



## APPARTEMENT LES PINS 208 - SABLES D'OR - FRÉHEL

### APPARTEMENT LES PINS 208 - SABLES D'OR - FRÉHEL

Location de vacances pour 4 personnes en bord de mer

<https://lespins208-sablesdor.fr>

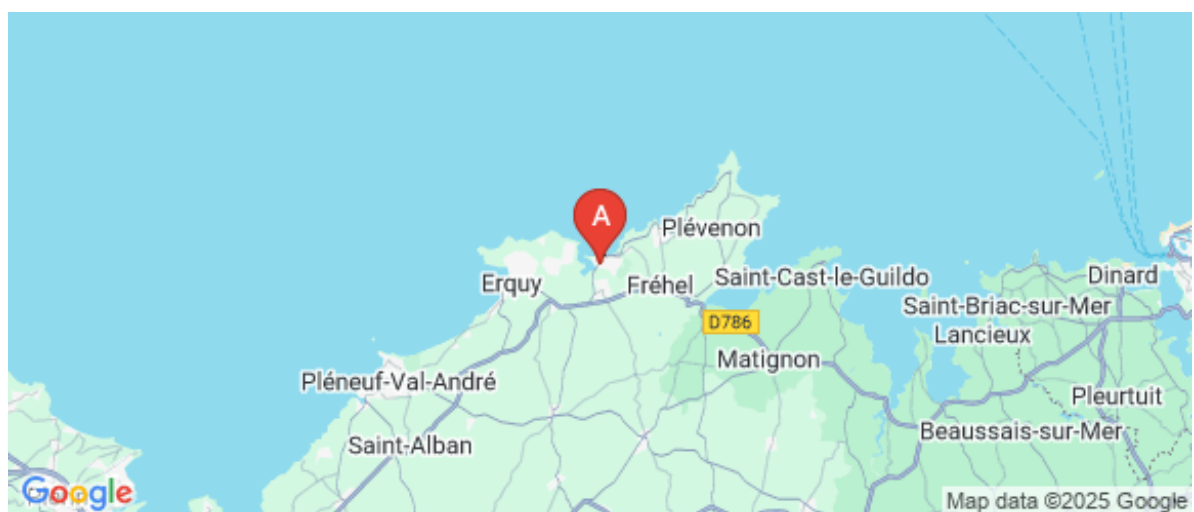




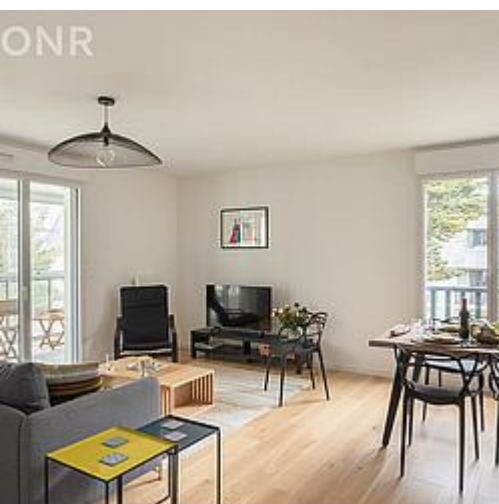
CocoonR

☎ 0970700859

**A** Appartement Les Pins 208 - Sables d'Or -  
Fréhel : 19 Allée des Acacias 22240 Fréhel







## Appartement Les Pins 208 - Sables d'Or - Fréhel



Apparteme  
nt



4  
personnes  
(Maxi: 4  
pers.)



2  
chambres



68  
m2





Situé à 350 m de la grande plage de sable fin de Sables-d'Or-Les-Pins, l'appartement que nous vous proposons à la location est entièrement neuf et classé 3 étoiles.

Il se trouve au 2<sup>e</sup> étage (avec ascenseur) de la Résidence Les Pins, qui vient de voir le jour au cœur de la station balnéaire.

Il s'agit d'un T3 de 68 m<sup>2</sup>, exposition Ouest, avec grand jardin d'hiver de 8,5 m<sup>2</sup>, et pouvant accueillir jusqu'à 4 personnes.

Tout confort, il se compose d'un séjour cuisine de 32 m<sup>2</sup>, de deux chambres de 10 et 12 m<sup>2</sup>, d'une salle de douche, d'un WC séparé, d'un hall d'entrée et d'un cellier.

Le jardin d'hiver, entièrement vitré, représente une pièce supplémentaire. Sa partie supérieure peut s'ouvrir totalement, permettant de profiter pleinement de l'air iodé de la côte !

Vous pourrez profiter à pied des commerces essentiels de la station, de ses bars & restaurants, de son casino, de son marché estival (le dimanche matin), de sa grande plage de sable fin et des dunes, de son club nautique.

A proximité immédiate : le GR34 (le Sentier des Douaniers), le Cap Fréhel, le Fort La Latte, Erquy, le Cap d'Erquy et ses plages sauvages, Pléneuf-Val-André et sa thalasso, Saint-Cast-Le-Guildo, Saint-Jacut-de-la-Mer et l'archipel des Ebihens, la Vallée de la Rance, les golfs 18 trous (Sables-d'Or, Saint-Cast-Le-Guildo, Pléneuf-Val-André, Dinard)... Sans oublier les cités d'art et d'histoire de St-Malo, Dinan, Dinard. Ou encore la Côte de Granit Rose, l'Île de Bréhat, le Mont St Michel...







# Pièces et équipements

<i>Chambres</i>	Chambre(s): 2 Lit(s): 3  Lits faits à l'arrivée  Salle(s) d'eau (avec douche): 1 Grande douche à l'italienne Sèche-serviettes électrique Sèche-cheveux		dont lit(s) 1 pers.: 2 dont lit(s) 2 pers.: 1
<i>Salle de bains / Salle d'eau</i>	Salle de bains avec douche Sèche cheveux	Salle de bains privée Sèche serviettes	
	WC séparé		
<i>WC</i>	WC: 1 WC indépendants	WC privés	
<i>Cuisine</i>	Cuisine Congélateur Four à micro ondes Réfrigérateur	Appareil à raclette Four Lave vaisselle	
	Cuisine ouverte équipée avec notamment : four, four à micro-ondes, plaques de cuisson à induction, lave-vaisselle, réfrigérateur-congélateur, cafetière filtre, machine Senseo, grille-pain, bouilloire électrique...		
<i>Autres pièces</i>	Balcon Salon Séjour Véranda	Garage Cellier Terrasse	
<i>Media</i>	Télévision	Wifi	
<i>Autres équipements</i>	Lave linge privatif Matériel de repassage  Séjour avec canapé, fauteuil, table 6/8 pers, table basse et TV Hall avec placard-penderie intégré Cellier avec lave-linge, sèche-linge, table et fer à repasser Lit bébé à disposition Wifi gratuit	Sèche linge privatif	
<i>Chauffage / AC</i>	Chauffage		
<i>Exterieur</i>	Abri Voiture Local pour matériel de sport	Abri pour vélo ou VTT	
<i>Divers</i>	Deux places de parking privé souterrain Un box privé pour vélos, planches à voiles, matériel de golf...		

## Infos sur l'établissement

 <i>Communs</i>	Ascenseur	Dans résidence
 <i>Activités</i>		
 <i>Réseaux</i>	Accès Internet Wifi gratuit	
 <i>Stationnement</i>	Parking couvert Deux places de parking privé souterrain	Parking privé
 <i>Services</i>	Nettoyage / ménage Nettoyage de l'appartement prévu par nos soins entre chaque séjour.	
 <i>Extérieurs</i>	Grande plage de Sables-d'Or à moins de 300 m à pied!	

# A savoir : conditions de la location

Arrivée	Arrivée entre 16h et 22h. Le check-in et la remise des clés se font directement sur place par un agent CocoonR. Afin d'organiser votre arrivée, l'agence fixera un rendez-vous.
Départ	Départ avant 11h. Un agent CocoonR viendra personnellement faire le check-out et récupérer les clés.
Langue(s) parlée(s)	Allemand    Anglais    Espagnol    Français    Italien
Annulation/ Prépaiement/ Dépot de garantie	Dépôt de garantie : 200 €.
Moyens de paiement	Cartes de paiement    Chèques bancaires et postaux Espèces    Virement bancaire
Ménage	
Draps et Linge de maison	Draps et/ou linge compris  Linge de maison (draps, serviettes de toilette, torchons de cuisine) fourni gracieusement.
Enfants et lits d'appoints	Lit bébé  Lit bébé à disposition.
Animaux domestiques	Les animaux ne sont pas admis.

