

COMMUNIQUÉ DE PRESSE Novembre 2023

TOUT BAIGNE EN HIVER DANS LES CÔTES D'ARMOR !

Se baigner en hiver c'est possible ! Les Côtes-d'Armor regorgent d'activités et de sorties atypiques durant cette période hivernale. De passage sur les côtes ou bien dans les terres ? Laissez votre curiosité et vos envies vous guider vers de nouvelles expériences pour découvrir ou redécouvrir les bienfaits d'un bain d'hiver.

VAGUE SOUVENIR D'UNE BAIGNADE ESTIVALE MAIS EN HIVER !

-Bains de mer-

L'ice swimming : un bain revigorant

En hiver, profitez d'un bain en pleine mer pour une sensation ultime de bien-être ! Si vous n'avez pas froid aux yeux et que vous souhaitez vous baigner ? L'ice swimming est fait pour vous ! Avec Marc-Henri et Paul, vos accompagnateurs, tout est sous contrôle pendant cette expérience à 8 degrés sur la plage de Bréhec à Plouha. Repartez avec des défenses immunitaires boostées, une meilleure respiration et un esprit serein.

Piscine d'eau de mer et grandes marées à Saint-Quay-Portrieux

Vous ne voulez pas boire la tasse avec le déferlement des vagues ? Seul ou à plusieurs, plongez dans le grand bain ou plutôt dans la piscine d'eau de mer de Saint-Quay-Portrieux à n'importe quel moment de la journée. L'eau se renouvelle à presque chaque marée de quoi se motiver à faire plusieurs longueurs !

[IDÉE DE BALADE GOURMANDE À ERQUY]

Pour ceux qui aiment se balader et se régaler !

Laissez-vous tenter par une balade iodée et fructueuse de la reine de la Baie à Erquy. Les lundis et mercredis en fin de journée au retour des pêcheurs, achetez en direct vos coquilles Saint-Jacques. Que ce soit à l'angle du port d'Erquy, dans vos poissonneries ou bien au marché profitez de ce joli cadre pour découvrir ce trésor de nos côtes.

Dans la baie de Saint-Brieuc se trouve le second plus grand gisement de coquilles Saint-Jacques en France. Du Cap Fréhel jusqu'à l'archipel de Bréhat ce produit d'exception se pêche d'octobre à avril et est soumis à des conditions de pêche réglementées pour que la ressource soit durable et raisonnée.



©L'Œil de Paco



©L'Œil de Paco



CONTACTS

Laura CORBEL
Chargée de Communication Editions / Presse
Côtes d'Armor Destination
02 96 62 72 07- lcorbel@cad22.com

Jennifer JEAN
Silfra Communication
06 45 48 38 40
jennifer@silfracomunication.com

-Bains d'eau chaude-

Une escale marine en plein hiver à 29 degrés

C'est ce que vous propose le forum de Trégastel toute l'année. Avec une vue magique sur la plage du Coz-Pors en face des chaos granitiques de l'île Ronde. De quoi voir la vie en rose le temps d'un instant sur la côte de granit rose ! Une escale marine qui vous offrira un moment de bien-être et de détente que vous choisirez de nager, buller ou de vous dépenser lors d'une séance de cardio.



©Forum de Trégastel

Immergez-vous de Roz Marine !

Pour les plus frileux et ceux en quête d'accalmie, laissez vous envoûter par une thalasso thérapie à Perros-Guirec. Profitez d'une touche iodée pour éveiller vos sens en profitant des différents bassins et parcours créés par la maison Roz Marine. Le bassin principal offre une vue panoramique sur l'océan et vous pourrez profiter de déguster une boisson chaude dans le jardin d'hiver, véritable ode à la Bretagne. Idéal pour un après-midi en couple, entre amis ou tout seul pour se relaxer et prendre soin de soi !



©Roz Marine

Un air de bains nordiques en Côtes d'Armor

En famille ou en couple, évadez-vous vers un séjour dans un hébergement insolite. A Tréguidel, les Gîtes d'Armor vous proposent des îlots de quiétude où un jacuzzi, un sauna, une piscine couverte et chauffée ainsi qu'un bain nordique privatif vous attendent pour vous détendre ! A votre arrivée, vos hôtes vous accueilleront comme si vous étiez chez vous et vous recommanderont de jolies sorties en nature ou sur le littoral.



©Gîtes d'Armor

-Bains de pluie-



©L'Œil de Paco

La goutte qui va faire déborder vos sens !

