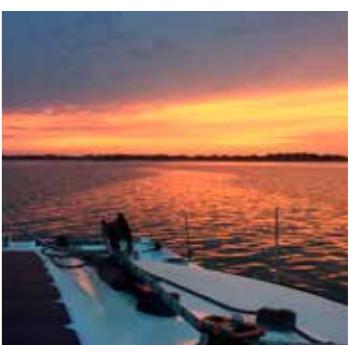
140 J'aime

Claude Le Dû Mon spot préféré est Port-Navalo à Arzon et particulièrement les pointes du Bilgroix et la pointe du phare où on peut faire les plus belles photos des bateaux dans le courant. J'adore la lumière particulière du Golfe et particulièrement les couchers de soleil.

facebook.fr/Claudeportnavalo



Boomerang's Catamaran
Mouillage, île d'Arz



89 J'aime

Boomerang's Catamaran Habitants de Séné, nous sommes partis en famille faire le tour du monde en bateau. Notre spot préféré est la plus belle plage du golfe sur l'île de Boéde. Nous aimons faire notre marché à la halle aux poissons de Vannes.

facebook.fr/catamaranboomerang
[Blog : boomerang.bzh](http://boomerang.bzh)

Suivez-nous, suivez-les !



Ralentir le tempo

CES ACTIVITÉS QUI FONT DU BIEN !



Avec nos rythmes de vie effrénés, où tout est planifié, rangé, cadré, minuté, nous avons souvent l'impression de passer à côté des vrais plaisirs de la vie ! Mais comment se reconnecter à ses aspirations profondes, ralentir le rythme pour prendre le temps, du temps pour soi et pour son bien-être physique et émotionnel ? Un séjour dans le Golfe du Morbihan est déjà une partie de la réponse. Ses côtes sauvages, ses longues plages de sable fin offrent des moments propices à la reconnexion. Rencontrer des personnes inspirantes et partager leur passion composent la deuxième partie de la réponse. Nous avons sélectionné pour vous des activités qui boostent le corps et l'esprit !



PADDLE YOGA

Pour faire simple, il s'agit de faire du yoga sur une planche de stand up paddle ! Pour faire un peu plus compliqué, il s'agit d'arriver à faire des postures de yogi sans tomber dans l'eau ! Avec Juliette Le Manchec, l'exercice allie les vertus de la méditation et de belles tranches de rires avec en toile de fond le site enchanteur de la pointe de Penvins, à Sarzeau et sa petite chapelle pour sentinelle ! Il n'est pas forcément nécessaire d'être un yogi chevronné ni même de manier habilement le paddle pour s'offrir cette parenthèse de bien-être. Au cours de la séance, vous vous apercevrez vite que les bienfaits du yoga se couplent parfaitement avec ceux de la mer. La qualité de votre respiration procure rapidement un lâcher-prise propice à la concentration pour enchaîner les positions et muscler son corps en profondeur. La connexion avec l'air iodé, le chant des mouettes et le clapotis de l'eau procurent un sentiment de zénitude absolue en fin de cours !



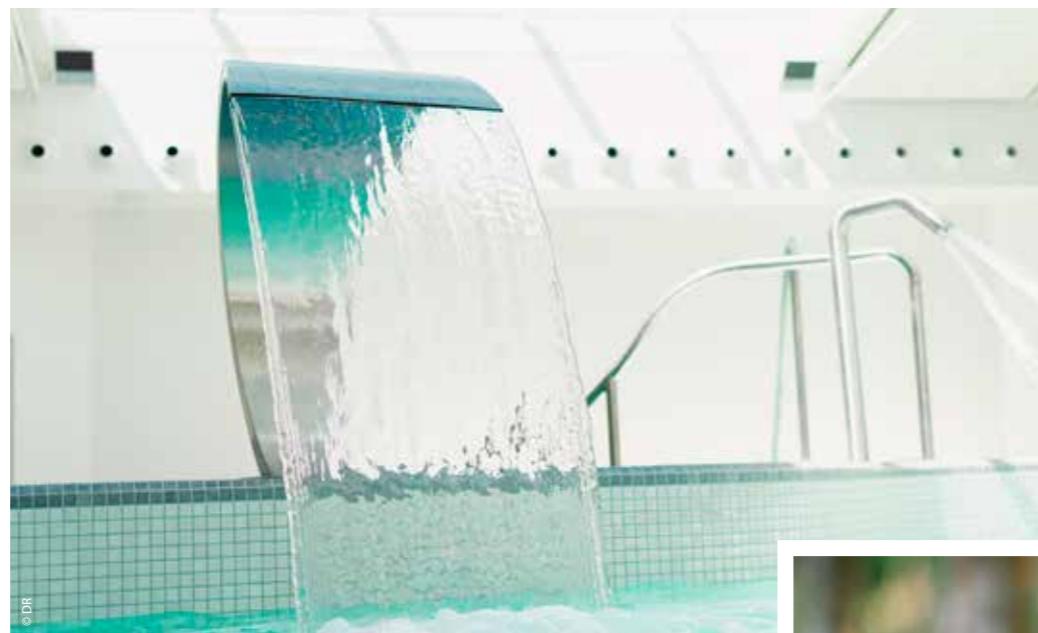


LE SPA MARIN

En perpétuelle évolution, l'établissement 5 étoiles du Miramar La Cigale Hôtel & Spa, à Arzon, continue de surprendre en ouvrant son nouveau Spa Marin de 318 m², de bois et de verre et baigné d'un puits de lumière naturelle.

À quelques pas de l'hôtel, se déploie ce tout nouveau parcours marin qui accueille des installations dernières générations dédiées au bien-être, à la détente pour une parenthèse régénérante avec l'océan atlantique en toile de fond. Une bulle de tonicité et de relaxation marine structurée en plusieurs étapes. Du massage aux jets aux zones à bulles, tout a été dessiné et créé pour régénérer le corps et l'esprit.

Le Spa Marin complète l'offre thalasso de l'établissement, véritable cocon conçu pour se laisser bercer par le silence et s'abandonner sous les mains expertes des praticiens. Des soins individuels permettent de profiter des vertus de l'eau de mer combinées à des massages différents pour renforcer les résultats santé. Ainsi les massages californiens, balinais, kansu ou encore aux pierres chaudes sont autant de sources de bien-être physique et psychologique pour lâcher prise, se détendre ou se ressourcer rapidement. Le Miramar La Cigale Hôtel & Spa permet également d'essayer des équipements haut de gamme comme le Iyashi Dome dont la technologie d'infrarouges longs permet de relancer tout le métabolisme en évacuant les toxines de l'organisme.



© DR

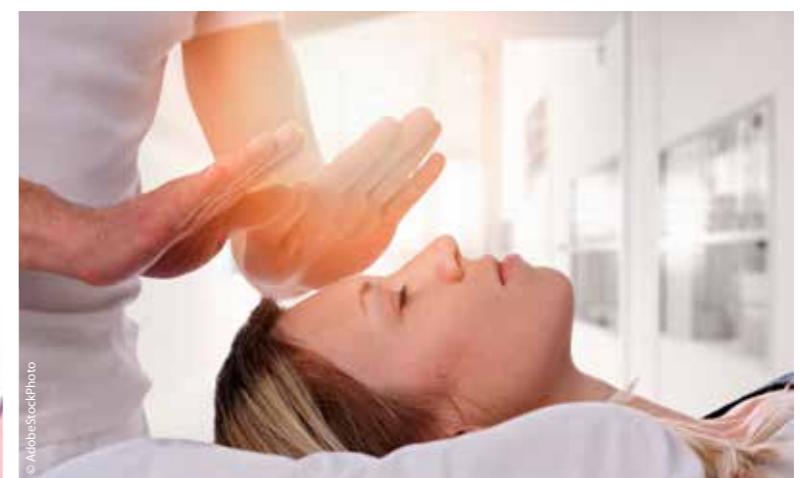


© AdobeStockPhoto



LA MARCHE AQUATIQUE

Si la marche aquatique ne vous parle pas (encore !), le premier postulat est d'oublier de l'associer à l'image de la « tranquille » promenade les pieds dans l'eau... La marche aquatique consiste à longer la côte. Elle est un sport à part entière, à mi-chemin entre l'aqua-gym et une séance d'abdos-fessiers. Au Centre Nautique de Sarzeau (CNS), sa pratique est dispensée par un Brevet d'état Maître-Nageur Sauveteur. Dans l'eau, où la résistance est 5% plus importante que dans l'air, les mouvements sont plus lents, ils se font avec une plus grande amplitude. Résultat : vos articulations ne souffrent pas. L'eau va sculpter votre corps en douceur. Alors, oubliez les salles de sport, gainez-vous au grand air... en toute saison... et si l'eau est un peu froide, sachez que les effets seront décuplés !



© AdobeStockPhoto



→ Retrouvez toutes les activités et nos partenaires bien-être sur golfedumorbihan.bzh, dans le journal « *Golfe et vous* » et dans le *Guide Loisirs 2020*



ESSAYER DES NOUVEAUX MODES DE RELAXATION

Pieds nus sur le sable, face à l'océan, le visage caressé par les embruns, de gracieuses silhouettes enchaînent d'amples mouvements. Bienvenue dans l'univers holistique du Qi Gong. Souvent décrite comme une gymnastique chinoise, cette pratique s'aborde tout en « douceur ». Tout comme le taï chi ou encore le reiki, une pratique de relaxation méditative qui permet de dénouer les blocages émotionnels et chasser le stress.

Si vous souhaitez gagner en stabilité, en persévérance et en détermination pour vous lancer dans votre propre chemin de vie, optez pour des soins énergétiques pour réactiver vos chakras et vous recentrer. Les rives du Golfe du Morbihan et les plages atlantiques sont des terrains parfaits pour vous initier à ces nouvelles pratiques.



L'ART-THERAPIE

Pour Nolwenn Floc'h, l'art-thérapie « entraîne l'homme vers la beauté et permet de connaître l'esprit, la vie affective et émotionnelle d'un individu. » Il permet de s'exprimer autrement que par le langage verbal et stimule la créativité et l'imaginaire. Mais nul besoin d'être dessinateur hors pair pour participer aux ateliers de Nolwenn à Elven. Aucun prérequis n'est nécessaire. Bien au contraire : on ne se préoccupera pas de la qualité ou de l'apparence de l'œuvre, juste de prendre plaisir dans un processus créatif détendu en laissant libre cours aux flots d'idées qui s'échappent de vos pensées. À travers la peinture, le modelage, la sculpture, le son ou le mouvement, Nolwenn vous aide à canaliser votre énergie à travers un processus artistique unique !

Embarquer à bord d'un sinagot

BATEAU EMBLÉMATIQUE DU GOLFE DU MORBIHAN

Dans le Golfe du Morbihan, l'art de se ressourcer se compose d'instants suspendus... ceux où l'on prend pleinement conscience de toute la poésie portée par la petite mer. Ce matin-là une lumière toute particulière irradie les voiles ocre de notre embarcation. Nous sommes à bord des « Trois Frères », majestueux sinagot, porte-étendard du Golfe du Morbihan. Robuste, stable et puissant, il cristallise ce que ses aficionados gréent haut : la conservation du patrimoine maritime et la mémoire des gens de mer.

« Les Trois Frères », « Joli Vent » et « Mab Er Guip » sont de sortie. Les trois sinagots (que l'on écrit parfois sinago, les deux orthographies sont acceptées) quittent Port Anna, à Séné et se dirigent vers le rocher du Moine qui veille sur les marins du golfe du bout de l'île de Boëdic. Il est alors d'usage de réciter la fameuse prière : « Doublant le Moine, il faut saluer, d'un coup de blanc, sans respirer. Bon vent, belle mer et bon courant, te porteront assurément ». Chacun trinque et boit cul sec un petit verre de blanc (ou autre breuvage, mais faisons honneur* au moine !) en guise de révérence à Saint-Antoine... par superstition surtout, et Dieu sait que l'on est superstitieux sur un bateau ! Quelques gouttes seront versées sur le pont du bateau, d'autres en mer pour rendre hommage aux disparus que l'on n'oublie jamais au sein de la communauté des gens de mer !

À la barre des « Trois Frères », Gérard Lucas, le président de l'association « Les Amis du Sinagot » supervise les

maneuvres pour hisser les voiles tout en gardant le cap. Le gréement de la chaloupe est constitué de deux voiles au tiers : une misaine à l'avant et un taillaveau à l'arrière. Rapidement, les voiles ocre parent le voilier de ses plus beaux atours. Le voilà le seigneur du Golfe du Morbihan ! Il y règne en maître ! Incontestablement les sinagots font ici partie du décor. Ils sont sur toutes les cartes postales. À l'instar de l'Île aux Moines ou de l'Île d'Arz, des remparts de Vannes ou du château de Suscinio, que serait le golfe sans ses sinagots ?