## Tarifs (au 20/11/25)

Appartement Les Pins 208 - Sables d'Or - Fréhel

Tarif standard, ménage et linge de maison compris, hors taxe de séjour (1,32 € / adulte / nuit) - Hors juillet / août, séjour de 4 nuitées minimum - Juillet / août, séjour à semaine uniquement

Aucun tarif renseigné (contactez le propriétaire)

# Mes recommandations

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL

[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Ô Sables

☎ 02 96 41 42 42  
11 allée des Acacias

0.2 km  
📍 Fréhel



Cuisine fait maison et élaborée avec des produits de qualité. Ô Sables vous propose une carte variée avec des fruits de mer, poissons, Saint-Jacques d'Erquy, moules de la baie de Saint-Brieuc, viandes, burgers, pizzas. Terrasse confortable, couverte. Ouvert toute l'année. Ouvert tous les jours en juillet/août. Fermé le mardi soir et le mercredi, hors saison. 100 couverts en Terrasse. Accueil handicapés moteur.



## Maison Oisel

☎ 02 96 41 58 10  
10 allée des Acacias  
💻 <http://www.oisel.com>

0.2 km  
📍 Fréhel



Sur notre terrasse ensoleillée et couverte, savourez nos salades et sandwiches, pâtisseries à l'assiette, notre kouing amann servi tiède, nos crêpes maison et nos coupes glacées. Service continu en haute saison. Ouverture de février à octobre.



## Le Grain de Sable

☎ 02 96 41 58 10  
10 allée des Acacias

0.2 km  
📍 Fréhel



Notre salon de thé le Grain de Sable vous accueille à tout moment de la journée. Ouvert en continu en haute saison, il saura régaler toutes vos envies. Petits-déjeuners, snacking, pâtisseries à l'assiette, crêpes maison. Sur place ou à emporter, notre rayon glacier vous propose 48 variétés de glaces maison. Ouverture de février à octobre.



## Restaurant La Potinière

Spécialités poissons et fruits de mer



4 allée des Acacias 22240 Sables d'Or les Pins  
Tél. 02 96 41 54 69

## La Potinière

☎ 02 96 41 54 69  
4 allée des Acacias

0.2 km  
📍 Fréhel



Cuisine maison avec des produits frais régionaux de l'entrée au dessert. Terrasse couverte. Restaurant situé sur l'allée centrale des Sables-d'Or-les-Pins. 30 couverts en salle et 50 couverts en terrasse.



## Crêperie Les Merveilleuses

☎ 02 96 41 47 99  
7 allée des Acacias

0.3 km  
📍 Fréhel



Bar, Crêperie, Glacier, petite brasserie. Grande terrasse ensoleillée et confortable à 100m de la plage de Sables d'Or les Pins. Service continu toute l'année. En juillet/août : 7j/7. Fermé le lundi et le mardi de septembre à mars. Fermé le mardi d'avril à juin. Fermé les mois de novembre et de janvier.



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Restaurant du Kasino de Fréhel

☎ 02 96 41 49 05

13 boulevard de la Mer

💻 <https://frehel.kasino.bzh/-c46.html>

0.3 km  
📍 Fréhel



Le restaurant du casino et sa terrasse vue mer, vous offre une cuisine traditionnelle avec des produits de la mer et une carte variée composée de produits frais et de saison. Dégustez nos cocktails de fruits frais au bar tout en profitant des animations musicales en live. Possibilité de privatiser la salle de réception d'une capacité de 20 à 180 personnes. Ouvert toute l'année, de midi à minuit, 7j/7 et snacking à toute heure.



## Le Pavillon

☎ 02 96 41 42 57

15 Avenue du Golf

💻 <https://www.restaurantfrehel-lepavillon.com>

1.0 km  
📍 Fréhel



Restaurant, Bar, Lounge. Situé sur le golf de Fréhel à Sables d'Or à quelques encablures de la plage, Le Pavillon vous accueille tous les jours et toute l'année pour un moment de détente autour d'un verre, d'un repas ou d'une réception sur les 2 terrasses, la salle de restaurant ou la salle de réception. Snacking tous les jours de la semaine, restauration le midi du vendredi au dimanche, à déguster dans un cadre de verdure, en terrasse ou en salle. Organisez votre événement au Pavillon : anniversaire, séminaire, repas d'affaires, mariage, baptême, réception... Réservez notre salle de réception de 80 places.



## Le Petit Bouchot

☎ 02 96 41 59 70

14 rue de la Pointe aux Chèvres

3.4 km  
📍 Fréhel



Entre Sables-d'Or-les-Pins et le Cap Fréhel, découvrez la cuisine du Petit Bouchot à base de produits frais et locaux. Ce restaurant convivial vous propose entre autres : moules de bouchot et frites maison, huîtres de la Baie de la Fresnaye, fish and chips, desserts faits maison et glaces artisanales. Terrasse à proximité des plages. Recommandé par le guide du Routard et le Petit Futé. Ouverture : Du 5 avril au 11 novembre. Vacances de Noël.



## La Droséra

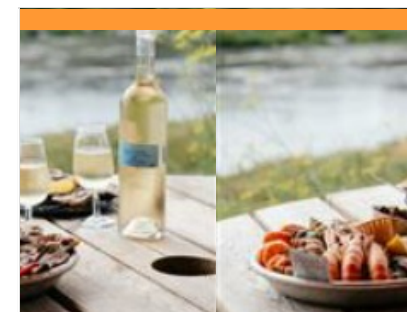
☎ 02 96 83 31 57

💻 <http://la-drosera.fr/>

4.8 km  
📍 Fréhel



Restaurant de type bistrot, produits frais et de saison privilégiant les produits locaux. Salle de 80 places et une terrasse moderne de 50 places. Accueil de groupes et location de salle. Ouvert tous les jours midi et soir pendant la période estivale. Hors-saison : ouvert tous les midis ainsi que le vendredi et samedi soir.



## Bistrot Z'à Huîtres

☎ 02 96 41 06 68

20 Rue du Marais Port à la Duc

💻 <http://www.bistrot-za-huitres-frehel.fr>

5.3 km  
📍 Fréhel



Dégustation d'huîtres. Nicolas Nonnet est un ostréiculteur passionné, prêt à vous faire découvrir et déguster le meilleur des huîtres de Bretagne Nord. Nos huîtres peuvent être dégustées sur place, de mars à octobre. Vous pouvez les déguster seules ou accompagnées de fruits de mer. La dégustation est ouverte du mardi au samedi à partir de 12h. La boutique propose plusieurs variétés d'huîtres : creuses fines de Bretagne Nord, creuses spéciales de Bretagne Nord et huîtres plates. Notre équipe se tient également à votre service pour vous guider dans l'élaboration de vos dégustations avec une sélection de produits gastronomiques locaux autour du thème de la mer, et fabriqués en Bretagne. Le magasin est ouvert du mardi au samedi de 10h à 18h30 et le dimanche de 9h à 12h30. En été, dégustation midi et soir : Du mardi au jeudi : 11h45-16h Vendredi et samedi : 11h45-19h30. Réservation conseillée!

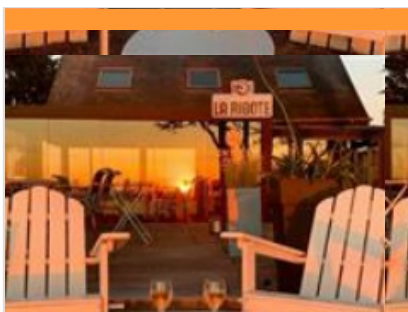
# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## La Ribote

☎ 02 96 41 43 76  
16 route du Cap Fréhel

6.7 km  
📍 Plévenon



Situé à proximité du Cap Fréhel, dans un cadre calme et agréable avec vue sur la mer, le restaurant La Ribote vous propose des spécialités bretonnes : moules, huîtres, poisson du jour, coquilles Saint-Jacques, andouille purée, viandes...



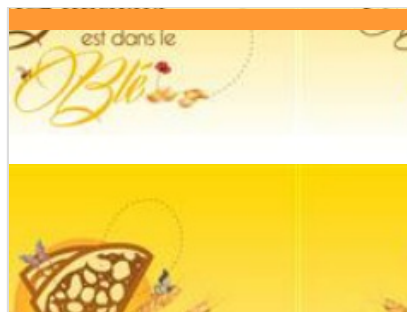
## Le Petit Galet

☎ 02 96 41 58 07

8.7 km  
📍 Plévenon



Crêperie de charme située en amont du Fort la Latte et proche du GR34. Galettes et crêpes de farine biologique. Nos galettes sont sans gluten du fait que notre farine est 100% sarrasin. Nous pouvons également vous préparer des plats végétariens. Moules de nos baies. Tous nos plats sont maison et réalisés à la commande. Animaux bienvenus. Accueil de groupes hors saison. Reconnu par Trip Advisor et Lonely Planet. En travaux de novembre à avril, réouverture en mai.