Une balade, quelques gouttes de pluies et vos sens sont en éveil. A proximité d'un endroit arboré, du littoral ou tout simplement en Côtes d'Armor, de nombreux lieux sont à découvrir. Côté terre, une balade aux abords du Canal de Nantes à Brest, où la magie opère avec des couleurs automnales se reflétant à la surface de l'eau. Côté mer, admirez le gouffre de Plougrescant un lieu à la fois brut et préservé qui vous surprendra par ses vagues qui déferlent sur ses buttes rocheuses. Peu importe où, offrez-vous un moment pour admirer les gouttes de pluies sur la faune ou bien celles qui se jettent dans la mer en appréciant l'odeur de péttrichor.

-Bains d'eau douce-

Naviguer sur l'eau : excursion en kayak sur le lac de Saint-Barthélémy

On dit que ce lac n'a rien à envier aux somptueux paysages canadiens, et ce à juste titre ! Un vrai petit joyaux où la nature sauvage et paisible dévoile un tableau haut en couleurs à Ploufragan. Du jaune orangé au rouge flamboyant, on en prend plein les yeux, surtout en kayak. Embarquez à bord de votre kayak en naviguant à la force de vos bras pour découvrir depuis la surface de l'eau le viaduc de la vallée du Gouët.



©Emmanuel Berthier



CONTACTS

Laura CORBEL
Chargée de Communication Editions / Presse
Côtes d'Armor Destination
02 96 62 72 07- lcorbel@cad22.com

Jennifer JEAN
Silfra Communication
06 45 48 38 40
jennifer@silfracomunication.com

SE RÉCHAUFFER APRÈS UN BAIN D'HIVER :

📍 Guingamp



© L'Oeil de Paco

Ambiance unique et chaleureuse

Après une sortie en mer ou dans la nature lorsque les températures chutes, quoi de mieux pour se réchauffer qu'un endroit chaleureux ? Installez-vous confortablement pour boire une boisson chaude accompagnée d'une petite douceur ou d'un bon plat cuisiné avec des produits frais et de saison. Rien de mieux pour repartir vers de nouvelles aventures en Côtes d'Armor !

www.sidonie.bzh

📍 Pléneuf-Val-André



© L'Oeil de Paco

Balade au Val André pour tous

Vous connaissez le goûter breton ? En automne et en hiver, à la tombée du jour où le ciel passe de l'orange au bleu, on part pour une grande balade sur la digue de l'emblématique plage du Val André avec récompense à la clé.

www.lerecommande-valandre.fr

📍 Etables-sur-Mer



© Emmanuel Berthier

Des livres, un poêle, un goûter : l'instant cocooning au Tagarin

Pour se réchauffer et continuer à vous détendre, poussez la porte de cette maison bleue transformée en café librairie d'Etables-sur-Mer. Asseyez-vous au coin du feu à n'importe quel moment de la journée pour déguster une bonne recette et dévorer un livre.

<https://cafelibrairie-letagarin.fr>

+ D'INFOS

sur

www.cotesdarmor.com

📍 St-Quay-Portrieux



© La Coquille

Envie de rentrer dans sa «coquille»?

Se poser tout en douceur avec un bon bouquin ou partager un moment de détente autour d'un jeu de société, laisser le doux parfum des crêpes nous enivrer, c'est ce que propose Nathalie dans sa Coquille à Saint-Quay-Portrieux... Café, salon de thé, restaurant mais aussi bouquinerie, le lieu est atypique et parfait pour se retrouver.

www.hotel-saint-quay.fr/la-coquille/

📍 Plélo



© L'Oeil de Paco

Se réchauffer avec une potée au Char à Bancs

Dans la famille Lamour, qui demandez-vous ? Jeanne-Noëlle ou Agathe ? Elles vous attendent chaleureusement dans leur ferme-auberge pour déguster les bons plats bretons d'hiver préparés avec les légumes issus du potager, à découvrir au travers de la grande verrière.

www.aucharabancs.com

📍 Saint-Quay-Portrieux



© L'Oeil de Paco

Passez derrière le blig lors d'un atelier crêpes

Dans la crêperie de Géraldine, située idéalement en face du vieux port, on mange de délicieuses crêpes de froment et des galettes de sarrasin mais ce n'est pas tout : on les fait aussi soi-même !

www.saintquayportrieux.com/bon-plan-la-creperie-du-port



CONTACTS

Laura CORBEL
Chargée de Communication Editions / Presse
Côtes d'Armor Destination
02 96 62 72 07- lcorbel@cad22.com

Jennifer JEAN
Silfra Communication
06 45 48 38 40
jennifer@silfracommunication.com