DE LA PÊCHE À LA PLAISANCE

Ces bateaux traditionnels portent les noms des habitants de Séné. C'est dans ce village de pêcheurs, proche de Vannes, que l'on commence à les construire à partir de 1857 au chantier Martin à Kerdavid à Séné, et ensuite au chantier Querrien au Bono. Ils furent utilisés jusqu'en 1964 par les pêcheurs de Séné, pour la drague des huîtres et la pêche côtière dans le Golfe du Morbihan et



Robustes, stables et puissants, les sinagots gréent haut des valeurs chères au Golfe du Morbihan : la conservation du patrimoine maritime et la mémoire des gens de mer.

« Jusque dans les années 1920, une centaine de sinagots sillonnaient encore le golfe. Puis, les nouvelles techniques de pêche, la motorisation des unités et la recherche du confort mirent fin à cette belle épopée » souligne Gérard Lucas. Il s'en est fallu de peu pour que la flottille ne tombe en déshérence. C'était sans compter sur d'opiniâtres poignées de bénévoles passionnés qui, à partir de 1969, retroussèrent leurs manches pour sauver ce patrimoine maritime. « Nous avons fêté en 2019 les 50 ans de l'association. Cinquante ans que nous œuvrons à préserver la mémoire des sinagots et à faire vivre ceux de l'association en les entretenant dans le respect de la tradition », poursuit Gérard Lucas.

Sur les trois sinagots de l'association, seul « Les Trois Frères » est d'origine. Il est d'ailleurs classé monument historique. Les deux autres, « Joli Vent » et « Mab Er Guip » sont des reproductions contemporaines d'après des plans originaux.

Tous ont leur programme de sorties sur le Golfe du Morbihan. « Nous embarquons toutes les personnes souhaitant s'initier à la navigation à l'ancienne », explique Doïna Léraud, chargée de la communication. « Nous participons aussi à diverses manifestations nautiques de Brest à Noirmoutier en passant évidemment par la Semaine du Golfe. » Organisée tous les deux ans, la Semaine du Golfe est l'événement maritime phare de la destination. La prochaine édition est prévue en 2021. Ainsi, si aujourd'hui les sinagots sont destinés à la plaisance, gageons que leurs belles coques noires puissent longtemps continuer à garder leur amer, celui qui maintient nos rêves d'évasion éveillés lorsque les voiles ocre se mirent dans l'eau calme de la petite mer...

+ INFOS sinagot.bzh



Voguer à bord d'un Sinagot :
golfedumorbihan.bzh



→ Retrouvez tous nos partenaires pour embarquer à bord d'un voilier traditionnel sur golfedumorbihan.bzh ou dans le **Guide Loisirs 2020**



RENCONTRE (MATINALE) AVEC L'EXCEPTIONNEL

L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt. En quittant Port-Anna à Séné en cette matinée de fin d'été, je me dis que oui le « Miracle Morning » doit certainement exister ! J'y vois déjà trois bénéfices clairement palpables !

Le premier est ce lever de soleil sur le Golfe du Morbihan, une des plus belles merveilles que la nature puisse nous offrir.

Le deuxième est ce silence, la petite mer est à nous, pas une seule embarcation, le golfe se réveille en douceur sous le clapotis de la coque noire de notre sinagot !

Le troisième résulte des deux premiers : l'osmose entre notre voilier et les éléments : le vent s'engouffre dans les voiles ocre des « Trois Frères », la mer épouse sa coque noire comme une bénédiction ! On salue le jour avec la gratitude de rencontrer l'exceptionnel !



LES SINAGOTS DU MOULIN VERT

l'Établissement et Service d'Aide par le Travail (ou E.S.A.T.) du Moulin-Vert de Tumiac, à Arzon, spécialisé dans l'entretien d'espaces verts, l'accueil en gîte d'étape et la vente de bois de chauffage, se distingue également par la création de maquettes navigantes de sinagots et de petits canots à misaine.

Parmi les cinquante personnes en situation de handicap psychique travaillant au Moulin Vert, quelques-unes sont spécialisées dans la confection de ces maquettes, vendues directement au sein de l'établissement, à la Criée de Port Navalo en juillet-août et lors de l'animation d'un bassin du vent à l'occasion du Mille Sabords du Croesty ou de la Semaine du Golfe.

Une idée de cadeau originale et solidaire !

+ INFOS moulin-vert-arzon.fr



LES VOILES ROUGES

La prochaine édition des Voiles Rouges aura lieu les 18 et 19 juillet 2020. La fête maritime met à l'honneur la flotte de sinagots encore en navigation mais également leur port d'accostage : Port-Anna à Séné. Dernier port de pêche en activité dans le Golfe du Morbihan, Port-Anna connaît son âge d'or au siècle dernier quand les voiliers traditionnels faisaient vivre des familles entières. L'association « Les Amis de Port-Anna », organisatrice de l'événement, propose un programme riche en mer et à terre : régates, concerts, feux d'artifice... Cette 13^e édition sera un événement incontournable du Golfe du Morbihan, programmé en alternance avec la Semaine du Golfe (année paire pour les Voiles Rouges, impaire pour la Semaine du Golfe).



S'INITIER AUX TECHNIQUES DE PÊCHE

Attraper un gros poisson

Les choses vraiment importantes à nos yeux figurent rarement sur nos to-do-list*. On n'y place pas l'essentiel qui est de vivre des expériences authentiques avec ceux que l'on aime. Par exemple, jamais je n'aurais pensé y inscrire une partie de pêche en mer en famille ! Et pourtant, mon escapade sur la Presqu'île de Rhuys m'a permis de découvrir un moment de partage simple et inoubliable ! Au départ de port Saint-Jacques à Sarzeau, nous avons embarqué à bord du semi-rigide de Fabrice Toledo, notre guide de pêche, dans l'espoir de taquiner quelques poissons... Récit d'une expérience à marquer d'une pierre blanche (ou sur VOTRE prochaine to-do-list*) !

* liste de choses à faire

Il est 9h au port Saint-Jacques. Certes ce n'est pas l'aurore, mais pour un jour de vacances, cela reste un départ matinal. Le petit port de Sarzeau grouille déjà d'activités : quelques bateaux (partis eux à l'aube) accostent, les cales remplies de poissons encore frémissants. L'atmosphère bon enfant des quais dissipe nos premières craintes. Il faut dire que c'est notre première sortie de pêche en mer en famille... Et comme toute première, l'appréhension se mêle à l'excitation.

Le semi-rigide de Fabrice Toledo largue les amarres. Notre guide de pêche distribue les gilets de sauvetage. Ethan prend immédiatement place à côté de son papa à l'avant du bateau, quand Sarah, plus craintive, préfère rester près de Fabrice. Nous sommes rapidement happés par le spectacle qu'offre la sortie du port : le site naturel de la pointe Saint-Jacques précède sa plage de sable fin, encore vierge de toute empreinte si ce n'est celles des petits graviers batifolant au bord de l'eau.

« Nous faisons cap vers Hoëdic », précise Fabrice. « Ce sera notre lieu de pêche pour ce matin ». La navigation prend son rythme de croisière et devient une aventure à part entière. Le vent fouette nos visages, les enfants hurlent de joie à chaque franchissement de vagues, dont les crêtes atterrissent parfois par rafales à l'arrière du bateau. C'est bon, tout le monde est bel et bien réveillé !

Au bout d'une vingtaine de minutes, on aperçoit quelques mouettes tournoyer, signe que des bancs de poissons ne doivent pas être loin. On commence à ralentir. Le radar du bateau s'anime. Fabrice coupe le moteur et distille ses premiers conseils en aidant petits et grands à armer sa canne à pêche : « il faut s'imaginer ce qui se passe au fond de l'eau.



S'initier à la pêche en mer avec Fabrice :
golfedumorbihan.bzh



Ce n'est pas une piscine. Ici les fonds ne sont pas plats. C'est vallonné, il y a des rochers, des plateaux, des bancs d'algues... Il faut en avoir conscience et laisser dériver le bateau sur les plateaux pour aller tranquillement sur l'habitat des poissons. »

Le premier apprentissage est donc cérébral ? « Il faut s'imaginer les poissons au fond et essayer d'animer leurre pour qu'il soit le plus réel possible et ainsi défier leur méfiance ». Avec Fabrice, la pêche n'a donc rien à voir avec l'attente passive du « coup de chance ». Il poursuit : « ce que j'aime, c'est transmettre ma passion. Cela passe par la pédagogie et l'attention envers les stagiaires, c'est-à-dire que l'on va essayer de transmettre nos techniques et notre vision de la mer. »



LA PÊCHE À PIED

Les mesures de préservation des ressources ne concernent pas que la pêche en mer. La pêche à pied est également régie par des règles de bonnes conduites. Pour aider les cueilleurs, le Parc Naturel Régional du Golfe du Morbihan a édité une réglette qui permet de respecter les tailles des prises. Ce document rappelle les règles de base pour respecter l'environnement : ne pêcher que ce que l'on est certain de consommer, laisser les femelles portant des œufs, remettre les pierres dans leur position initiale, etc.



RÉGLETTE OFFERTE
À L'OFFICE DE TOURISME



→ Horaires des marées
(Port-Navalo et Vannes) sur
golfedumorbihan.bzh et dans le
journal *Golfe et vous*



→ Retrouvez tous nos partenaires pêche (guides de pêche, articles de pêche) sur golfedumorbihan.bzh et dans le *Guide Loisirs 2020*



Soudain, les moulinets s'activent : Ethan sent se tendre sa ligne sous le poids de sa proie. Un petit tacaud et c'est l'exclamation du premier trophée ! Cette prise motive les troupes, tout est possible, restons vigilant. Avec nos leurres, on déifie les prédateurs qui se nourrissent de petits poissons comme le bar, le maquereau ou la bonite...

Passée l'émulation du tacaud, l'attente se fait un peu longue pour les néophytes impatients que nous sommes... N'aurait-ce pas été plus facile d'apprendre le b.a.-ba de la pêche dans le golfe ? Fabrice bat en brèche cette idée reçue : « Je préconise toujours d'aller pêcher hors golfe au début pour aller sur les plateaux de roches qui sont juste bercés par les courants de marées. C'est beaucoup plus simple car la technique est de savoir aller chercher le fond pour ensuite pêcher un peu plus à la surface de l'eau. Par contre dans le golfe, il y a certes des courants formés par la marée mais aussi des goulets où l'eau accélère comme dans un grand siphon. Donc au niveau de la technique ce n'est pas du tout la même pêche. »

Timidement Sarah demande un peu d'aide « je sens quelque chose... » puis sa voix s'affole « oui, vite, il y a quelque chose... Fabrice, vite, c'est lourd... » Sans se départir de son calme, Fabrice intervient pour aider sa jeune stagiaire, non pour faire à sa place mais pour l'accompagner et soutenir ses efforts... « Il est gros celui-là », pressent-il... Il prépare son épisette pour accueillir la bête qui sort enfin de

l'eau : un magnifique bar de 78 cm ! Une très belle prise pour Fabrice, le grail pour toute la famille ! Moi qui m'en suis toujours un peu amusée, je comprends maintenant le besoin impérieux de tout bon pêcheur d'immortaliser son exploit, hier sur papier argentique, aujourd'hui sur insta ! On n'est pas peu fier !

Il n'en demeure pas moins que le geste le plus héroïque initié par Fabrice aura été de relâcher le bar en mer. À quoi bon ? Avec la sortie vélo qui nous attend dans l'après-midi, on n'aurait jamais eu le temps de le cuisiner. « La ressource n'est pas inépuisable. On est très attentif à promouvoir une pêche raisonnée, justifie Fabrice. On préleve juste ce dont on a besoin, pas plus. Il y a un moratoire en cours sur le bar, qui autorise le prélevement de 3 bars par personne et par bateau. Si on est trois sur le bateau, on peut donc prélever neuf bars. Mais, si on est tous de la même famille, est-ce vraiment raisonnable de prélever neuf bars ? On préleve un bar, deux bars et ça suffit, le reste on le remet à l'eau. Ils vont aller faire des petits. La ressource sera d'autant plus importante, comme le plaisir de pêche. »

Ce matin-là, plus que son quotidien de guide de pêche, Fabrice nous aura transmis une philosophie de vie pour faire perdurer une technique de pêche dans le respect de la nature... que nous empruntons à nos enfants.