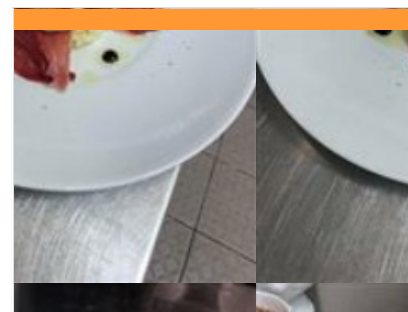
## Le Bonheur est dans le blé

☎ 02 96 81 03 99  
17 rue du Duc d'Aiguillon  
📄 <https://www.facebook.com/profile.php?id=100000000000000>

11.0 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



Les nouveaux propriétaires vous invitent à déguster leurs galettes et crêpes composées de produits frais et locaux soigneusement sélectionnés pour vous offrir une expérience gourmande, authentique et de qualité. Pour les amateurs d'originalité, nous proposons le Burger du Bonheur ! Ouvert à l'année



## La Table de Jean

☎ 02 96 41 84 19  
14 - 16 rue du duc d'Aiguillon  
📄 <http://www.tabledejean-saintcast.com/a>

11.0 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



La Table de Jean élabore une cuisine bistro traditionnelle de produits frais. Une carte de saison avec des spécialités, poissons frais et viandes de qualité. Un bar lounge pour déguster des planches de charcuterie autour d'un bon verre de vin. "Ici le bonheur est fait maison"



## Le Truc Bidule

☎ 02 96 41 83 05  
10 boulevard Duponchel

11.0 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



Bistronomie locale façon tapas. Une cuisine maison à base de produits frais présentée sous forme de petits plats dans une démarche de valorisation du terroir et des producteurs locaux pour des moments de partage et de convivialité. Pensez à réserver!



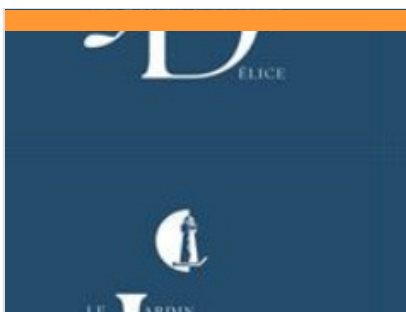
# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Le Jardin Délice

☎ 02 96 81 05 27

23 boulevard Duponchel

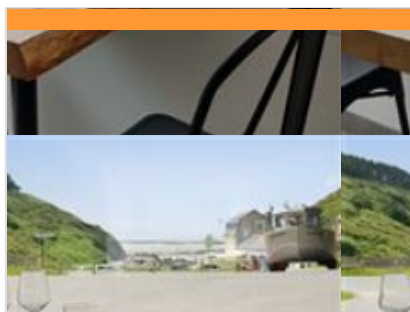
🌐 <https://www.lejardindelice.fr/>

11.1 km

📍 Saint-Cast-le-Guildo



Adeline et Julien, c'est l'histoire de deux âmes passionnées. Passionnées par la gastronomie et l'art de recevoir. Après plusieurs années à mettre leurs talents au service de belles maisons (à Monaco pour elle, aux Roches fleuries à Megève ou bien le Pressoir à Vannes pour lui, mais aussi à l'InterContinental Genève ensemble...), le temps fut venu de trouver le parfait écrin pour écrire leur propre histoire. « L'envie de mêler nos savoirs et nos sensibilités s'est invitée peu à peu, comme une intime évidence. Aujourd'hui, c'est à Saint-Cast-Le-Guildo, avec vous, que nous écrivons les pages de ce nouveau chapitre : la promesse de jolis moments empreints de plaisir, de gourmandise et de partage. » Bienvenue au Jardin Délice. Bienvenue chez nous. Brunch du dimanche : 1er dimanche de chaque mois de novembre à mars Menus à emporter.



## Le Panier Iodé

☎ 02 96 32 74 99

Zone mytilicole de Jospinet

🌐 <https://www.lepanieriode.com/>

17.5 km

📍 Lamballe-Armor



Vue sur mer, produits d'une fraîcheur incomparable à déguster sur place ou à emporter: ici, les fruits de mer et les moules de bouchot en direct du pêcheur sont à l'honneur ! Le service chaud est possible de 12h00 à 14h30, et les denrées froides (huîtres, plateaux de fruits de mer, etc.) sont servies jusqu'à 18h30, du Mercredi au Dimanche et en Saison jusqu'à 19h00, du Mardi au Dimanche.



## Armor Surf School

☎ 06 22 14 42 80

17 allée des acacias

🌐 <http://www.armorsurfschool.com>

0.1 km

📍 Fréhel



Ecole de surf du Cap Fréhel au Cap d'Erquy. Savourez de nouvelles sensations sur les plages du Cap Fréhel au Cap d'Erquy Cours de surf tous niveaux pour petits et grands. Initiation, stages, coaching particulier, balades en Stand Up Paddle, location de matériel. De l'énergie iodée grande nature même sous la pluie ! Alors, cap ? Location de matériel : Surf, à partir de 12 € Stand up paddle, à partir de 20 € Combinaison, à partir de 8 €



## Centre nautique de Fréhel

☎ 02 96 41 55 47

Rond Point de l'Equinoxe

🌐 <https://centrenautique-frehel.fr/fr/>

0.2 km

📍 Fréhel



Entre le Cap Fréhel et le Cap d'Erquy, sur la grande plage de Sables-d'Or-les Pins, le centre nautique de Fréhel propose une large palette d'activités nautiques :- la glisse, avec le catamaran, la planche à voile, le wing foil... - la balade, en catamaran, en kayak ou en paddle, pour la découverte de milieux naturels exceptionnels comme la lagune de Sables-d'Or et le lagon de l'îlot Saint-Michel - le char à voile, une activité grisante sur le sable, dès 8 ans ! - En été : club de plage, natation, aquagym, aquaphobie, marche aquatique et sauvetage côtier Labellisé "Ecole Française de Voile" et "Spot nautique", le centre est ouvert toute l'année. Les activités se déclinent en : - stages : moussaillons, catamaran, planche à voile, sauvetage côtier... - location (et cours particuliers) : paddle, paddle géant, kayak, planche à voile, dériveur, catamaran - sorties découverte : voile, kayak, paddle Les scolaires et aroupes sont également



## Cap Évasion Vélo - Locations

☎ 07 67 66 00 93

Camping les Salines 11 route de la Ville

Boulin

🌐 <https://www.cap-evasion-velo.fr/>

0.9 km

📍 Plurien



Situé dans le camping Les Salines à Plurien Sables d'Or, au bord de l'eurovéloroute N° 4 et voies vertes, à 300 m de la plage de Sables d'Or, à 50 m de l'estuaire de l'Islet, marais remarquable. Location de VAE, VTC, VTT, tandem, matériel enfant pour un délicieux moment d'évasion Conseils pour vos circuits sur voie verte et Vélomaritime. A votre retour, crêpes maison, glaces et dîner possibles en terrasse. Ouvert 7/7

# Mes recommandations (suite)



### Cap Évasion Nature

☎ 06 59 74 87 89

1.3 km  
📍 Plurien



[Activité arrêtée - suppression de la fiche le 23/10/2025] Profitez de votre escale chez nous pour vous remplir de notre nature pleine d'énergie Isabelle vous accompagne dans l'expérience inoubliable de la rencontre avec littoral, bocage et monde du vivant. Balades accompagnées à pied , en VAE du c/ap d'Erquy à Saint-Jacut pour vous réjouir et « retrouver votre boussole »/



### Sables d'Or Equitation

☎ 06 09 95 38 89

🌐 <https://www.centreequestrebretagne.co>

1.4 km  
📍 Plurien



Vivez des moments d'évasion et de convivialité au plus près de la nature. Offrez-vous une expérience unique au cœur de la nature grâce à Sables Dor Équitation ! Situé entre le Cap d'Erquy et le Cap Fréhel, à 15 minutes de la plage, notre centre équestre propose des balades, stages et séjours équestres adaptées à tous les niveaux, tous les âges, des débutants aux cavaliers confirmés. - Balades équestres sur la plage et dans la nature : Explorez des paysages d'exception à dos de cheval, accessibles à tous, débutants comme cavaliers confirmés. - Cours, stages d'équitation : Initiations et perfectionnements encadrés par des moniteurs diplômés et passionnés. - Séjours en immersion au cœur du centre équestre : pour tous les âges et toutes les envies, hébergement sur place dans le village de yourtes. - Activités pour enfants : Promenades en poney et ateliers pédagogiques pour éveiller les plus jeunes au monde



