

# CÔTES D'ARMOR

## EN PRENDRE PLEIN LA VIE



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE - MAI 2026

### LES CÔTES D'ARMOR, L'INCONTOURNABLE TERRAIN DE JEU OUTDOOR DE BRETAGNE

Dans les Côtes d'Armor, l'été se vit intensément, porté par une agréable sensation de fraîcheur entre embruns marins et eaux vivifiantes. La mer, la forêt et les reliefs deviennent un terrain d'aventure grandeur nature : on survole les falaises en parapente, on traverse les sous-bois à VTT, on glisse sur les eaux paisibles du Lac de Guerlédan... Chaque activité est une immersion, chaque instant une sensation. Plus qu'une destination, les Côtes d'Armor offrent une véritable expérience à vivre, entre énergie, liberté et émerveillement.

#### EXPLORER EN DOUCEUR : PRENDRE LE TEMPS, RESPIRER, SE DÉTENDRE

Embarquez pour une randonnée en kayak de mer à **Plougrescant** au milieu du granit rose sculpté par les éléments. Une exploration entre criques secrètes et eaux translucides, accessible aux débutants comme aux initiés.

Entre landes de bruyère et panoramas maritimes, le **Cap d'Erquy** offre l'un des plus beaux tronçons du GR®34. Une immersion totale dans une nature préservée, avec en toile de fond les nuances d'émeraude de la mer. Idéal pour les amateurs de randonnée iodée.



#### ADRÉNALINE & EXPÉRIENCES : FAIRE LE PLEIN DE SENSATIONS

Sport à sensation d'exception, le parapente est la façon la plus incroyable de prendre un bol d'air en Baie de Saint-Brieuc. À la **pointe du Roselier**, offrez-vous une vue à 360° inédite sur le littoral depuis le ciel. Aidé par les vents, prenez votre élan en douceur lors d'un vol découverte en tandem ou en stage d'approfondissement.

Expérimentez une aventure exceptionnelle avec le « wild swimming » au pied des **falaises de Plouha, les plus hautes de Bretagne** : plongez dans des parcours de nage en eau libre, même de nuit, pour vous connecter pleinement à la côte sauvage.



Agence de développement  
touristique et d'attractivité  
des Côtes d'Armor

#### CONTACTS PRESSE

Charlotte MANCEAU  
Côtes d'Armor Destination  
02 96 62 72 07  
cmanceau@cad22.com

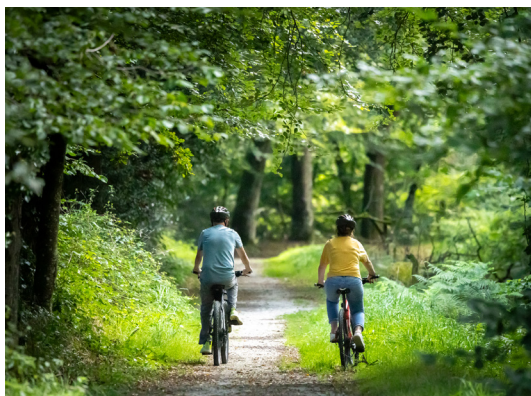
Laura PALIERNE  
Agence Hémisphère Sud  
06 78 64 97 07  
l.palierne@agencehemispheresud.com



Les sports nautiques ne se vivent pas uniquement en bord de mer ! Au cœur de la Bretagne, le **lac de Guerlédan** offre un formidable terrain de jeu pour les amateurs d'activités de plein air. Petits et grands peuvent s'initier ou se perfectionner à de nombreuses disciplines : canoë-kayak, paddle, voile, ski nautique, bouée tractée... Une autre façon de vivre les Côtes d'Armor au fil de l'eau.



## IMMERSION NATURE : SE CONNECTER À L'ESSENTIEL



Circuit VTT, parcours trail, boucles de randonnée... Immergez-vous dans la **Forêt de Beffou** ! Immense massif de plus de 630 hectares, elle est également la plus haute de Bretagne, car elle abrite, en son cœur, le Pavé, point culminant du Trégor, à 322 m.



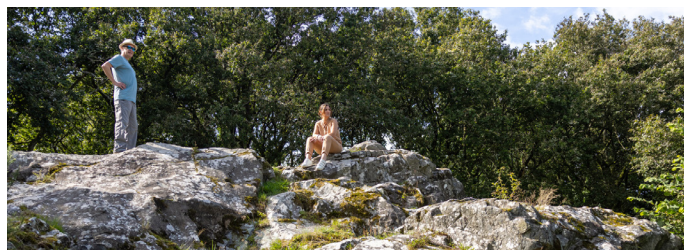
### LE SAVIEZ-VOUS ?

**12% du département des Côtes d'Armor est couvert de forêts avec 82 000 hectares.** Avec de nombreuses forêts publiques et d'autres propriétés du Département, cet environnement naturel et protégé est un lieu de découverte privilégié pour tous.

## NOUVEAUTÉ : VOYAGEZ EN BRETAGNE CENTRE AVEC OUTDOOR MOODS

Randonnée au crépuscule, sortie nature guidée ponctuée de pauses contemplatives... Ces formats immersifs misent sur le bien-être, la connexion aux éléments et le lâcher-prise. Une approche plus douce et introspective de l'aventure, qui répond aux nouvelles attentes des voyageurs en quête de sens et d'émotions authentiques.

**outdoormoods.com**



## RENCONTRE AVEC...



**MONSIEUR JEAN**

Embarquez dans une pêche à pied enrichissante en baie de Saint-Brieuc !

**MONSIEUR-JEAN.FR**

## LES CÔTES D'ARMOR C'EST...



**367 km**  
de littoral



**421 km**  
de GR@34



**630 km**  
de véloroutes et voies vertes

**COTESDARMOR.COM**



Agence de développement  
touristique et d'attractivité  
des Côtes d'Armor

### CONTACTS PRESSE

Charlotte MANCEAU  
Côtes d'Armor Destination  
02 96 62 72 07  
cmanceau@cad22.com

Laura PALIERNE  
Agence Hémisphère Sud  
06 78 64 97 07  
l.palierne@agencehemispheresud.com