Pêcher en eau douce



Au cœur des Landes de Lanvaux, l'Association Agrée pour la Pêche et la Protection des Milieux Aquatiques (AAPMMA) du Loc'h propose des parcours de pêche adaptés à tous les niveaux de pêcheurs, en amont de la rivière du Loc'h jusqu'à Brandivy ainsi que sur tout son réseau d'affluents peuplé de truites Fario.

L'association gère également la pêche sur les étangs de Pont-Berthois à Locqueltas, de la Forêt à Brandivy et du Parc Er Bihan à Colpo. Ces plans d'eau abritent de nombreuses espèces de poissons blancs, truites arc-en-ciel, perches, brochets, carpes... La recherche des carnassiers se fait au bord des étangs ou en float-tube sur l'étang de la Forêt.



BON À SAVOIR

Pour pêcher sur le domaine public et sur le réseau hydrographique entretenu et géré par des associations comme celle du Loc'h, chaque personne souhaitant taquiner la truite ou quelques carnassiers doit détenir une carte de pêche. Achetez votre carte de pêche en ligne sur cartedepeche.fr

▲ Le Loc'h à Brandivy

FISHING ACADEMY

Pour aider les enfants à découvrir la pêche en eau douce, l'AAPMMA propose des stages d'initiation et de perfectionnement au sein de sa « Fishing academy ». L'école prône une pratique de pêche fondée sur le respect du poisson, la connaissance de ses modes de vie et de ses techniques de capture raisonnée.

PARCOURS DE PÊCHE

Retrouvez tous les parcours de pêche sur parcours-de-peche-morbihan.fr

+ INFOS aappmaduloch.com

© R. Le Teuff Flyrallur



Thierry Leygnac

CHASSEUR DE TEMPÈTES

La lassitude ne s'installe jamais dans le quotidien de Thierry Leygnac. Vols taxi, circuits touristiques, largages de parachutistes, départs d'événements nautiques comme la route du Rhum et le Vendée Globe... le pilote d'hélicoptère est de toutes les sorties au sein de la société Bretagne Hélicoptère. Mais surtout, Thierry Leygnac fait référence dans le domaine de la prise de vue aérienne et encore plus précisément quand les vents se déchaînent et que la houle se forme aux pieds des phares bretons !

Photographes de renom, chaînes de télévision, réalisateurs et cinéastes, tous ont le portable de Thierry Leygnac. Leur point commun : chasseurs de tempêtes ! Thierry Leygnac s'est forgé une solide réputation au sein des médias pour emmener les professionnels de la prise de vue au cœur de l'univers dantesque des fortes dépressions !

Thierry Leygnac a l'œil pour mettre son hélicoptère en stationnaire pile au moment où une lame gigantesque déferle sur un des multiples phares que compte le littoral breton. Car incontestablement, la Bretagne est le terrain privilégié des chasseurs de tempêtes ! Ensemble ils volent au-dessus de l'enfer, surfent au-dessus des vagues et offrent au public les premières loges d'un opéra maritime complètement déjanté...

Certes l'hélicoptère est le seul à pouvoir flirter avec les plus grosses vagues « *mais les risques sont toujours mesurés* » et Thierry Leygnac est un virtuose du pilotage quand les éléments s'emballent...

Son plus beau souvenir « *reste les vols effectués avec Jacques Perrin pour son film documentaire Océans... Imaginez : soixante heures de vol pour en garder trois minutes à l'écran ! Cette expérience est mon chef d'œuvre, si je puis dire...»*



Survoler le Golfe avec Thierry :
golfedumorbihan.bzh



→ Retrouvez tous nos partenaires d'activités aériennes sur golfedumorbihan.bzh et dans le **Guide Loisirs 2020**



Thomas Coville

NAVIGATEUR DE TOUS LES RECORDS

Thomas Coville est un infatigable aventurier : présent sur tous les records, toujours un coup d'avance sur les innovations, toujours partant pour de nouveaux défis. Avec lui, rien n'est impossible et la mer n'a pas eu raison de sa témérité.

Record du tour du monde à la voile en multicoques en moins de 50 jours en 2016, record de la Méditerranée, de l'Atlantique Nord, de la distance parcourue sur 24h : rien ne résiste à Thomas Coville. Aujourd'hui à bord de son trimaran volant Sodebo Ultim 3, il réinvente la course à la voile : double traversée de l'Atlantique fin 2019, Trophée Jules Verne et The Transat en 2020... Sodebo Ultim 3 est un bateau révolutionnaire à l'image de son skipper : « *Nous avons placé le cockpit devant le mât, soit 7 mètres de décalage par rapport au précédent Sodebo. Une configuration qui limite la résistance et donne plus d'équilibre à pleine vitesse. Pour progresser, il faut savoir sortir des zones de confort. La classe Ultim est idéale pour cela : chaque bateau est unique, avec sa logique et sa pensée, quasiment expérimental.* ». Et c'est à Vannes, chez Multiplast, leader dans le domaine des multicoques et monocoques de course, que Thomas Coville a fait construire son nouveau bateau atypique, c'est encore dans les eaux du Golfe qu'il a tiré les premiers bords avec son géant des mers, et c'est à la Trinité-sur-Mer qu'il s'est installé, face à la baie de Quiberon, base d'entraînement prisée des régatiers. « *Quand on rentre de navigation, notre vocabulaire évolue : est-ce qu'on a volé ? Est-ce que le vol était stable ? On parle incidence, portance... Je rentre toujours en ayant appris quelque chose !* »



Suivez le quotidien de Thomas Coville en image sur instagram : [instagram.com/sodebovoile](https://www.instagram.com/sodebovoile)

C'est dans les eaux du Golfe qu'il a tiré les premiers bords avec son géant des mers



NOUVEAU



HUITROSCOPE
Guide de l'huître
Sortie avril 2020

LE GOLFE DU MORBIHAN...

ce sont ses habitants "voyageurs"
qui en parlent le mieux.



Le Val de Brangon

Baden



84 J'aime

Le Val de Brangon Mon spot préféré est le passage de l'île de Berder. J'adore particulièrement "aux huîtres et caetera" à Larmor Baden.

instagram.com/le_val_de_brangon


Kamishybybreizh

Sarzeau



107 J'aime

Kamishybybreizh J'adore le côté océan pour y vivre mais nous préférons le Golfe pour les balades et notamment la baie du Lindin et ses sentiers en direction de Brehuidic et du Logeo. J'adore le port de St Jacques à Sarzeau. Nous y avons posé nos valises il y a 14 ans.

instagram.com/kamishybybreizh

Suivez-nous, suivez-les !





Butiner de fleurs en fleurs

LES ABEILLES DU GOLFE

Entre les pins et les chênes, un léger bourdonnement se fait déjà entendre. Au bout du chemin de terre cabossé, des dizaines de ruches colorées ont été installées en lisière du champ : des roses, des vertes, des jaunes, des bleues... Christian Morio prend visiblement plaisir à choyer ses colonies d'abeilles ! L'apiculteur se bat pour préserver une espèce endémique : l'abeille noire. Et il fait mouche ! Situé dans un environnement bio, son rucher produit un miel labellisé AB, naturel et pur, sombre et onctueux, à l'image des hyménoptères... Rencontre avec un défenseur passionné des abeilles noires bretonnes.

Christian Morio n'a pas besoin de sa combinaison de cosmonaute pour faire les présentations. « *L'abeille noire est douce, tant que l'on se tient à distance, elle n'est pas du tout agressive. C'est une race pure, parfaitement adaptée au biotope de la région* ». L'apiculteur est un homme affable et posé, fin connaisseur de l'abeille noire qu'il s'ingénie à préserver autour du Golfe du Morbihan. Endémique du nord-ouest de l'Europe, l'abeille noire est donc plus noire que les autres abeilles. Sa couleur lui permet de capter davantage de rayons solaires pour accumuler de la chaleur. Elle est également plus musclée, et ses ailes, plus grandes, lui permettent de butiner toutes les fleurs en résistant au vent. « *L'abeille noire est également une très bonne gestionnaire, poursuit Christian. Elle sait gérer ses réserves en nourriture et régule même sa population en fonction de la quantité de nectar qu'elle récolte et qui lui permet de tenir en période de disette* ».

POUR UNE APICULTURE NATURELLE ET DURABLE

Autrefois espèce dominante en Bretagne, la population d'abeilles noires s'est réduite comme une peau de chagrin, subissant de plein fouet l'importation accrue d'abeilles étrangères : l'abeille jaune d'Italie, la grise du Caucase, la brune de Slovénie et la Buckfast. La mondialisation n'épargne personne, encore moins les insectes polliniseurs, indispensables à la biodiversité. Couplés avec les pesticides, l'invasion des frelons asiatiques, la monoculture, ou encore

l'absence d'étiquetage clair sur l'origine du miel et la lutte contre le miel frauduleux coupé avec du sucre, les défis auxquels les apiculteurs font face sont multiples, souvent décourageants.

Mais force est de constater qu'ils n'ont pas encore eu raison de la passion de quelques apiculteurs irréductibles qui, à l'instar de Christian, se battent pour une apiculture naturelle et durable. Son combat a ainsi croisé celui de quelques agriculteurs bio qui lui ont ouvert les barrières de leurs champs pour entreposer ses ruches et offrir à ses hôtes des fleurs variées et de qualité.

« *Après les saules et les noisetiers en février, la saison se poursuit avec les arbres fruitiers et le colza, puis l'acacia, le châtaignier et les ronces, les fleurs sauvages variées... Et pendant la période creuse, entre le 15 juillet et le 15 août, les abeilles disposent des fleurs du blé noir alentour* ». Cet environnement de qualité, sans pesticide et avec une grande diversité a permis à Christian de faire croître son cheptel.

L'apiculteur dispose d'une centaine de ruches, réparties autour du Golfe à Saint-Nolff, Larmor Baden, Arradon et Questembert. « *Mes ruches sont de type Warré permettant de respecter la biologie de l'abeille et sa conservation* ». Ce type de ruche écologique permet aux abeilles de

vivre dans des conditions proches de leur vie en milieu naturel.

Désormais revêtu de son scaphandre blanc et armé de son enfumoir, Christian ouvre une ruche et tire un cadre : « *Regardez ! Les amores de cire que nous mettons pour guider les abeilles dans leur construction sont fabriquées avec la cire que nous récoltons* ».

Christian récolte son miel à maturité. Pour obtenir un miel pur, il l'extrait après broyage des rayons et filtration sur cire,

L'abeille noire est douce, tant que l'on se tient à distance, elle n'est pas du tout agressive. C'est une race pure, parfaitement adaptée au biotope de la région.

mais son préféré reste le miel en rayon. Il le commercialise sous l'appellation « *Rucher des Agapanthes* », en circuit court et auprès de sa fidèle clientèle, soucieuse d'acheter un miel de terroir à la traçabilité impeccable.

Et pour la survie de l'espèce, l'apiculteur élève également des essaims pour remplacer les colonies qui disparaissent et vend l'excédent à ses confrères qui lui emboîtent le pas pour que vive l'abeille noire en Morbihan !

+ INFOS zenapis.fr

LE SAVIEZ-VOUS ?

► Les abeilles voient la vie en noir et blanc. Les couleurs chamarrées des ruches de Christian ne leur servent absolument pas à retrouver leur maisonnette. Par contre, elles reconnaissent certaines formes géométriques comme le rond, la croix et le losange. Raison pour laquelle Christian a dessiné ces quelques signes distinctifs sur les façades de ses ruches.

► On ne naît pas reine, on le devient ! La reine est à l'origine une abeille comme les autres. Mais c'est parce que son alimentation sera exclusivement constituée de gelée royale qu'elle deviendra reine : ses organes reproducteurs vont se développer et vont lui permettre de pondre jusqu'à 2000 œufs par jour.

► Une abeille butine jusqu'à 700 fleurs par jour dans un périmètre de trois kilomètres autour de la ruche. La flore ne peut se développer sans le butinage des abeilles, indispensable à la pollinisation. Les hyménoptères sont donc des véritables sentinelles de notre écosystème.

EXPÉRIENCE INÉDITE :

LE MIEL SOLIDAIRE DE VANNES

La ville de Vannes a également emboîté le pas des défenseurs des abeilles en installant une cinquantaine de ruches sur son territoire. Les bénéfices de la vente des pots de miel sont intégralement reversés à des associations locales.