### Atelier Kerkozh, Arts plastiques et développement personnel

☎ 06 30 60 39 21

5 Rue de la Petite Abbaye

🌐 <http://www.kerkozh.com>

3.1 km  
📍 Fréhel



Dans l'ATELIER KERKOZH, Catherine propose 3 pôles :- \* - ACTIVITÉS LUDIQUES ET ENSEIGNEMENT ADULTES ADOS ENFANTS, maxi 4 personnes, 2 heures 40€. TOUS LES JOURS TOUTE L'ANNÉE Dessin, Peinture, Encre-et-lavis, Collages, Sculpture, Textiles, Recyclage Trouver le plaisir de créer son univers sensible pour écrire une histoire en formes, matières et couleurs. Séance à offrir, cadeaux surprise à créer vous-même dans l'atelier. - \* - ART-THÉRAPIE MÉDIATION THÉRAPEUTIQUE, ANTI-STRESS, ÉPANOUISSEMENT, SOIN DE SOI PAR LES ARTS ADULTES ADOS ENFANTS, maxi 3 personnes, 2 heures 80€ 1 pers, 120€ pour 2 pers, 150€ pour 3 pers ACTIVITÉ d'arts plastiques. - \* - DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ENTREPRISES-ASSOCIATIONS-STRUCTURES SOCIALES - ind. ou groupe 12 personnes max. OBJECTIFS : Vérifier le projet, la motivation et lever les freins



### Écuries de Saint Sébastien

☎ 06 64 05 54 20

5 lieu-dit Saint Sébastien

🌐 <http://ecuriesdesaintsebastien.com>

3.2 km  
📍 Fréhel



Cours, promenades et randonnées à cheval, de l'heure à la journée, tous niveaux, poney dès 3 ans. Découverte du patrimoine de Fréhel et ses alentours : châteaux, Cap Fréhel, Fort la Latte, Baie de la Fresnaye... Stages pendant les vacances scolaires. Accompagnateur de tourisme équestre diplômé. Ouvert tous les jours pendant les vacances. Sur réservation le reste de l'année.



### Yoga Bejoy

☎ 06 03 10 63 62

Élise Beaujean

3.4 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



BEJOY accompagne les particuliers, les entreprises et les institutions avec diverses méthodes holistiques de coaching. Séances individuelles à Fréhel ou à domicile, séances collectives à Saint-Cast-le Guildo, possibilité de se déplacer. YOGA : Réduisez le stress et améliorez votre bien-être Flow Yoga : tonique et fluide Yin Yoga : doux et méditatif Paddle Yoga : uniquement l'été RELAXATION : Techniques pour un lâcher-prise profond Processus corporel Access Bars : pour libérer les blocages énergétiques et favoriser une détente profonde Processus corporel Facelift : pour un regain de vitalité et une apparence plus radieuse MEDITATION : Harmonie et bien-être global Massage sonore : pour soulager les tensions et procurer une relaxation profonde YOGA ADAPTÉ : Pour personnes en situation de handicap moteurs, physiques ou psychiques Cours adaptés à tous niveaux et capacités Techniques de



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Pêche passion

☎ 06 60 73 28 29

14 rue des sentes Notre Dame

💻 <http://www.pecheenmer22.fr>

3.8 km  
📍 Erquy



Pêche Passion se situe à Erquy. Moniteur Guide de pêche, diplômé Jeunesse et Sport, je vous propose d'embarquer à bord de l'Océane pour vous faire partager ma passion de la pêche en mer. **INFORMATIONS PRATIQUES** : - Tous niveaux acceptés (pêcheurs débutants, occasionnels ou confirmés) - Départ depuis le port d'Erquy - Prestations : o Le baptême de 3h00 o La marée de 6h00 o La journée de 8h00 o Stage de pêche avec ou sans hébergement. o Possibilité de guidage sur votre bateau : approche du milieu marin (marées, coefficients), familiarisation avec l'électronique embarquée, (GPS, Sondeur, VHF), les stratégies de pêche (lecture de l'eau, dérives...) - Différentes techniques de pêche peuvent être pratiquées en fonction de vos souhaits et de la prestation choisie : o Appâts naturels (lançons, coquillages, vers...) o Leurres souples, leurres durs, jigs, cuillers... o Pêche des céphalopodes, encornets.



## Ecole de Kitesurf - Wing - Foil - Kitecenter 22

☎ 07 83 33 57 95

Maison de la Mer Rue du Port

💻 <http://kitecenter22.fr>

4.9 km  
📍 Erquy



Initiation, perfectionnement, stages et location de Kitesurf, Foil et Wing-Foil à Erquy. Notre école spécialisée dans le Kitesurf depuis 2014 vous propose de découvrir ces sports sensationnels en toute sécurité et accompagné par une équipe de moniteurs diplômés et expérimentés. Profitez de notre flexibilité pour apprendre ou parfaire votre expérience du Kitesurf, de la Wing ou du Foil dans les meilleures conditions météo possibles pour un résultat optimal. Ouvert d'Avril à Décembre.



## Histoire d'Eau Plongée

☎ 06 81 50 65 24

Maison de la Mer Rue du Port

💻 <http://www.histoiredauplongee.com>

5.0 km  
📍 Erquy



Histoire d'eau est située sur le port d'Erquy dans la maison de la mer. L'école de plongée propose des initiations, randonnée palmée, formations ou explorations adaptées à chaque niveau en plongée sous-marine. Ouvert d'avril à mi-novembre, tous les jours en juillet-août sauf le dimanche, fermé le lundi et mardi hors saison. Accueil de personnes à mobilité réduite. Accueil de groupes. Accessible dès 8 ans.



## Pêche Evasion

☎ 06 09 17 55 94

💻 <http://www.guidedepêchebretagne.fr>

5.0 km  
📍 Erquy



Pêche en mer en bateau ou du bord avec Pêche Evasion au départ d'Erquy, Pléneuf Val André, Fréhel et de Saint-Cast-le-Guildo Encadré par un Guide de Pêche diplômé jeunesse et sport. Enfants et adultes du débutant au confirmé. - Pêche en mer en bateau à bord du bateau "Le Viking" : seul ou entre amis (de 50 à 160 euros par personne) • Balade pêche : 3h • Demi-journée : 4h • La marée : 6h • La journée : 8h - Pêche du bord de mer Le Surfcasting ou pêche aux leurres. Formule 3h en journée. - Pêche à pied - Prestations « Coaching » à bord de votre bateau : prestation personnalisée (4h ou journée) - Tout le matériel de pêche ainsi que les appâts sont fournis - Toilettes à bord - De nombreux conseils avant l'activité Toute l'année par téléphone ou par mail Possibilité de coffret cadeau



## Les Canoës du Guildo

☎ 06 61 69 75 78

Rue des quais

💻 <https://www.canoe-kayak-saint-cast-le-guildo.fr>

15.8 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



Les "canoës du Guildo" vous proposent des canoës, des kayaks et des paddles à la location, à partir du port du Guildo sur l'Arguenon maritime. Pour une durée de 2 à 4 heures, lorsque la mer est haute, propulsé à la pagaie dans le calme et sur un plan d'eau sans vagues, vous pourrez apprécier une balade nature pour découvrir la faune et la flore de l'Arguenon, au cœur d'un site naturel protégé. Pour toute la famille ou en individuel. Les horaires d'ouverture sont définis en fonction des heures de marée et sont indiqués sur le site internet des canoës du Guildo. Bonne visite !

# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Flyeol Parapente

☎ 06 83 25 89 47

RDV selon le vent Erquy / St-Cast

💻 <http://www.flyeolparapente.fr/>

16.8 km

📍 Saint-Jacut-de-la-Mer



Faire comme l'oiseau, Survolez les eaux transparentes de la côte d'émeraude, Faire le plein de sensations ... En toute sécurité. Vol accompagné au gré du vent sur Saint-Jacut-de-la-Mer (Point du Chevet), Saint-Cast (Plage de la Pissotte), Sables d'Or, Erquy (plage de St-Pabu), Saint-Malo, ... découvrir la côte vue du ciel ! C'est ce que vous propose JC, moniteur diplômé. Plusieurs formules pour tous les budgets et toutes les envies : Pack découverte à 70€ (10mn de vol aux abords du décollage) Pack sensation à 100€ (15mn de vol) Pack sensation Up à 130€ (15 minutes de vol avec accès au pilotage et voltige). Vidéo souvenir à 25€. D'avril à mi-octobre sur réservation (fortement conseillée / selon conditions de vol)



## La Poterie de Sandra and Co

☎ 02 96 82 70 26 ☎ 06 43 55 71 66

24 rue de l'Hotellerie

💻 <https://www.lapoteriesdesandra.fr/>

25.1 km

📍 Corseul



Envie de découvrir l'art de la poterie ou de perfectionner vos compétences ? La Poterie de Sandra vous propose des cours et ateliers adaptés à tous les niveaux. Dans une ambiance conviviale et chaleureuse, notre équipe de passionnés vous accompagne dans l'apprentissage des techniques de modelage, de tournage et de décoration. Que vous soyez débutant ou expérimenté, nos ateliers sont conçus pour vous offrir une expérience créative et enrichissante. Venez libérer votre créativité et repartir avec des pièces uniques, réalisées de vos propres mains. Inscrivez-vous dès maintenant et laissez-vous guider par notre expertise et notre passion pour la poterie. Ouvert du mardi au samedi du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août : Nos ateliers, accessibles à tous, s'adaptent à votre rythme, que vous soyez débutant ou confirmé. Notre équipe passionnée est là pour vous accompagner. Plongez dans un savoir-faire artisanal transmis



## Maison Pêche et Nature

☎ 02 96 50 60 04

2 rue des Grands Moulins

💻 <http://www.maisonpechenature.com>

26.4 km

📍 Jugon-les-Lacs



La Maison Pêche et Nature se situe en plein centre de Jugon-les-Lacs, et au pied du lac. Au cœur de la vallée de l'Arguenon, l'association propose des animations d'initiation à la pêche en eau douce et de découverte du patrimoine naturel local. Également : une boutique, information pêche et vente de cartes, location barques et matériel de pêche. Exposition à découvrir sur place avec notamment une passe à anguille.



## Balades sur Rance

☎ 06 70 80 24 17

Ecluse du Châtelier

💻 <http://www.balades-sur-rance.com>

33.6 km

📍 Saint-Samson-sur-Rance



Nouveauté 2025 ! Le step paddle ! Une longue planche large et donc stable avec un guidon et un pédalier façon step pour avancer à votre rythme, cool ou plus sportif. Trotinettes des mers ! Paddles à propulsion électrique. Très stable et maniable grâce à sa large planche et son guidon, le paddle à propulsion électrique est très facile d'utilisation. Il permet d'explorer la Rance et ses richesses naturelles et patrimoniales en toute sécurité. "Balades sur Rance" propose la location de bateaux électriques (sans permis), pour une navigation en toute liberté sur la Rance fluviale. D'une heure à la journée, remontez la Rance vers le port de Dinan et vers Léhon (passage d'une écluse) "Balades sur Rance" propose également : - la location de pédalos - la location de kayaks "sit on top" (bi-place et solo) - la location de paddles - la location de vélos.



## Croisière sur la Rance - Compagnie Corsaire

☎ 02.23.18.24.60

Embarcadère

💻 <http://www.compagniecorsaire.com>

33.8 km

📍 Dinan



Embarquez pour une promenade commentée dans le calme, la sérénité à travers des paysages variés. Côté mer, passage en Rance via l'écluse du Barrage de la Rance, usine marémotrice EDF qui exploite les ressources des fortes marées s'engouffrant dans l'estuaire pour produire de l'électricité. Du Barrage de la Rance jusqu'à Dinan cité médiévale, la nature et l'histoire rivalisent de charme. Ici un village de pêcheurs, là un vieux château ou une malouinière ; là encore le fleuve se fait lac, puis canal bordé de falaises à pic... Dinan paraît avec ses ruelles pittoresques, ses maisons en pans de bois, ses portes et ses échoppes d'artisans. 2h45 de traversée aller simple Départs possibles de Dinard, Saint-Malo ou Dinan En été, possible retour à Dinan ou Saint-Malo via un car affrété par nos soins Horaires de départs consultables sur notre site internet (déterminés selon la marée) Tarifs aller simple : 30.50 euros/adulte





Les sorties de la Maison de la Rance

☎ 02 96 84 00 57  
Rue du Quai Talard

🌐 <https://www.dinan-agglomeration.fr/Cult>

33.8 km  
📍 Lanvally



Les animateurs des maisons Nature proposent à chaque vacances un riche programme d'activités ludiques de découverte de la Nature. Sur différentes thématiques, Ils vous accompagnent, à pied ou en bateau, pour une visite guidée de l'espace Vallée de la Rance. A travers des activités ludiques, favorisez la découverte des richesses de la nature dans l'environnement proche des enfants, sensibilisez-les à la fragilité des milieux naturels et développez leurs comportements éco-citoyens. Programme détaillé sur le site ou sur la rubrique Agenda de l'office de Tourisme



Chemins de la Baie du Mont-Saint-Michel

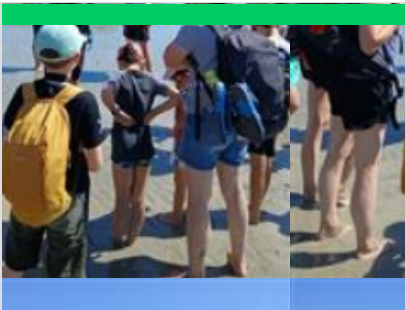
☎ 02 33 89 80 88  
34 rue de l'Orillon

🌐 <http://www.cheminsdelabaie.com>

68.3 km  
📍 Genêts



Partagez des moments inoubliables en famille ou entre amis ! Faites l'expérience de la Baie du Mont Saint-Michel! Tout au long de l'année, l'équipe "Chemins" vous accompagne dans la Baie du Mont Saint-Michel : traversées avec différents itinéraires, randonnées, sorties à thèmes (sables mouvants, grandes marées, oiseaux, flore). Grâce à l'éventail de nos activités et parcours, tous les publics y trouveront leur intérêt : les randonneurs confirmés comme les petits pieds.



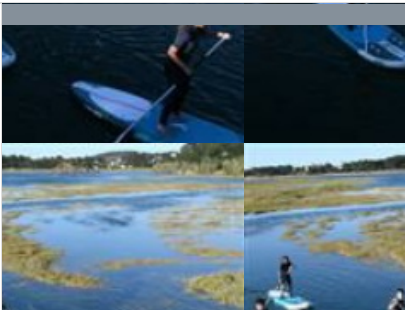
Découverte de la Baie du Mont-Saint-Michel

☎ 02 33 70 83 49  
La Maison du Guide 1 rue Montoise  
🌐 <http://www.decouvertebaie.com>

68.4 km  
📍 Genêts



Depuis 1994, nous accueillons les visiteurs avec la même conviction : plus qu'une simple randonnée, notre Baie unique mérite d'être vécue et partagée, avec chaleur et authenticité. Nous sommes une petite équipe soudée de passionnés. Attestés par l'État, nos guides expérimentés connaissent les recoins et les secrets de ce territoire. Venez vivre avec nous une véritable aventure en Baie. Nature et Histoire s'animeront sous nos explications lors des grandes traversées commentées au départ du littoral normand (aller-retour de 6h / 6h30 avec possible retour en bus). Les curieux pressés choisiront des sorties plus courtes (1h30 à 3h30), avec des départs possibles du Mont St-Michel ou de Genêts. Nous pouvons également construire avec vous des expériences sur mesure pour les groupes et séminaires, pour les particuliers, les entreprises et les scolaires, y compris pour de grands groupes. Ouverte toute l'année (7/7



Balade nautique paddle dans la lagune des Sables-d'Or

☎ 02 96 41 55 47  
Rond-Point de l'Équinoxe  
🌐 <https://centrenautique-frehel.fr/>

0.3 km  
📍 Fréhel



Le Centre nautique de Fréhel organise des balades nautiques accompagnées (guide nautique diplômé) en paddle à la découverte de la lagune des Sables-d'Or. Le paddle est un engin tout à fait adapté à la découverte des milieux naturels : silencieux et discret, il permet d'approcher le rivage et de se faufiler dans un filet d'eau et de produire un faible impact sur l'environnement. Au départ de la plage des Sables-d'Or-les-Pins, on rejoint la flèche dunaire que l'on contourne pour entrer dans la lagune. Protégé au titre des « Espaces naturels sensibles » des Côtes-d'Armor, cet espace naturel de 5 ha est une zone de transition entre la mer et la terre. Il constitue un milieu naturel très riche, propre aux marais maritimes, sur le plan de la flore et de la faune. En partie fermée par la flèche dunaire, la lagune est soumise à l'effet des marées et se remplit et se vide à chaque marée, créant des paysages très changeants. Les sorties (2 h) sont organisées selon



Découverte de la station de Sables-d'Or-les-Pins

☎ 0 825 95 22 01  
🌐 <http://www.dinan-capfrehel.com>

0.3 km  
📍 Fréhel



Une balade au cœur de la station balnéaire, de la plage à l'estuaire de l'Islet. De la plage au cœur de la petite station des Sables-d'Or, qui se plaisait à rivaliser avec Dinard, cette balade nous replonge facilement dans l'ambiance « Belle Epoque » où les « bains de mer » deviennent, pour ceux qui peuvent se le permettre, un motif aux séjours sur le bord de mer.

# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Balade de l'estuaire de l'Islet à Sables-d'Or-les-Pins

Boulevard de la mer

0.4 km  
📍 Fréhel



Sables d'Or... Il suffit parfois d'évoquer le nom de certains lieux pour déclencher l'imagination et l'envie de voyage. À Sables d'Or, la magie du nom rejoint la splendeur du site : une grève immense de sable fin dorée par le soleil, des dunes fleuries de chardons bleus et de liseron rose, c'est un paysage d'estuaire d'une grande beauté, en perpétuel mouvement. Autrefois cultivée, aujourd'hui oubliée des hommes, la « bouche d'Erquy » telle qu'on la nomme ici, est un petit paradis pour les oiseaux et la flore des marais maritimes. Balisage : suivre le balisage blanc et rouge du GR®34



## Flèche dunaire à Sables d'Or les Pins

☎ 02 96 41 40 12  
Sables-d'Or-les-Pins

📄 <https://www.dinan-capfrehel.com/itineraires>

0.7 km  
📍 Fréhel



Entre le Cap d'Erquy et le Cap Fréhel, Sables d'Or-les-Pins déploie sa majestueuse flèche dunaire, joyau naturel sculpté par les marées et les vents. Cet espace unique allie une plage d'un sable doré à un estuaire de 50 hectares classé Natura 2000, véritable refuge pour une faune et une flore exceptionnelles. Derrière la dune, l'estuaire de l'Islet dévoile un garde-manger naturel où sédiments, chenaux et vasières attirent une multitude d'oiseaux que l'on peut observer à marée basse. Comment y accéder : Situé entre Plurien et Sables d'Or-les-Pins, le site est accessible à pied, en vélo ou en voiture, avec un stationnement gratuit dans les rues avoisinantes. Un chemin PMR part de la promenade du lac pour rejoindre l'entrée de la flèche dunaire. Informations pratiques : Pensez à bien consulter les horaires de marées sur les sites dédiés ou en contactant l'office de tourisme. Des visites guidées



## Sur les traces de Mathurin : du grain au pain

Hôtel Le Bon Cap, bourg de Plurien ou  
Camping "Les Salines"

0.9 km  
📍 Plurien



Circuit découverte à Plurien et la vallée de l'Islet C'est parti pour le circuit « Mathurin, du grain au pain », qui permet de découvrir de façon autonome les richesses et le patrimoine de la vallée de l'Islet, située entre les communes de Plurien et d'Erquy. Imaginé avec de nombreux partenaires locaux de manière participative, cet outil de découverte du patrimoine est disponible auprès de nos partenaires. Le circuit, composé d'une besace avec 10 activités, d'une carte et d'un livret pratique, est à emprunter à l'Hôtel Le Bon Cap ou au Camping Les Salines, situés à Plurien. Des balises de repérage discrètes complètent ce dispositif qui permet à tous de passer des moments inoubliables en compagnie de Mathurin et de sa famille ! Ils vous feront découvrir la vie autour de la vallée de l'Islet du début du XXème siècle jusqu'aux années 60 : l'agriculture, les moulins, la richesse du marais, le patrimoine du bourg de



## Balade nautique en paddle à la découverte du lagon Saint Michel

☎ 02 96 41 55 47  
Rond-Point de l'Équinoxe

📄 <https://centrenautique-frehel.fr/>

3.2 km  
📍 Fréhel



Cette balade nautique accompagnée (guide diplômé) en paddle à la découverte du lagon Saint-Michel est organisée par le Centre nautique de Fréhel. Elle s'effectue au départ de la plage des Sables-d'Or. Entre la plage des Sables-d'Or et l'îlot saint Michel, la mer laisse apparaître en se retirant un véritable lagon à la couleur émeraude. Il est alors possible de glisser au-dessus d'une eau limpide et peu profonde, à la découverte des richesses du milieu marin. Le paddle est un engin tout à fait adapté à la découverte des milieux naturels : silencieux et discret, il permet d'approcher le rivage et de se faufiler dans un filet d'eau et de produire un faible impact sur l'environnement. Les sorties (2 h) sont organisées selon un calendrier. Pas de niveau technique particulier requis pour y participer. Information et réservation : Centre nautique de Fréhel. Tél. 02 96 41 55 47.



## Parcours vélo vers le Cap Fréhel

Place de Chamblay

3.2 km  
📍 Fréhel



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



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Pointe aux chèvres

☎ 02 96 41 40 12  
Pléhérel-Plage

3.5 km  
📍 Fréhel



Nichée entre le majestueux Cap Fréhel et la station balnéaire prisée des Sables d'Or les Pins, la Pointe aux Chèvres mérite une place de choix dans vos itinéraires bretons. Accessible facilement via le sentier côtier offrant des vues imprenables sur la mer, cette pointe rocheuse vous promet une expérience entre sérénité et émerveillement. Un panorama est un véritable régal pour les amateurs de photographie et les amoureux de grands espaces. La table d'orientation vous permettra de vous situer entre Erquy et le Cap Fréhel. Comment s'y rendre: Facile d'accès depuis la route menant du Cap Fréhel à Sables d'Or les Pins à proximité immédiate de la chapelle de Vieux bourg. Infos pratiques: un parking gratuit de la chapelle tout proche ainsi qu'une table de pique nique à proximité. Egalement des toilettes sur le parking de l'Anse du croc en contrebas. Via le GR34 vous êtes à 6.5km du Cap Fréhel et 5 km de



## Week-end à vélo sur le 3ème Grand Site de France de Bretagne

5.8 km  
📍 Plévenon



Envie de paysages exceptionnels, en bord de mer ou à l'intérieur des terres ? Découvrez les paysages remarquables du Grand Site de France Cap d'Erquy Cap Fréhel grâce à cette boucle d'environ 60 kilomètres. Elle emprunte l'itinéraire de La Vélomaritime - EuroVelo 4 sur la partie nord puis l'arrière pays sur la partie sud. La boucle n'est pas signalisée sur le terrain, vous pouvez télécharger la trace GPX pour vous guider sur place, et dans les photos, vous trouvez une carte du parcours. Rappel : le vélo est interdit sur le GR34 (servitude de passage des piétons sur le littoral (SPPL). A chaque saison, l'intérêt du Grand Site de France Cap d'Erquy-Cap Fréhel évolue en fonction des espèces animales et végétales présentes : au printemps avec l'arrivée des oiseaux marins nicheurs du Cap Fréhel ou l'apparition des discrètes orchidées ; à la fin de l'été avec l'éclosion des gentianes pneumonanthe : à l'automne



## Des landes du cap Fréhel aux deux pointes

Route du Cap Bourg de Plévenon  
(parking camping-cars)

6.1 km  
📍 Plévenon



Au départ du bourg de Plévenon, cette grande randonnée rejoint la côte, que l'on longe pour faire le tour de cette « presqu'île aux deux pointes ». Le cap, en s'avancant dans la mer, dessine dans le paysage une frontière naturelle entre la baie de Saint-Brieuc à l'ouest, et les approches de Saint-Malo vers l'est, et se frange d'écume et d'embruns en toutes saisons. L'été, la lande fleurie adoucit ces paysages marins où retentit le cri des oiseaux marins... En cours de route, la découverte de la Fauconnière (réserve ornithologique), la visite du phare ainsi que du Fort La Latte enrichiront la connaissance de ce milieu naturel chargé d'histoire. Espace naturel labellisé "Grand Site de France", le Cap Fréhel fait l'objet depuis plusieurs années d'un programme de réhabilitation et de préservation. Des visites sont également programmées selon la saison : le phare, le Fort La Latte, ainsi que des visites accompagnées par le Grand Site



## Du cap Fréhel au Fort La Latte

☎ 0825 95 01 22  
Parking du Cap Fréhel (payant par horodateur).  
🌐 <http://www.dinan-capfrehel.com>