+ INFOS mairie-vannes.fr



→ Retrouvez les circuits courts partenaires et marchés sur golfedumorbihan.bzh et dans le Guide Gourmand 2020

Pour votre santé, limitez les aliments gras, salés, sucrés.



Parler gastronomie

AVEC TROIS CHEFS ÉTOILÉS DU GOLFE



MICHELIN



Pour les chefs cuisiniers, le Golfe du Morbihan est un pays de Cocagne. Ici, tout pousse en abondance et les eaux du Golfe et de l'Atlantique fournissent des produits d'une fraîcheur hors pair. Nous avons réuni trois chefs étoilés*, trois noms de la cuisine gastronomique vannetaise, trois amoureux de leur terroir : Olivier Samson de La Gourmandière, Thierry Seychelles du Roscanvec et Vincent David du Pressoir. Chacun a son identité culinaire mais un dénominateur les réunit : une cuisine de la terre et de la mer, sans cesse réinventée avec des notes maraîchères différentes à chaque saison.

Pouvez-vous raconter votre parcours en 3 mots... ?

Olivier Samson : Mon premier stage chez Patrick Jeffroy à Plounérin a été une vraie rencontre. Puis j'ai continué mon parcours de la Côte d'Azur aux restaurants étoilés de la chaîne alpine, puis à la maison Pic à Valence avant de rentrer en Bretagne pour m'installer en 2011 à La Gourmandière à Vannes.

Thierry Seychelles : J'ai eu la chance de faire mon apprentissage chez Georges Paineau à Questembert puis chez différents chefs étoilés Michelin en France et à l'étranger. En 2016, j'ai ouvert l'établissement Le Roscanvec, à Vannes, avec Sarah et Karine Kaczorowski, mes associées.

Vincent David : Mon parcours peut se résumer à trente ans de cuisine, vingt ans en France avec des grands chefs deux ou trois étoiles Michelin et depuis dix ans au Pressoir à Saint-Avé.

Comment définissez-vous votre cuisine ?

O.S. : Ma cuisine est avant tout une cuisine de saison avec des produits frais. J'y mets toute mon identité qui est un peu comme le temps ici : toujours un peu chahutée !

T.S. : Ma cuisine est composée de produits de culture bretonne mais ouverte sur le monde, une cuisine sans frontière.

V.D. : Ma cuisine est gourmande et généreuse. Je ne dénature pas les produits, je les accompagne avec des mariages terre-mer.

Où puisez-vous votre inspiration ?

O.S. : Je la puise lors de mes rencontres avec mes producteurs. J'ai par exemple le même

maraîcher bio depuis 2011. En fonction de ce qu'il me livre, il me dicte d'une certaine manière ce que je vais faire. Les produits reviennent toujours et on fait la musique avec les légumes.

T.S. : Mon inspiration vient des moments de convivialité, d'événements, des marchés, des voyages... de tout ce qui me rend curieux.

V.D. : J'échange beaucoup avec mon équipe en cuisine. On se construit les uns les autres. Ce sont les produits de saison qui définissent les plats mais ce sont nos échanges que naît ce que l'on va inscrire à la carte.

Quels produits bretons requièrent selon vous une attention ou un savoir-faire particulier ?

O.S. : Le homard est un des crustacés les plus délicats : une minute de trop et c'est du caoutchouc.

T.S. : L'huître est un produit fragile surtout quand on souhaite la cuisiner chaude.

V.D. : L'ormeau est un produit très cher qui nécessite beaucoup d'attention en cuisson.

Quelle est la recette pour devenir un bon chef breton ?

O.S. : Être passionné, curieux et aimer les gens.

T.S. : Il n'y a pas de recette, il n'y a que de bons produits. Il faut avoir envie de faire plaisir aux gens et de se faire plaisir.

V.D. : La passion, la rigueur et le partage.

* Olivier Samson, Thierry Seychelles et Vincent David ont tous reçu une étoile au Guide Michelin en 2019.



→ Retrouvez les restaurants étoilés sur golfedumorbihan.bzh et dans le [Guide Gourmand 2020](#)



Olivier Samson, Thierry Seychelles et Vincent David font partie des « Tables & Saveurs de Bretagne ». Cette association rassemble les plus belles tables de Bretagne qui cultivent sincérité et authenticité pour offrir à leurs convives un vrai voyage gastronomique.



tablesetsaveursdebreTAGNE.com

LIKE A LOCAL

Déguster le Golfe du Morbihan

Les coups de coeur des habitants



Goûter la tradition

CRÊPES ET GALETTES

Pas de Bretagne sans crêpes, pas de bolée de cidre sans galettes : indissociables de la gastronomie bretonne, les crêpes et galettes divisent encore les puristes mais réunissent tous les gourmands. Blé noir ou froment, complète ou beurre sucre, quelles histoires se cachent derrière ces célèbres spécialités ?



Il est sûr en tous cas que chaque cuisinière a sa recette



© Franck Hamel



Jacques et Solange Thorel
"Je réussis mes crêpes et galettes"
aux éditions Ouest-France

On dit en Bretagne qu'il existe autant de recettes de pâtes à crêpes que de clochers ou de croix sur le bord des routes... « Il est sûr en tout cas que chaque cuisinière a sa recette » confirme Jacques Thorel, ancien chef étoilé et auteur culinaire installé à Vannes. S'il est difficile de dater les premières crêpes, on sait qu'elles sont déjà mentionnées à l'Antiquité. Et en Bretagne, la crêpe et la galette ont de tout temps trôné à la table des pauvres comme des riches. « Il n'y avait pas de hiérarchie sociale dans la nourriture : tout le monde mangeait la même chose. Sur ces terres difficiles, on parle de cuisine de survie : bouillie d'avoine ou de blé noir, que l'on fait cuire parfois avec du beurre ou du lait ribot* ». Voilà pour l'origine des crêpes et galettes, nées des premières bouillies.

CRÊPES OU GALETTES, TELLE EST LA QUESTION
Les crêpes et les galettes sont deux choses différentes. « En Basse Bretagne, les crêpes ou krampouezh sont fines et croustillantes, on les dit kraz (grillées). En Pays Gallo, les galettes sont plus épaisses et faites uniquement de blé noir, d'eau et de sel ». La crêpe de froment serait apparue plus tard, avec une pâte composée de farine de blé, de lait et d'œufs.

UN GESTE TRÈS TECHNIQUE

Souvent préparées le vendredi, jour maigre, les crêpes étaient rapides à faire et à conserver. La maîtresse de maison en réalisait une grande quantité pour le week-end ou pour tout événement. « Dès qu'il y a une fête, il y a des crêpes ! » rappelle le chef. Une vérité qui se vérifie encore aujourd'hui. Troc et puce, kermesse, fest-noz : on admire le coup de main des crépières, le geste rapide et précis pour étaler la pâte sur la galetière - ou bilig - très chaude, à l'aide du rozell... Un cercle parfait, projeté d'un coup de spanell pour le retourner. « Avant, on mangeait les crêpes sans garniture ou avec un peu de beurre, on les faisait sécher sur un fil pour les écraser dans la soupe. Plus tard, on les a roulées autour d'une saucisse lors des kermesses. Aujourd'hui, on trouve la traditionnelle complète avec œuf, jambon et fromage, et des préparations très élaborées aux fruits de mer... Mais ma préférence va à la galette au lard bouilli », confie Jacques Thorel.

*Lait ribot : lait fermenté breton traditionnel

Dès qu'il y a une fête, il y a des crêpes !

LE SAVIEZ-VOUS ?



► Le label « Crêperies gourmandes » de Bretagne est décerné aux crêperies bretonnes respectant une démarche qualité : savoir-faire, fabrication sur place, respect de la tradition, utilisation de produits locaux... Un gage de plaisir gourmand !



creperiesgourmandes.com



Pour votre santé, limitez les aliments gras, salés, sucrés. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

➔ Retrouvez tous nos partenaires crêperies SUR golfedumorbihan.bzh et dans le Guide Gourmand 2020

ABC LEXIQUE

- **Bilig** : galetière en breton, plaque en fonte aussi appelée « tuile » utilisée pour cuire les crêpes
- **Rozell** : râteau en bois servant à étaler (tourner) la pâte sur le bilig
- **Spanell** : longue spatule en bois servant à décoller et/ou retourner la crêpe



SARRASIN : LE BLÉ NOIR ET GÉNÉREUX

Le blé noir, ou plante des 100 jours, est bien adapté au sol pauvre et acide de la Bretagne : il se contente de peu et pousse vite, fournissant une farine riche et facile à cuisiner. Très présent au XI^e siècle, il avait peu à peu disparu des terres bretonnes. Mais depuis une dizaine d'années, on revoit les champs aux fleurs blanches et tiges rouges envahir les surfaces agricoles : à la ferme de Bréménic à Grand-Champ et à la ferme de Bellevue à Sarzeau. Une IGP (indication géographique protégée) a même été créée en Bretagne en 2010 et le sarrasin se décline dans de nombreuses recettes salées et sucrées.



LA GALETTE... TOUT UN SAVOIR-FAIRE

Vous avez toujours souhaité apprendre à faire des galettes et des crêpes ? Grâce à une professionnelle, les stagiaires découvriront les véritables saveurs bretones à travers différentes pâtes (nature, au cidre, à la bière... avec modération bien sûr). En fin de séance, un moment convivial est organisé pour déguster en famille les galettes du jour !

+ INFOS Infos & réservations dans chaque bureau d'information touristique (juillet-août)



Thomas Neveux

PRÉSERVER LE SAVOIR-FAIRE

Ancien salarié de Plasmor, Thomas Neveux a repris le célèbre chantier nautique, créateur de kayaks de mer et de voiliers transportables. Passionné et polyvalent, il veut faire durer l'élégance de ces embarcations dans le Golfe.

On les reconnaît facilement à leur ligne élancée et au petit logo en forme d'otarie. Les kayaks de mer Plasmor sont prisés des passionnés de la randonnée ou de la pêche à fleur d'eau, qui en apprécient la grande stabilité et la belle glisse. En mer ou dans le Golfe du Morbihan, ils croisent aussi les Skelligs, petits voiliers conçus pour la pêche ou la croisière côtière. « Ce sont de jolis bateaux, confie Thomas Neveux, il fallait que ça perdure ». Après 40 ans d'existence, plus de 14 000 kayaks et 700 voiliers conçus et assemblés en Bretagne, Plasmor a donc changé de main et de site. L'entreprise a quitté Theix-Noyalo, « mais je continue à tester les embarcations dans le Golfe » précise Thomas Neveux.

Ancien développeur informatique, puis responsable d'un centre de vacances, Thomas Neveux a découvert le nautisme chez Bénéteau, en Vendée. « C'est là que j'ai appris la stratification, et j'adore ça : on peut tout faire, tout est toujours réparable, même remettre un bateau de 40 ans à neuf ». Chez Plasmor, il s'est occupé de la fabrication des kayaks et des Skelligs, de la réparation et des finitions des produits. « Ça aide d'avoir ces expériences, aujourd'hui je sais tout faire ». Et il en a profité pour emprunter des Skelligs, « tous les week-ends. Mon préféré est le Skellig 1.4 : j'aime faire des sorties de quelques heures, il est rapide à gréer et à mâter, je suis en un quart d'heure à l'eau pour un tour des îles ».

+ INFOS plasmor.fr



Famille Le Droguen

LA PASSION DU BON : UNE HISTOIRE DE FAMILLE DE SULNIAC

Chez les Le Droguen, on est amateur de bons produits de père en fils, et d'oncles en neveux. Fruits et légumes, boucherie, pizzas : toute la famille propose des produits locaux et de saison pour régaler tout le Golfe du Morbihan.

« J'ai toujours fait les marchés, avant avec mon père et mes oncles, aujourd'hui avec mes cousins ». Éric Le Droguen est l'un des 5 associés de la Ferme de Coet Navalen à Sulniac. Une ferme qui produit et vend des fruits et des légumes de saison et bio. Pommes de terre, fraises, courgettes et salades vertes, mais aussi jus de pomme, confitures ou graines pour le potager. « Aujourd'hui, nous produisons un maximum sur place, on achète parfois pour compléter ce que l'on ne peut pas produire ». Une formule simple qui fonctionne très bien, puisque toute la production est écoulée sur les 21 marchés hebdomadaires et à la vente à la ferme...

communication modernes : agriculture de saison et passage au bio, vente par internet et page Facebook. Tous ont gardé les pieds sur terre. Daniel, frère d'Éric, a ouvert une boucherie bio très cotée à Saint-Gildas-de-Rhuys. Yann, son deuxième frère, s'est reconvertis dans la restauration. Après un passage à New-York et des débuts dans un simple camion, il s'est affirmé comme pizzaiolo hors-pair : vice-champion d'Europe en 2011 et champion de France en 2013 ! Aujourd'hui, il compte cinq pizzerias à Arzon, Séné, Sarzeau, Surzur et Theix et propose des pizzas avec des produits locaux et bio...

+ INFOS

lafermedecoetnavalen.fr
pizza-rhuys.com
facebook.com/boucher.traiteur.saintgildasderhuys

Pour bien grandir, mange au moins cinq fruits et légumes par jour.

**LE GOLFE DU MORBIHAN...**

ce sont ses **habitants "voyageurs"**
qui en parlent le mieux.



Franz-Renan Joly

Vannes



147 J'aime

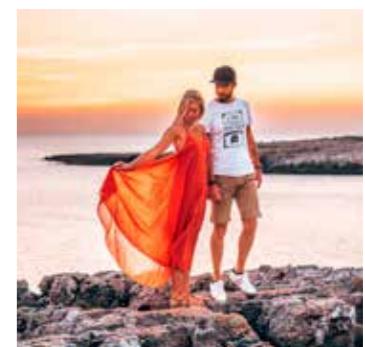
Franz-Renan Joly Mon spot préféré : La presqu'île de Rhuys ! Le Golfe du Morbihan d'un côté et le Mor Braz (grande mer) de l'autre offrent des ambiances différentes. J'adore l'ambiance qui s'y dégage et cette luminosité qui évolue au cours de la journée et durant les différentes saisons.

instagram.com/frj_photo
[twitter : @FRJ photo](https://twitter.com/@FRJ_photo)



Les Droners

Italie



454 J'aime

Les droners Nous aimons particulièrement l'île de Berder, son calme et ses points de vue. C'est là qu'on se ressource le plus. Nous aimons nous balader sur le marché de Vannes et boire un café au Pirenn.

instagram.com/lesdroners
[Blog : lesdroners.fr](http://Blog.lesdroners.fr)

Suivez-nous, suivez-les !



1^{er} PRIX CATÉGORIE « EXTENSION – RÉHABILITATION » :

Métamorphose à Crac'h / Maître d'œuvre : Mathilde Yence, architecte à Larmor-Baden ▼

INSPIRATION
DES EXEMPLES AUDACEUX RÉUSSIS

De nombreux particuliers et architectes relèvent le défi en se lançant dans des extensions ou des rénovations éco conçues jusqu'à bousculer parfois les codes. Ils ont fait écho de ses métamorphoses lors du « Prix des Maisons du Morbihan » proposé tous les deux ans par le CAUE sur le département. « L'architecture s'est banalisée, selon les modes, et il nous paraît aujourd'hui essentiel de montrer des exemples ingénieux », se soucie Hervé Mocaré.

Les lauréats 2019-2020 ont présenté une mise en valeur audacieuse de l'environnement : insertion, volumétrie, développement durable, performance énergétique, matériaux durables ou encore intégration dans un secteur dense ou sur une petite parcelle en milieu urbain biscontinu.

Les architectes récompensés verront leur réalisation exposée dans 50 communes au travers d'une exposition itinérante sur le Morbihan et participeront à l'émission « Archi à l'ouest » diffusée sur Tébéo TV.

+ INFOS tebeo.bzh

Habiter le Golfe du Morbihan

DES IDÉES POUR S'INSPIRER ET DE BONS CONSEILS POUR RESPIRER

AVEC HERVÉ MOCAER ET FRÉDÉRIQUE FALLET DU CAUE MORBIHAN

Afin de préserver un paysage emblématique, la rénovation du bâti est aujourd'hui plus que préconisée.

La construction est certes toujours envisagée dans le cas de la redensification d'un centre-ville ou d'un cœur de bourg.

L'idée est bien de ne pas étendre la zone urbaine, de limiter l'utilisation de la voiture, de privilégier les déplacements doux et de permettre aux habitants, commerçants et services de s'y épanouir.

REGARDS SUR LE TERRITOIRE

Auparavant, le territoire était marqué par des centres bourgs denses, de constructions en pierre, proches ou accolées. Les façades étaient très ordonnancées avec une porte centrale et des ouvertures de part et d'autre. Les maisons avaient un étage avec des combles. Dans l'emprise du bourg ou de la ville, dominaient des maisons modestes et des maisons de capitaine où les éléments (gabarit, fenêtres...) étaient

systématiquement « plus hauts que larges ». Sans oublier, disséminés, ici et là dans les campagnes, un patrimoine vernaculaire, des fermes et des manoirs plus imposants. On réfléchit aujourd'hui à réhabiliter, à redimensionner et à densifier ce patrimoine -comme celui plus contemporain- avec une vision plus écologique. Vannes en est un bon exemple.

LES CONSEILS DU CAUE POUR S'ANCER DURABLEMENT DANS LE XXI^E SIÈCLE

Véritable partenaire multidisciplinaire, le CAUE 56 offre conseil architectural, services et sensibilisation à l'éco-conception en vue de construction, réhabilitation, rénovation ou extension. « Dans un premier temps, nous étudions la parcelle et appréhendons l'existant afin d'intégrer le projet avec efficience », explique Frédérique Fallet, architecte-conseil au CAUE. L'objectif est de valoriser les atouts du site. « Le choix d'implantation n'est pas anodin. Il peut permettre de conserver un maximum de lumière, de se protéger des vents dominants et de préserver son intimité » ajoute-t-elle. Oui, mais quand notre PLU ne le permet pas ? « Le CAUE a aussi un rôle de facilitateur et de pédagogique pour bien comprendre les règles de la construction et de l'urbanisme, comme le PLU, ou encore les exigences de l'ABF » rappelle Hervé Mocaré, directeur du CAUE du Morbihan.

L'aspect technique peut être aussi un atout et est gage d'innovation. De même, qu'un simple

bardage extérieur permet de gagner en confort thermique et acoustique tout en baissant sa consommation d'énergie et en apportant une jolie transformation de l'existant ! « L'utilisation d'éco matériaux comme la paille, le bois brut, la chaux, les matériaux recyclés, les matériaux issus des filières durables et bio sourcées... ont pour pouvoir de rendre beau et être bon pour la planète » propose Frédérique Fallet. De nombreux avantages environnementaux, techniques et esthétiques à toujours évaluer en amont.

CAUE : Conseil de l'Architecture, de l'Urbanisme et de l'Environnement

PLU : Plan Local d'Urbanisme

ABF : Architecte des Bâtiments de France

LE SAVIEZ-VOUS ?

► Faire appel à un architecte coûte plus cher !

Faux. Grâce à sa vision globale de cycle de vie de votre maison, son carnet d'adresses d'artisans de qualité ainsi que sa connaissance de matériaux écolo et moins énergivore, un architecte vous permet de faire des économies.

► Faire construire en neuf permet de gagner en confort et efficacité énergétique !

Vrai/Faux. La rénovation d'un logement, à prix comparable au neuf, peut répondre aux souhaits de confort, de bien-être et d'efficacité énergétique et vous apporter un meilleur rapport qualité-prix.

Source : CAUE

+ INFOS caue56.fr



Sortir des sentiers battus

ITINÉRAIRES BIS AUTOUR DU GOLFE



LA CHAPELLE MANGOLÉRIAN À MONTERBLANC

Édifiée au XV^e siècle, elle nous offre un joli témoignage religieux et vernaculaire avec d'un côté son clocheton à gâbles travaillé, sa voûte peinte, sa maison, dite du chapelain et de l'autre son placître*, son calvaire en granit et sa fontaine du XVI^e. On apprécie aussi sa magnifique vue sur le Golfe.

*Placître : enclos paroissial, désignant l'espace non bâti à l'intérieur de celui-ci.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Nos ancêtres construisaient leurs nouveaux bâtiments sur les ruines d'anciens bâties. Selon la tradition, les vestiges d'un édifice auraient d'ailleurs servi à la fondation de certaines chapelles.



LE MANOIR DU PLESSIS-JOSSO À THEIX-NOYALO

Au cœur d'une campagne verdoyante, l'imposant manoir, construit du XIV^e au XVII^e siècle, propose un véritable voyage dans le temps : un bel ensemble composé, au fil des siècles et de ses propriétaires, d'un logis de prestige, de belles dépendances agricoles, d'une orangerie et d'une chapelle dont il faut découvrir les charmants vestiges nichés au creux des bois derrière le verger. Le tout est ceinturé d'une enceinte fortifiée surmontée d'un chemin de ronde aux murs crénelés et de tours, dont une défensive à 300°. Un véritable écrin d'anecdotes et de secrets !

Visites guidées l'été les après-midis, à partir de la mi-juillet. Toute l'année pour les groupes.

Prendre contact au préalable. +33 (0)2 97 43 16 16

LE SAVIEZ-VOUS ?

En général, la tour, vue de l'extérieur, puis la salle d'apparat - plus tard l'escalier et les cuisines - incarnaient les éléments majeurs d'un manoir.

Le Golfe du Morbihan ne manque pas de sites médiévaux comme le représentatif château de Suscinio, ou encore la forteresse de Largoët, en passant par Vannes et son enceinte fortifiée. Plus confidentiels, il vous faut découvrir son patrimoine vernaculaire et ses manoirs de granit qui agrémentent le paysage. Des pépites, inscrites aux Monuments Historiques, qui témoignent du style de vie des seigneurs et du clergé. Elles traversent le temps à la faveur de propriétaires sous le charme, d'architectes des Bâtiments de France aguerris et de quelques mécènes généreux. Voici quelques étapes de charme sélectionnées rien que pour vous sur votre itinéraire bis !

◀ Chapelle Notre-Dame-de-Bon-Secours de Cran, Tréffléan



LE MANOIR DE KERGAL À BRANDIVY

Le rigoureux manoir de pierre de granit du XVI^e présente dans ses détails bien des atouts et notamment une drôle de lucarne centrale à gâble* en façade avec deux chimères et un personnage énigmatique au sommet. À l'intérieur, cette fois, asseyez-vous sur son coussiège* dans l'embrasure de sa jolie baie à croisillons et imaginez-vous 500 ans en arrière, un oeil sur le domaine. Totalement authentique !

Le manoir se visite seulement l'été et lors des Journées Européennes du Patrimoine.

Prendre contact au préalable.

+33 (0)6 09 68 61 97

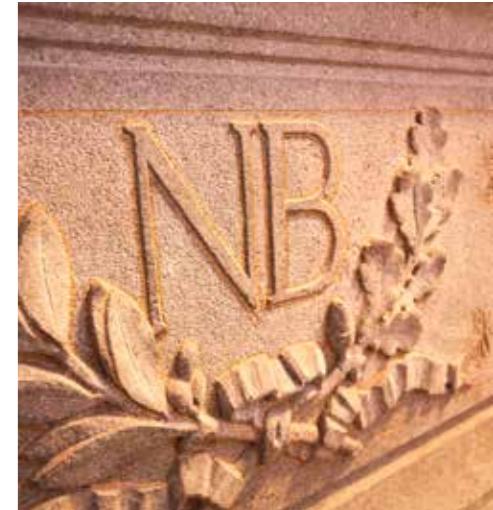
Gâble : figure triangulaire - Coussiège : banc de pierre sculpté dans l'embrasure d'une fenêtre

LA CHAPELLE NOTRE-DAME-DE-BON-SECOURS DE CRAN À TREFFLÉAN

Ce joli témoignage de la Commanderie fortifiée de Tréffléan fondée en 1182 par les Templiers a été modifié généreusement au fil des siècles de son transept à ses fresques en passant par le chœur et sa nef. Il vous faut vous attarder sur leurs détails délicats comme ces sculptures qui représenteraient la population en liesse lorsque les « moines rouges » furent remplacés par des prêtres séculiers.

À NE PAS MANQUER : +45 circuits de randonnées pour découvrir les curiosités naturelles et architecturales de la destination Golfe du Morbihan Vannes.

+INFOS golfedumorbihan.bzh



UN PEU D'HISTOIRE ! COLPO, CITÉ NAPOLÉONIENNE

Son histoire débute sous le Second Empire, lorsque l'impétueuse princesse Napoléone-Elisa Baciocchi, nièce de Napoléon Ier et cousine de Napoléon III, acquiert 300 hectares au cœur des landes de Lanvaux. Très vite, après la construction de bâtiments puis d'une ferme, sort de terre un château avec des écuries et un parc.