7.6 km  
📍 Plévenon



C'est parti pour une balade en aller-retour sur le sentier côtier, dans l'un des plus beaux sites naturels de Bretagne. Le sentier côtier, fréquenté par les douaniers dès le XVIIIe siècle pour la surveillance du littoral, offre le plaisir de suivre la côte dans ses moindres anfractuosités et d'arriver au pied du Fort La Latte. La visite du Fort La Latte au cours de la balade est incontournable pour se plonger dans l'histoire de ces côtes. Après une visite du fort, où l'on admire la vue à 360 ° d'horizon depuis le donjon, le chemin du retour s'effectue cette fois en direction du Cap Fréhel. Encadrée à l'ouest par la baie de Saint-Brieuc et à l'est par la baie de Saint-Malo, la presqu'île du Cap Fréhel s'avance vers la mer telle un vaisseau de pierre... La mer, parfois malmenée par l'action conjuguée du vent et des courants peut devenir agitée, au point de rendre difficile le franchissement du cap pour les bateaux... Hautes de 70 m. ses



## Autour de Château Serein

☎ 0 825 95 01 22  
Parking de Port Saint-Géran  
🌐 <http://www.dinan-capfrehel.com>

7.9 km  
📍 Plévenon



Belle balade sur le sentier du littoral dans le Grand Site de France " Cap d'Erquy - Cap Fréhel" avec de beaux points de vue sur la Baie de la Fresnaye. Au départ du petit port de Saint-Géran, cet itinéraire emprunte le sentier côtier (GR 34) le long de la baie de la Fresnaye puis s'en écarte pour parcourir des petites routes de campagne... Le vaste espace de la baie laisse apparaître à basse mer les étendues dédiées aux activités conchylicoles : parcs à huîtres, bouchots... En chemin, faites une halte à Port Nieux, où accostaient autrefois des bateaux de charge (bois, chaux, charbon...), et de pêche, qui y trouvaient un abri des vents d'ouest... A ne pas manquer à proximité : la découverte du Fort La Latte ; une visite nature avec le Grand Site Cap d'Erquy - Cap Fréhel.

# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



Pointe Saint-Efface

8.2 km  
📍 Matignon



Un superbe panorama depuis la pointe Saint-Efface sur toute la baie de la Fresnaye, le château de la Roche Goyon, à marée basse, les parcs ostréicoles et mytilicoles se découvrent, à marée haute la baie de la Fresnaye est selon le coefficient de marée totalement recouverte.



Cap Fréhel

☎ 02 96 41 43 06  
🌐 <https://www.dinan-capfrehel.com/au-coeur>

8.2 km  
📍 Plévenon



Dominant la mer à plus de 70 mètres, les majestueuses falaises de grès rose du Cap Fréhel sont un véritable spectacle de la nature. Classées depuis 1967, ces falaises, les plus hautes de Bretagne après celles de Plouha, offrent un panorama époustouflant, s'étendant jusqu'à l'île de Jersey par temps clair. Ce lieu emblématique, préservé de toute construction, est l'un des sites les plus visités de Bretagne, attirant des amoureux de la nature, des photographes et des curieux du monde entier. Une biodiversité exceptionnelle Le Cap Fréhel est bien plus qu'un simple point de vue : c'est un sanctuaire naturel abritant une grande diversité de faune et de flore. Entre les tapis multicolores de bruyères, d'ajoncs et de chardons, et les oiseaux marins tels que le Pingouin torda ou le Guillemot de Troil qui nichent dans les falaises, chaque recoin du site regorge de vie. La lande environnante accueille



Vallée du Moulin de la Mer

8.4 km  
📍 Matignon



Comment y accéder La Vallée du Moulin de la Mer est située à 3 km du bourg de Matignon. Accédez facilement au site en stationnant gratuitement au Parking de la Vallée, au Parking de Saint-Germain ou au Port Saint-Jean. Informations pratiques Deux itinéraires vous attendent : une boucle de 1,6 km au cœur de la vallée, idéale pour une exploration en famille, ou une randonnée plus immersive de 7 km reliant le village de Saint-Germain à la Vallée du Moulin de la Mer. Ce dernier vous mènera à travers paysages boisés et points de vue exceptionnels sur la Baie de la Fresnaye. Itinéraires de randonnées disponibles dans nos bureaux d'informations et sur notre site internet. Conseils aux visiteurs Appréciez la richesse du patrimoine naturel et historique : observez les pics verts, épeiches et épeichettes, présents dans la vallée. Profitez d'une balade sensorielle où l'eau et la lumière modèlent les paysages changeants.



Du village de Saint-Germain à la vallée du Moulin de la Mer

☎ 0 825 95 01 22  
Village de Saint Germain  
🌐 <http://www.dinan-agglomeration.fr/Economie>

8.4 km  
📍 Matignon



Du village de Saint-Germain, on emprunte le sentier côtier (GR 34) le long du côté Est de la baie de la Fresnaye, vers l'amont. L'itinéraire s'écarte ensuite du littoral pour rejoindre des villages en campagne par des petites routes, jusqu'à atteindre une vallée boisée. Le sentier descend vers le site du moulin de la Vallée de la Mer et ses vestiges. Le site du moulin de la Vallée de la Mer mérite de s'y attarder, pour découvrir l'histoire de Léa, qui vous guidera à travers les ruines. On remonte ensuite vers la pointe Saint Efficace, et son beau point vue sur la baie, avant de revenir au point de départ par le sentier côtier. Attention : en hiver, le sentier côtier peut être boueux et glissant.



Balade dans la Vallée du Moulin de la Mer - Matignon

Le Clos, parking de La Vallée

8.5 km  
📍 Matignon



Dans un jeu d'ombres et de lumières, la vallée du Moulin de la Mer présente une succession d'ambiances paysagères où l'eau est toujours présente. Le sentier démarre sous une voûte arborée et nous conduit tout d'abord jusqu'à l'ancienne aire de travail du moulin, témoin de l'utilisation passée de la vallée. Puis les arbres s'écartent peu à peu laissant place aux prés salés, et enfin à la mer avec de belles perspectives sur la Baie de la Fresnaye et Fort La Latte. Balisage : suivre les bornes en pierre à partir du parking de la Vallée (48.61668, -2.29429) Vous pouvez télécharger le livret d'interprétation qui vous guidera en 12 étapes en cliquant sur "imprimer"



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Baie de La Fresnaye

☎ 0825950122

📱 <http://www.dinan-capfrehel.com>

8.9 km

📍 Saint-Cast-le-Guildo



Du Cap Fréhel à Saint-Cast-le Guildo, arpentez le sentier des douaniers GR34 et profitez de points de vue magnifiques ainsi que des oiseaux hivernants d'octobre à mars. Profonde de 6 km, elle est gardée par une impressionnante ceinture de falaises. Cette baie tient son nom des frères qui la bordaient autrefois. La découverte de troncs d'arbres et de racines fossilisées fait dire aux scientifiques que la baie de la Fresnaye fut envahie par la mer, certainement au début du VIII<sup>ème</sup> siècle. Un siècle plus tard, les Normands y débarquèrent, suivis au XIII<sup>ème</sup> siècle, par de nombreux pèlerins venus d'Angleterre ou des pays nordiques. Ils sont accueillis par les templiers qui les escortent vers des lieux saints.



## Balade du soleil levant

☎ 0825950122

📱 <http://www.dinan-capfrehel.com>

10.8 km

📍 Saint-Cast-le-Guildo



Cette balade au cœur de la station balnéaire offre les plus beaux points de vue vers le port, la baie et la mer... Au départ de l'office de tourisme, place Général de Gaulle, la balade d'environ 7 km parcourt les paysages côtiers de la commune, avant de rejoindre le bourg puis le cœur de la station. Après avoir longé la plage le long de la liaison piétonne, on atteint le port de plaisance. L'itinéraire contourne ensuite la pointe de Saint-Cast qui offre un panorama magnifique sur la baie de Saint-Cast, vers la rade de Saint-Malo et le cap Fréhel à l'ouest. La balade se poursuit le long de la côte pour revenir vers le bourg et le quartier de l'Isle.