La "Bonne Dame de Colpo", surnommée ainsi de par ses actions charitables, se fait aussi remarquer par ses initiatives de « Progrès », chères à l'Empereur : ferme expérimentale, création de concours agricole, encouragements à l'agriculture, à la pisciculture et l'ostréiculture, à l'artisanat ou encore aux plantations de pins sur Penthièvre...

Napoléon III, fasciné par l'énergie déployée par sa cousine, y finance la création de Colpo, bourg modèle idéal doté de quelques maisons, une mairie, une école, un hôpital et même une gendarmerie.

Aujourd'hui encore, la cité napoléonienne garde les traces de ce passé.

Visitez l'espace napoléon, centre d'interprétation du Patrimoine : expositions, conférences...
39 avenue de la princesse Baciocchi, Colpo
Visite sur rendez-vous.

+INFOS +33 (0)2 97 66 80 26



→ Guide Rando
en vente dans les bureaux d'information touristique



Le Golfe du Morbihan vu par nono

Joël Auvin, alias Nono, est un dessinateur breton. Cet ancien professeur de philosophie s'est toujours passionné pour le dessin de presse, l'illustration, les aquarelles et les carnets de voyage. À chaque changement de saison, il livre son regard humoristique sur le golfe dans les colonnes du journal "Le Golfe et Vous" de l'Office de Tourisme et vient de publier "Temps de cochon" en Bretagne aux éditions Skol Vreizh.



Quand on invite Nono à sélectionner parmi ses dessins ceux qui évoquent le plus le Golfe du Morbihan, il n'y a pas que des caricatures dans sa besace. On découvre de nombreuses aquarelles, une vision plus apaisée de la petite mer « J'ai toujours fait des croquis et des aquarelles. Quand je suis en voyage, j'ai toujours un carnet avec moi », justifie Nono.

Ça le change des dessins humoristiques, qui l'ont fait connaître auprès du grand public via la presse régionale. Auprès de ses élèves également, car Nono a enseigné pendant 35 ans la philosophie au Lycée de Carhaix puis au lycée Charles de Gaulle de Vannes. L'enseignant et le caricaturiste ont su faire des passerelles entre les deux activités. « Quand j'enseignais la philosophie, j'essayais de faire comprendre à mes élèves qu'il fallait prendre de la distance par rapport à soi, aux autres, au monde. Quand

on fait du dessin de presse, c'est un peu pareil, il faut prendre du recul par rapport à l'événement. La philosophie fait appel à la raison dans ce travail de distanciation. Le dessin de presse fait appel à la dérision mais aussi à la réflexion. »

TEMPS DE COCHON EN BRETAGNE

Fin 2019, l'artiste sort une nouvelle bande dessinée, réalisée avec son « vieux copain » Paul Burel. « C'est l'histoire de deux journalistes partis enquêter sur un lâcher de cochons incontrôlé dans un village. Les deux comparses vont chercher à débusquer les responsables ». Le FLP (Front de libération du porc), les vegans, le mouvement « Adopte ton porc »... le duo passe tout aux crible. Une BD sans aucune prétention pédagogique évidemment...



Dernier ouvrage paru aux éditions Skol Vreizh
Temps de cochon en Bretagne



TLe golfe est un espace vivant. Il n'est pas simplement une aire de balade pour les plaisanciers. On y travaille aussi. J'aime les huîtres élevées dans ses parcs à huîtres.



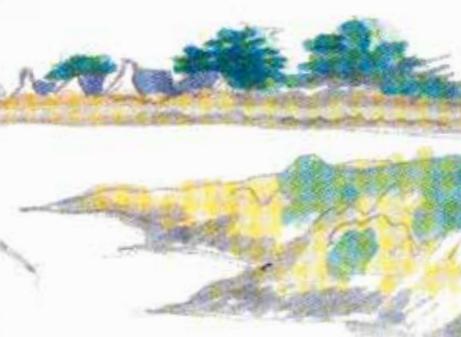
→ Retrouvez le Golfe du Morbihan, croqué par Nono, dans chaque journal *Golfe et Vous*



TJ'aime me balader le long des rives du golfe à partir d'Arzon jusqu'à Vannes et de Vannes jusqu'à Auray. C'est un coin extraordinaire pour marcher.



TJe vais souvent à l'Île aux Moines car j'y ai une petite maison. Il y a beaucoup de sujets intéressants pour l'aquarelle comme ce palmier dans une ancienne maison de capitaine.





Hervé Mazé

UN JAZZOPHILE ENTREPRENEUR À SARZEAU

Un environnement privilégié de partage entre musicos sur le Golfe du Morbihan ! Il fallait oser. Hervé et sa bande de copains, tous passionnés de sons, ont réuni dans un lieu unique tous les équipements pour créer, parfois de A à Z, des projets d'artistes comme pour les jazzmen Alex Tassel, Manu Katché et bien d'autres.

Quel est votre lien avec le Golfe ?

Originaire de la région parisienne, je me suis installé à Vannes, il y a 18 ans, pour raisons professionnelles. Je ne connaissais le Golfe que comme plaisancier estival. Aujourd'hui? Je ne peux plus le quitter !

Si vous étiez un spot?

La pointe du Logeo à Sarzeau au coucher du soleil.

Un immanquable?

La trompette -plus précisément le bugle- d'Alex Tassel sur « My funny Valentine ». Un must.

Votre silence préféré?

En courant sur les sentiers côtiers du Golfe du Morbihan au petit matin.

Où vous croise-t-on ?

Sur le marché de Vannes, le samedi matin, de bonne heure.

Vos projets?

Différents artistes enregistrent cette année leurs albums chez nous : Cédric Hanriot, David EL Malek, Le Gros Cube d'Alban Darche, Olivier Temime. Sans oublier le disque d'Igor Géhénot, enregistré au studio en septembre dernier, qui sort chez Igloo records.

+ INFOS peninsula-prod.com



SAVE THE DATE

- Les Hivernales du Jazz,
Golfe du Morbihan Vannes agglomération
Vendredi 10 janvier au jeudi 6 février
- Jazz in Monterblanc
Septembre



- Jazz in Plescop
Août
- Jazz en ville, Vannes
Lundi 20 au samedi 25 juillet

Bruno Pilorget

ARTISTE PEINTRE, CARNETTISTE

Bruno Pilorget raconte des histoires au travers d'albums, de carnets de voyage et de romans dessinés.

Quel est votre lien avec le Golfe ?

Né à Vannes, mon enfance est liée à Arradon. C'est là, à 9 ans, que j'ai eu ma première bande de copains et copines... Enfant, j'essayais déjà de dessiner "mon Golfe". Cette beauté bleue dégradée.

Quel est votre site préféré ?

La simplicité d'une soirée à déguster des fruits de mer au ras de l'eau face à un paysage magnifique à la Pointe d'Arradon sur la terrasse de la Maison Jégat.

Un mets culinaire à ne pas louper ?

Les palourdes farcies de Carole, chez Jégat !

Un incontournable ?

Marcher sur les chemins côtiers du Golfe pour découvrir à chaque instant un point de vue différent, et s'amuser à distinguer les îles du continent.

Quelle est votre actualité ?

"Papa sauveteur" évoquant les sauveteurs en mer de la SNSM, "Le Roi cheval" légende celtique, 2 albums jeunesse publiés chez Beluga (Coop Breizh) et "36 grains de riz- Le grand voyage de Koïchi", collection Pont des Arts, Ed L'Élan Vert.

+ INFOS bruno-pilorget.com

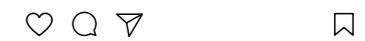


**LE GOLFE DU MORBIHAN...**

ce sont ses **habitants "voyageurs"**
qui en parlent le mieux.

**Thierry Hervé Photographies**

Carnac



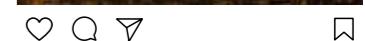
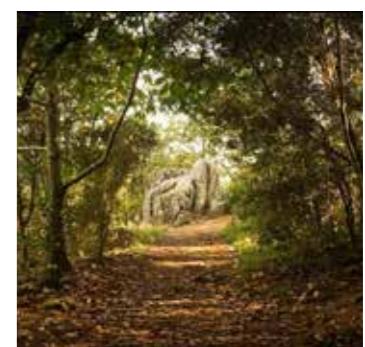
55 J'aime

Thierry Hervé Photographies Mon spot préféré : la petite cale entre Roguéadas et Kerguen, sur Arradon. J'@ime arriver de très bonne heure le matin sur la côte, bien avant que le soleil se lève, et assister à la passation de pouvoir entre la nuit et le jour, seul, et dans le calme absolu.

facebook.com/Thierry.Herve.Photographies

**Glenn Gouthe**

Arradon



61 J'aime

Glenn Gouthe Mon spot préféré : la pointe du Bil à Séné, la presqu'île de Rhuys côté Golfe, lieu très calme, apaisant et Moréac du côté d'Arradon. J'@ime faire du paddle, aller d'une île à l'autre à la force des courants et des bras. Professeur de breton, je suis particulièrement attaché à la culture de la Bretagne.

instagram.com/bzh.morsinanskeud

Suivez-nous, suivez-les !



Mégalithes des Landes de Lanvaux

« UNE VASTE RICHESSE ARCHITECTURALE »



On connaît les célèbres alignements de Carnac, ou encore les cairns de Gavrinis ou du Petit Mont, mais il existe aussi de nombreux mégalithes à l'intérieur des terres. Dolmens, menhirs, tumulus : cachés au creux de la forêt ou au bout des chemins, une grande variété de monuments ponctue les paysages des Landes de Lanvaux. Visite guidée en dehors des sentiers battus, avec Philippe Gouezin, universitaire et spécialiste des mégalithes.

Il existe des centaines de mégalithes dans les terres, et notamment dans les Landes de Lanvaux. Des mégalithes très peu connus. Quels sont-ils et pourquoi s'y intéresser ?

C'est vrai qu'ils sont assez méconnus, on en compte pourtant environ 400 sur les Landes de Lanvaux et une centaine à Trédion : ils n'ont rien à envier à ceux du littoral. Cependant, s'ils ne présentent pas la même monumentalité ostentatoire, ils sont très originaux. Par exemple, les

Landes de Lanvaux comptent les plus hauts menhirs du département, voire de la Bretagne à quelques exceptions près. D'une manière générale, ces mégalithes sont encore biens conservés et « dans leur jus archéologique ». Ils méritent d'être connus et mis en valeur.

Quelles sont leurs caractéristiques et de quand datent-ils ?

Les mégalithes couvrent toute la période du néolithique, de -4500 à -2000 ans avant Jésus-Christ. Les plus grands menhirs sont à voir à Kermarquer et

au Cosquéro, à Moustoir-Ac, et font plus de 7 mètres de haut. Il y a aussi la Quenouille de Gargantua à Plaudren ou les alignements de Kornevec à Camors. On trouve des dolmens à couloir à la nécropole de Coëby à Trédion ou encore dans l'ensemble de Larcuste à Colpo. Ce sont des monuments originaux qui associent parfois monde minéral et rite funéraire : des tombes construites dans les rochers naturels et auxquelles on a ajouté des dalles.

Justement, avec le recensement des mégalithes que vous avez réalisé sur le département, avez-vous pu percer le mystère de leurs significations ?

Il y a, à ce jour, 1460 monuments répertoriés, dont 30% sont détruits, et encore 15% dans un état de délabrement avancé. Ils ont subi l'impact de l'activité humaine, et disparaissent peu à peu, d'où l'importance de dresser un inventaire. On en trouve encore chaque année ! Cependant, leur interprétation est très compliquée, justement parce qu'ils ont

subi des modifications. On sait que les dolmens sont associés au monde funéraire et à l'inhumation. Les pierres dressées sont plus énigmatiques : elles ont été dressées sur plus de 2500 ans, et leurs fonctions ont probablement évolué au cours du temps. Lieux de passage, marqueurs de territoires, sites funéraires, symbolisme et croyances locales... : les idées ne manquent pas. Et leur monumentalité ajoute à leur mystère. C'est très frustrant et passionnant !

Un parcours de valorisation des Mégalithes des Landes de Lanvaux est d'ailleurs en cours de réalisation.

Je m'occupe de la partie scientifique de ce projet qui est porté par une quinzaine de communes du territoire. Il vise à mieux faire connaître ce patrimoine mégalithique des Landes de Lanvaux. L'idée est de proposer un parcours de visite qui met en valeur 38 sites choisis pour leur originalité et leur richesse patrimoniale. Le parcours s'accompagne d'une cartographie, de panneaux explicatifs, d'un balisage... Il sera prêt dès cet été.



bcd.bzh/becedia/fr/les-megalithes-des-landes-de-lanvaux



Les Landes de Lanvaux comptent les plus hauts menhirs du département, voire de la Bretagne. D'une manière générale, ces mégalithes sont encore beaux et « dans leur jus archéologique ».



▲ Le cairn du Petit Mont

① COLPO : LES CAIRNS DE LARCUSTE

② TRÉDION : LA LOGE AUX LOUPS

③ PLAUDREN : LA QUENOUILLE DE GARGANTUA

④ LE BONO : LE TUMULUS DE KERNOURS

⑤ BADEN : LE DOLMEN DE TOULVERN

⑥ L'ÎLE-AUX-MOINES : L'ENCEINTE MÉGALITHIQUE DE KERGANAN

⑦ L'ÎLE AUX MOINES : LE DOLMEN DE PENHAP

⑧ LARMOR-BADEN : LE CAIRN DE GAVRINIS

⑨ ARZON : LE SITE MÉGALITHIQUE DE BILGROIX

⑩ ARZON : L'ALLÉE COUVERTE DU GRAH NIOL

⑪ ARZON : LA BUTTE DE CÉSAR

⑫ ARZON : LE CAIRN DU PETIT MONT

⑬ SARZEAU : LE MENHIR DE KERMAILLARD

Survolez les mégalithes :
golfedumorbihan.bzh



UN PEU DE VOCABULAIRE

MÉGALITH : du grec megal, grand et lithos, pierre. Monument constitué d'une ou plusieurs pierres monumentales. Les menhirs, les dolmens, les alignements et les cairns sont différents types d'architectures mégalithiques.

CAIRN : architecture majoritairement en pierres sèches recouvrant une ou plusieurs tombes à couloir.

TERTRE OU TUMULUS : butte artificielle majoritairement composée de terre recouvrant une sépulture sous forme de caveau ou ciste fermé, sans couloir d'accès. Le terme de tumulus est plus vague, lorsque l'architecture intérieure reste méconnue.

DOLMEN : appellation traditionnelle désignant une chambre funéraire en pierres, le plus souvent comportant une dalle de couverture monumentale, reliquat d'un monument recouvert d'un tumulus ou cairn, bien souvent disparu par érosion ou action humaine.

ENCEINTE MÉGALITHIQUE : ensemble mégalithique constitué de pierres dressées, formant un espace ouvert en arc-de-cercle ou en forme de fer à cheval (enceinte mégalithique d'Er Lannic), ou, plus rarement quadrangulaire. Il faut noter que les cercles de pierres complets, comme le monument plus récent de Stonehenge en Angleterre n'existent pas en sud Bretagne.

MENHIR : appellation traditionnelle pour désigner une stèle de pierre dressée, qui peut être aujourd'hui isolée ou faire partie d'un monument type enceinte ou alignement.

UN PEU D'HISTOIRE : DES PREMIERS HOMMES AUX GALLO-ROMAINS

DE L'ORIGINE DE L'HOMME
À 10 000 ANS AVANT J.-C.



LE PALÉOLITHIQUE

Évolution de l'Homme, alors chasseur-cueilleur nomade. Vers 22 000 ans avant J.-C., le niveau de la mer est 120 m plus bas, laissant le trait de côte au-delà de Belle-Ile-en-Mer. La Bretagne n'est fréquentée que pendant les périodes climatiques les plus favorables.

10 000 - 5 000 ANS
AVANT J.-C.



LE MÉSOLITHIQUE

L'Homme, vivant toujours d'une économie de prédation, s'adapte au réchauffement climatique post-glaciaire et au développement de la forêt. Les plus anciens cimetières du sud Bretagne datent de cette période, aménagés dans les amas coquilliers de Téviec et Hoëdic.

5 000 - 2 500 ANS
AVANT J.-C.



LE NÉOLITHIQUE

Après le Néolithique, se succèdent les âges des métaux (âge du Bronze puis âge du Fer), durant lesquels les monuments mégalithiques ont parfois été fréquentés voire réoccupés, jusqu'à la conquête romaine sur la façade atlantique.

APRÈS LE NÉOLITHIQUE



Magazine de voyage 2020 - 75

10 incontournables autour du Golfe du Morbihan

À MOINS DE 45 MIN

SÉJOURNEZ DANS LE GOLFE DU MORBIHAN ET DÉCOUVREZ 10 EXPÉRIENCES
INCONTOURNABLES À MOINS DE 45 MINUTES AUTOUR DU GOLFE



VISITER LES ALIGNEMENTS DE CARNAC

Sur plus de 4 kilomètres, menhirs, dolmens et allées couvertes rappellent la richesse mégalithique du sud Morbihan. Arpenter les alignements de Carnac est une invitation à remonter le temps pour mieux comprendre ce qu'était le Golfe du Morbihan au Néolithique.

+ INFOS ot-carnac.fr

7

S'ESSAYER AU SURF SUR LA PRESQU'ÎLE DE QUIBERON

La culture surf est une seconde nature en Baie de Quiberon. Les spots de glisse sont légion de Plouharnel à Saint-Pierre-Quiberon. Poussez la porte d'une école de surf pour apprendre plus rapidement à tenir en équilibre sur une planche !

+ INFOS baiedequiberon.bzh



2

3



DÉCOUVRIR LES ÎLES DU PONANT : HOUAT, HOËDIC ET BELLE-ÎLE

Au départ de Vannes et Port-Navalo, les bateaux de croisières permettent de s'aventurer sur les îles de Houat et Hoëdic ainsi que plus au large leur grande sœur Belle-Île aux panoramas grandioses. Laissez le monde derrière vous et partez à la rencontre de la vie insulaire en toute simplicité.

+ INFOS iles-du-ponant.com / belle-ile.com

PARCOURIR LES PETITES CITÉS DE CARACTÈRE DE ROCHEFORT-EN-TERRRE, LA ROCHE-BERNARD...

Les petites cités de caractères bretones vous promettent de vivre des expériences patrimoniales d'exception. Elles se distinguent par la qualité et l'originalité de leurs centres historiques parfaitement préservés.

petitescitesdecaractere.com
rochefortenterre-tourisme.bzh
broceliande-vacances.com
damgan-larochebernard-tourisme.com



4

10 incontournables autour du Golfe du Morbihan

GOÛTER L'ART À LA GACILLY

Toute l'année, au cœur du village de La Gacilly, la Maison Yves Rocher révèle l'histoire et l'univers de la marque à travers un joli parcours immersif. De juin à septembre, le Festival Photo de La Gacilly interpelle les visiteurs grâce à une programmation mettant en lumière les grands enjeux environnementaux et sociétaux.

+ INFOS tourisme-pays-redon.com

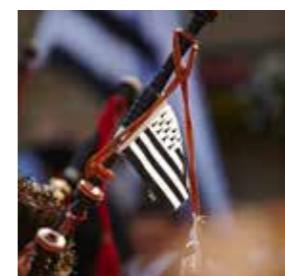


5

VIBRER AU FESTIVAL INTERCELTIQUE DE LORIENT

Le Festival Interceltique de Lorient c'est 10 jours et 10 nuits de spectacles et d'événements mettant à l'honneur la celtitude à travers une grande diversité d'activités : fest noz, ateliers de musique, conférences, concerts, master class d'instruments céltiques mais encore courses de voiles, gouren (lutte bretonne)...

+ INFOS lorientbretagnesudtourisme.fr



6

PERCER LES SECRETS DE BROcéLIANDe

Aménagé dans les anciennes dépendances de l'abbaye de Paimpont, le parcours-spectacle en scénovision « La Porte des Secrets » propose une immersion sensorielle dans l'univers de la forêt de Brocéliande et de ses légendes.

+ INFOS tourisme-broceliande.bzh



7

RENCONTRER NOS AMIES LES BÊTES AU PARC DE BRANFÉRÉ

Le parc animalier et botanique de Branféré réunit près de 1200 animaux des cinq continents à Le Guerno. C'est ici que Nicolas Hulot a ouvert son centre de sensibilisation et d'éducation sur la biodiversité. « L'École Nicolas-Hulot pour la nature et l'homme » s'inscrit dans une démarche de développement durable et propose des animations pendant les vacances scolaires pour les enfants et les adolescents.

+ INFOS parc.branfere.com



8

SUIVRE LES TRACES DE NAPOLÉON À PONTIVY ET COLPO

La Bretagne impériale a certainement Pontivy en capitale ! C'est ici que Napoléon, séduit par l'identité révolutionnaire de la ville, dessina des projets colossaux. Plus au sud, la ville de Colpo a également vu son histoire marquée par l'influence napoléonienne.

+ INFOS tourisme-pontivycommunaute.com



9

S'IMPRÉGNER DE L'ESPRIT BALNÉAIRE À LA BAULE

Si La Baule reste une élégante ville balnéaire, la presqu'île de Guérande, les marais salants de Guérande et le Parc Naturel Régional de Brière offrent également de belles occasions de saisir toute la beauté d'un écosystème unique.

+ INFOS labaule-guerande.com



10

HORAIRES D'OUVERTURE

Golfe du
Morbihan
Vannes
TOURISME

(OFFICE DE TOURISME)
Golfe du Morbihan Vannes Tourisme

2020

HORAIRES D'OUVERTURE

BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE

OPENING TIMES TOURIST INFORMATION OFFICES / ÖFFNUNGSZEITEN TOURISMUSBÜROS / HORARIOS DE APERTURA DE LAS OFICINAS DE INFORMACIÓN TURÍSTICA

	AVRIL À JUIN APRIL TO JUNE ABRIL A JUNIO APRIL BIS JUNI	JUILLET ET AOÛT JULY AND AUGUST JULIO Y AGOSTO JULI UND AUGUST	SEPTEMBRE SEPTEMBER SEPTIEMBRE SEPTEMBER	OCTOBRE À MARS OCTOBER TO MARCH OCTUBRE A MARZO OKTOBER BIS MÄRZ
Lundi au samedi Monday to Saturday Lunes a Sabado Montag bis Samstag	Dimanche Sunday Domingo Sonntag	Lundi au samedi Monday to Saturday Lunes a Sabado Montag bis Samstag	Dimanche Sunday Domingo Sonntag	Lundi au samedi Monday to Saturday Lunes a Sabado Montag bis Samstag
VANNES	9h30-12h30 13h30-18h* *Du 15 juin au 30 juin : 9h30-18h	Fermé* *sauf pendant les vacances scolaires printemps et du 14 au 30 juin : 10h-13h	9h30-19h	10h-18h
GRAND-CHAMP	9h30-12h30 14h-18h	9h30-12h30 14h-18h* *y compris le 15 août	9h30-12h30 14h-18h	Fermé le lundi et le samedi
ARZON	9h-12h 14h-18h	-	9h-13h 14h-19h	10h-13h 15h-18h
SARZEAU	9h-12h 14h-18h	-	9h-13h 14h-19h	10h-13h
ST GILDAS DE RHUYS	9h-12h 14h-18h	Fermé* *sauf pendant les vacances scolaires printemps : 10h-13h	9h-13h 14h-19h	10h-13h
ÎLE-AUX-MOINES	9h30-13h 14h-17h15	9h30-13h 14h-17h15	9h30-18h	9h30-13h 14h-17h15

NOTRE ENGAGEMENT À VOUS SATISFAIRE TOUTE L'ANNÉE



L'Office de tourisme Golfe du Morbihan Vannes Tourisme a reçu la marque nationale QUALITÉ TOURISME™, conformément au référentiel d'offices de tourisme de France®. Toujours à votre écoute, nous nous engageons à vous offrir un accueil chaleureux, un espace confortable, notre connaissance de la région et une connexion Wifi gratuite.



Le bureau d'information touristique de Vannes a obtenu la marque Tourisme et Handicap pour les quatre handicaps : auditif, mental, moteur et visuel. Le personnel est sensibilisé et formé à l'accueil des personnes en situation de handicap. Une offre accessible est proposée sur Golfe du Morbihan Vannes agglomération et des outils sont mis à disposition : boucle magnétique, loupe, dictaphone, prêt de fauteuil roulant...

Retrouvez les conseils d'experts de notre équipe d'accueil, experte locale de votre destination dans le **Magazine de voyage** et sur **golfedumorbihan.bzh**

RÉSERVATIONS À L'OFFICE DE TOURISME

EN VENTE DANS NOS BUREAUX :

billetteries croisières et passeurs, city pass, parcs de loisirs, sorties guidées, spectacles, organisation de congrès et séjours groupes.



HORAIRES D'OUVERTURE

NOS ÉDITIONS À VOTRE SERVICE :



• LE MAGAZINE DE VOYAGE :
Découvrez le Golfe du Morbihan Vannes, une destination d'exception



• LE GUIDE LOISIRS & PRATIQUE :
Mode d'emploi de la destination avec les activités de visites, loisirs, sports, commerces et services



• LE GUIDE HÉBERGEMENTS :
Réservez votre hébergement parmi plus de 500 adresses



• LE GUIDE GOURMAND :
Restaurants, bars, dégustations d'huitres, produits régionaux, commerces gourmands, marchés



• GUIDES DE BIENVENUE
🇬🇧 🇩🇪 🇪🇸



• LES PLANS :
Plans touristiques de la destination. Vannes, Nord de Vannes - Landes de Lézignan, Presqu'île de Rhuys, Golfe du Morbihan



• LE JOURNAL DES ANIMATIONS
GOLFE AND YOU :
Trois éditions : printemps, été, automne-hiver

+ INFOS

golfedumorbihan.bzh

2020

JOURS FÉRIÉS

BANK HOLIDAYS - DIAS FERIADAS - FEIERTAGE

12 et 13 avril 12 and 13 april 12 y 13 Abril 12 und 13 April	1er mai 1 May 1 Mayo 1 Mai	8 mai 8 May 8 Mayo 8 Mai	21 mai 21 May 21 Mayo 21 Mai	31 mai et 1er juin 31 May and 1 June 31 Mayo y 1 Junio 31 Mai und 1 Juni	14 juillet 14 July 14 Julio 14 Juli	15 août 15 August 15 Agosto 15 August	1er novembre 1 November 1 Noviembre 1 November
VANNES	10h-13h	10h-13h / 14h-18h	10h-13h/14h-18h	10h-13h/14h-18h	10h-13h	9h30-19h	9h30-19h
ARZON	10h-13h	10h-13h	10h-13h	10h-13h	10h-13h	9h-13h / 14h-19h	9h-12h / 14h-18h
SARZEAU	10h-13h	10h-13h	10h-13h	10h-13h	10h-13h	9h-13h / 14h-19h	9h-13h / 14h-19h
ST GILDAS DE RHUYS	10h-13h	10h-13h	10h-13h	10h-13h	10h-13h	9h-13h / 14h-19h	-
ÎLE-AUX-MOINES	9h30-13h / 14h-17h15	9h30-13h / 14h-17h15	9h30-13h / 14h-17h15	9h30-13h / 14h-17h15	9h30-13h / 14h-17h15	9h30-18h	-
GRAND-CHAMP	-	9h30-12h30	9h30-12h30	9h30-12h30	-	9h30-12h30 / 14h-18h	9h30-12h30

Nos bureaux sont fermés le 1er janvier, 11 novembre et 25 décembre.

Magazine de voyage 2020 - 79

l'office de tourisme
Golfe du Morbihan Vannes Tourisme
est membre du réseau
Sensation Bretagne.



www.sensation-bretagne.com

VENIR DANS LE GOLFE DU MORBIHAN - VANNES

COME TO THE GULF OF MORBIHAN - VANNES / ANFAHRT GOLF VON MORBIHAN - VANNES / VENIR AL GOLFO DE MORBIHAN - VANNES



PAR LA ROUTE

- Par l'autoroute A11, l'Océane : 450 km de Paris [5h00]
- Voie express RN 165 Nantes-Quimper-Brest : 110 km de Nantes, Rennes - 120 km de Quimper
- Pensez au covoiturage : blablacar.fr, ousetgo.fr



EN BUS

- Blablabus, un réseau de lignes d'autocars longue distance en France et en Europe - ouibus.com

- Flixbus, transport spécialisé dans les autocars longue distance en Europe - flixbus.fr

Points d'arrêts : Vannes Gare routière, Avenue Favrel et Lincy



EN TRAIN

LGV PARIS-VANNES EN 2H30

- Liaisons TGV Paris-Vannes : 6 à 7 trains quotidiens - oui.sncf
- Liaisons directes avec Lille et Bordeaux et liaisons régulières avec Lyon, Marseille et Toulouse. Correspondances taxis et bus réguliers.



EN AVION

- Aéroport de Nantes-Atlantique : +33 (0)892 568 800 (0,34 € TTC/mn). nantes.aeroport.fr
- Aéroport de Lorient-Lann Bihoué : +33 (0)2 97 87 21 50 lorient.aeroport.fr
- Aéroport de Rennes-Saint-Jacques : +33 (0)2 99 29 60 00 rennes.aeroport.fr
- Aéroport de Vannes-Golfe du Morbihan : +33 (0)2 97 60 78 79 vannes.aeroport.fr

Au départ de Paris, Air France dessert Lorient, Rennes et Nantes



SE DÉPLACER DANS LE GOLFE DU MORBIHAN - VANNES

GETTING AROUND THE GULF OF MORBIHAN - VANNES / VERKEHRSMITTEL GOLF VON MORBIHAN - VANNES / MOVERSE POR EL GOLFO DE MORBIHAN - VANNES



TOUTES LES INFOS SUR LES
TRANSPORTS EN COMMUN EN BRETAGNE :
mobilbreizh.bzh



EN BUS

Le réseau Kicéo propose 20 lignes régulières

- Lignes de Bus réseau KICÉO :
- Grand-Champ : ligne 25 - Elven : ligne 20 - Arradon : ligne 4 - Presqu'île de Rhuys : ligne 24 - Séné : ligne 7



+INFOS golfedumorbihan-vannesaggloeration.bzh
kiceo.fr
Téléchargez l'appli Kicéo



• APF Entreprises 56 - Mobilit' : +33(0)2 97 63 74 44



EN VOITURE

- Retrouvez tous nos partenaires loueurs de voitures page 78 du Guide Loisirs 2020
- Parking P+R Vannes Ouest : se stationner à l'extérieur de la ville de Vannes et venir en bus dans le centre avec Kicéo.



EN TAXI - VTC

- Vannes :
Gold VTC : +33 (0)6 61 80 53 99
Alty Taxis : +33 (0)6 78 91 09 77
- Presqu'île de Rhuys :
Taxis de Rhuys : +33 (0)2 97 41 92 43
Crouesty Taxis : +33 (0)2 97 53 94 06



EN BATEAU

- Retrouvez toutes les infos pages 16-17 du Guide Loisirs 2020



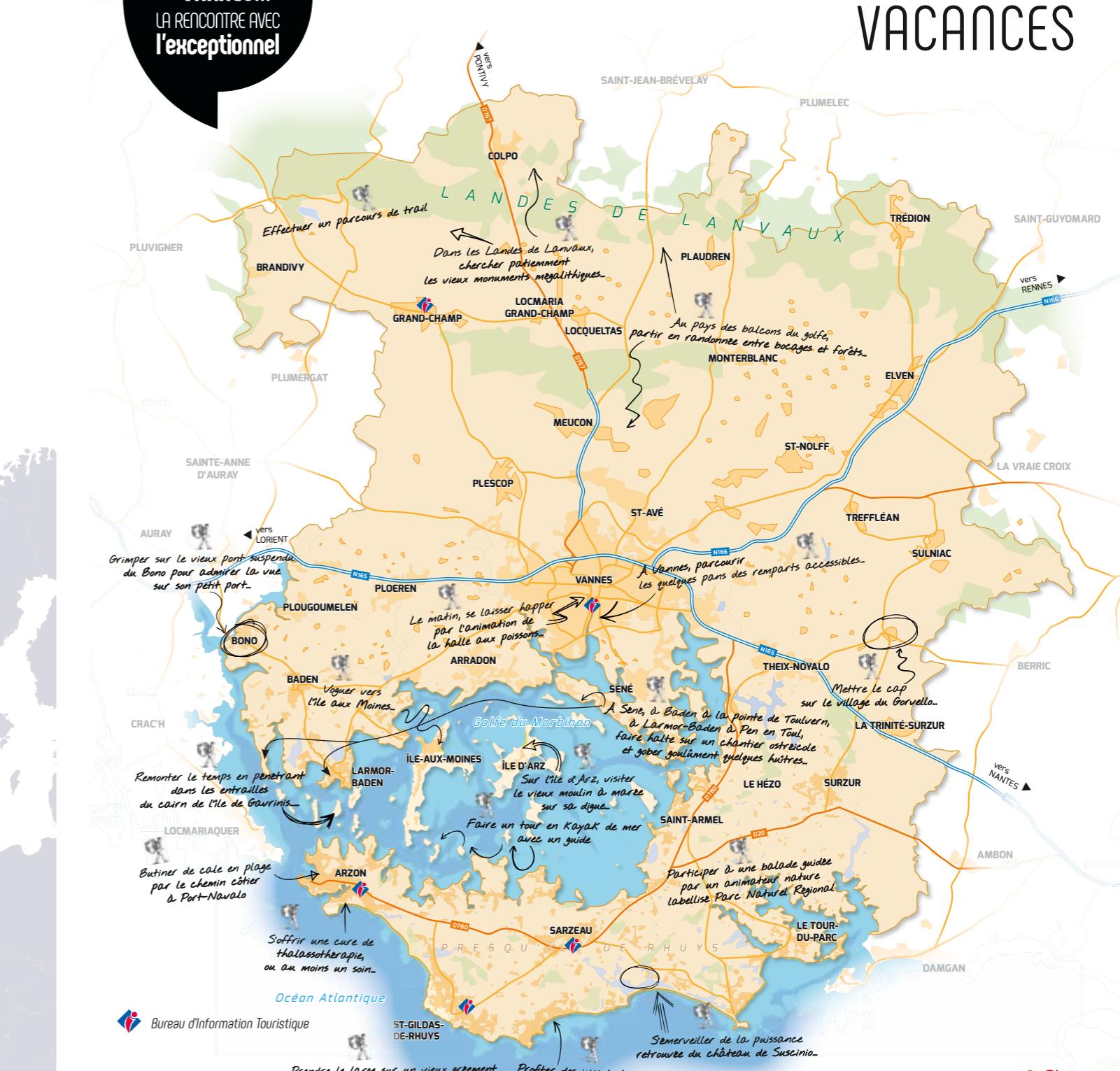
EN VÉLO

Découvrez Vélocéo
Un service de vélos à assistance électrique en libre-service à votre disposition !

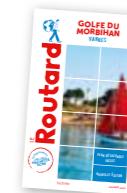


+INFOS kiceo.fr/veloco

GOLFE
DU
MORBIHAN
VANNES...
LA RENCONTRE AVEC
l'exceptionnel



Bureau d'Information Touristique



GUIDE DU ROUTARD GOLFE DU MORBIHAN VANNES
En vente en librairie, à l'office de tourisme et chez nos partenaires. 12.90 €. Sortie avril 2020.



DÉCOUVREZ LES COUPS
DE COEUR DU ROUTARD

Golfe du Morbihan Vannes TOURISME

Infos et séjour sur
golfedumorbihan.bzh

NOS BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE



+33 (0)2 97 47 24 34

• **VANNES** : Quai Tabarly

• **GRAND-CHAMP** : Ti Kreiz Ker

+33 (0)2 97 53 69 69

PRESQU'ÎLE DE RHUYS

• **ARZON** : Rond-point du Crouesty

• **SAINTE-GILDAS-DE-RHUYS** : Rue St Goustan

• **SARZEAU** : Rue du Père JM Coudrin

DEVENEZ AMBASSADEUR DU GOLFE DU MORBIHAN. **SUIVEZ-NOUS**



[golfedumorbihan](#)



@golfedumorbihan, #golfedumorbihan



(VOYAGER MALIN)
AVEC LE CITYPASS GOLFE DU MORBIHAN VANNES

ACCÈS GRATUIT À 20 SITES
INCONTOURNABLES

ACCÈS AU RÉSEAU DE BUS KICÉO

3 CARTES POUR :

+ D'ÉCONOMIES + DE DÉCOUVERTES
24H=24€ • 48H=34€ • 72H=44€

+ D'INFOS
[CITYPASS.BZH](#)



GUIDE DU ROUTARD GOLFE DU MORBIHAN VANNES

En vente en librairie, à l'office de tourisme
et chez nos partenaires. **12.90 €**
Sortie avril 2020.



(OFFICE DE TOURISME)
Golfe du Morbihan Vannes Tourisme

Quai Tabarly - CS 23921 - 56039 Vannes
tourisme@golfedumorbihan.bzh • golfedumorbihan.bzh

Organisme de tourisme inscrit au registre des opérateurs de voyages et de séjours : IMO 56130003 - SIRET : 789 660 784 00024 - APE : 7990 Z - TVA Intracommunautaire : FR 58789660784