## Le circuit du Guildo

☎ 0825950122

📱 <http://www.dinan-capfrehel.com>

10.8 km

📍 Saint-Cast-le-Guildo



Au départ du port du Guildo, situé sur la rive gauche de l'Arguenon, la balade emprunte une portion de sentier côtier le long de l'estuaire de l'Arguenon (rive gauche), jusqu'à la pointe du Bay. Cette pointe offre un très beau panorama sur la baie de l'Arguenon et l'archipel des Ebihens. La balade se poursuit sur les petites routes qui traversent de jolis hameaux dans la campagne. Après avoir contourné l'étang de Beaulieu, l'itinéraire descend vers les villages de Brizon et de la Corbinais, avant de longer le bras de mer de Bellenray et revenir au point de départ. Ne pas hésiter à faire un petit détour vers le site des "Pierres Sonnantes", qui ont la particularité de résonner d'un son cristallin lorsqu'on les frappe avec un galet. Attention : la prudence s'impose sur le sentier du littoral qui peut être escarpé.



## Parcours vélo de Saint-Cast au Cap Fréhel

Place Général de Gaulle

10.9 km

📍 Saint-Cast-le-Guildo



Ce parcours d'une quarantaine de kilomètres s'effectue sur des petites routes en direction de la presqu'île du Cap Fréhel, qu'il traverse, avant de longer le littoral et revenir par la campagne. De nombreux dénivelés marquent ce parcours qui emprunte la Vélomaritime de Matignon à Pléhérel plage, et offre des paysages remarquables sur la Côte d'Emeraude. Ce parcours n'est pas balisé sauf sur les tronçons de la Vélomaritime, qu'il emprunte sur une assez longue distance. Au départ de l'office de tourisme (quartier des Mielles) à Saint-Cast-le Guildo, il faut rejoindre la liaison cyclo (ancienne voie ferrée) par le bd de la Côte d'Emeraude. Celle-ci arrive au centre bourg de Matignon ; prendre ensuite la direction de Pléboullé (éviter la départementale qui est fort fréquentée). Un beau parcours sportif à la conquête du Cap Fréhel !



## Circuit randonnée de Pen Guen - La Cour

☎ 0 825 95 01 22

📱 <http://www.dinan-capfrehel.com>

11.0 km

📍 Saint-Cast-le-Guildo



Au départ de l'office de tourisme, cette boucle de près de 10 km arpente les chemins de la commune, alternant les paysages côtiers et les ambiances campagne et boisées.

# Mes recommandations (suite)



### Balade nautique en "dragous"

☎ 02 96 41 86 42  
Le port

🌐 <https://www.centre-nautique-saint-cast.fr>

11.0 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



Le Centre nautique de Saint-Cast-Le Guildo organise des sorties d'initiation à la voile traditionnelle sur "Frotte-Berniques", réplique d'un petit voilier de pêche traditionnelle. La balade, labellisée « balade et rando nautique en Bretagne », permet de s'initier au maniement d'un voilier traditionnel, avec l'un des guides nautiques (diplômé d'Etat) du centre nautique de Saint-Cast. Avec ses voiles colorées, le "dragous" (type de bateau qui pêchait à l'aide d'une drague), de son petit nom « Frotte-berniques », est la réplique d'un petit voilier traditionnel qui pratiquait la pêche en Baie de Saint-Cast à la fin du XIXe. En équipage, vous pourrez tour à tour hisser les voiles, tenir la barre, manœuvrer... et imaginer le quotidien de ces marins qui vivaient de la mer. Connaissant parfaitement le plan d'eau, votre guide vous mènera de la baie de l'Arguenon à l'archipel des Ebihens, ou vers le cap Fréhel, dans un paysage en mouvement, variant au fil des marées et



### Jour 3 - Saint-Cast-le-Guildo > Dinan

11.1 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



En quittant la station balnéaire de Saint-Cast-le-Guildo, faites une pause pour visiter les vestiges du Château du Guildo et leur vue imprenable sur l'estuaire de l'Arguenon. Votre itinéraire file ensuite sur de petites routes pour rejoindre la V2, à Pleslin-Trigavou. Vous rejoindrez ainsi, en suivant sur les derniers kilomètres le chemin de halage de l'estuaire de la Rance, la cité médiévale de Dinan. Itinéraire emprunté : La Vélo maritime - EV4, V2/V3 Dénivelé positif cumulé : 360 mètres



### Pointe de Saint-Cast

Rue du sémaphore

11.3 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



Comment s'y rendre ? Depuis le centre de Saint-Cast-le Guildo, dirigez-vous vers le port et suivez la route qui monte vers le Sémaphore. Amateurs de randonnées, empruntez la liaison piétonne au bout de la Grande Plage, traversez le Port et remontez jusque la Pointe (2 km). Une fois arrivé, vous serez récompensé par un spectacle à couper le souffle. Informations pratiques : La Pointe de Saint-Cast, véritable balcon naturel, offre un panorama exceptionnel sur des sites emblématiques tels que la Baie de la Fresnaye, le majestueux Fort La Latte, le Cap Fréhel et même jusqu'à Saint-Malo (visible par temps clair). Une table d'orientation vous guidera dans cette exploration visuelle entre terre et mer. Elle est un point de départ idéal pour une boucle de randonnée de 8.5 km, disponible sur le plan de ville de Saint-Cast-le Guildo, sur demande à l'office de tourisme. Un parking gratuit est disponible près du Sémaphore. avec 2



### Pointe de la Garde

Boulevard de la Garde

12.3 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



Comment s'y rendre : Depuis la Grande Plage, dirigez-vous vers l'est en remontant vers la Pointe de la Garde par le boulevard de la Garde. Ce chemin mène directement à un parking pratique pour les visiteurs (dont 1 place réservée pour les personnes à mobilité réduite). Depuis l'Office de Tourisme, il est possible de s'y rendre à pied (en 15 minutes), en longeant la Grande Plage puis en empruntant une partie de GR 34. Informations pratiques : La Pointe de la Garde, est un joyau naturel offrant des panoramas spectaculaires sur les plages environnantes. Cette avancée de terre vous dévoile des vues exceptionnelles sur la Grande Plage et la Plage de Pen Guen, qui s'étendent de chaque côté de la côte castine. Ici, la nature se déploie dans toute sa splendeur avec ses eaux turquoise et ses falaises verdoyantes. Depuis le parking, suivez les panneaux vers la table d'orientation pour un premier aperçu des paysages environnants.



### Pointe du Chevet

Boulevard du Rougeret

15.8 km  
📍 Saint-Jacut-de-la-Mer



Site classé Zone Natura 2000. Magnifique point de vue sur les bouchots et parcs à huîtres en baie de l'Arguenon, sur l'île des Ebihens ainsi que l'île de la Colombière, réserve naturelle pour les sternes de Dougall.



# Mes recommandations (suite)



### Les Pierres Sonnantes

15.9 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo

Comment s'y rendre : Depuis Notre-Dame du Guildo, dirigez-vous vers le port pour vous garer. Emprunter ensuite le sentier des douaniers GR34 et longez la baie vers l'ouest pendant environ cinq minutes. Les Pierres Sonnantes se trouvent après la passerelle en bois, sur la grève. Le site est également accessible en bus toute l'année avec la ligne 214 de la compagnie Breizhgo Saint-Cast > Saint-Malo, arrêt "Le Port". Informations pratiques : Sur la plage de la Goule d'Enfer, se cachent les mystérieuses Pierres Sonnantes. Ces rochers éparpillés ont une particularité fascinante : ils émettent un son métallique lorsqu'on les frappe avec une autre pierre, comme un écho venu d'un autre temps. Prenez note que les pierres peuvent être inaccessibles lors des fortes marées, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de l'office de tourisme. Un parking gratuit et des toilettes se trouvent au bout du parking.



### Archipel des Ebihens

16.0 km  
📍 Saint-Jacut-de-la-Mer

L'archipel des Ébihens, est un véritable écrin de nature sauvage et préservée. Accessible uniquement à marée basse, cet îlot de 20 hectares séduit par ses plages de sable fin et sa faune marine exceptionnelle. Relié à la presqu'île par une étroite bande de sable cet archipel offre aux visiteurs une immersion dans un paysage aussi beau que fragile. Les Ébihens ne sont pas seulement une merveille naturelle, mais également un site riche en histoire. L'île fût propriété de la famille du corsaire malouin Robert Surcouf, l'île principale de l'archipel abrite la Tour Garangeau, construite entre 1694 et 1697 sous l'ordre de Vauban. Ce vestige militaire rappelle l'importance stratégique de l'archipel au cours des siècles passés. Comment s'y rendre ? Pour accéder aux Ébihens, un parking gratuit est disponible au bout du boulevard du Rougeret. La traversée vers l'île s'effectue à pied depuis la plage du Rougeret ou la pointe du Chevet, selon les horaires de marée.



### Kayak au Guildo

☎ 06 66 56 94 02  
port du Guildo  
💻 <http://www.cap-a-louest.bzh>

16.0 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo

Entre Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer se jette l'Arguenon, dans la baie du même nom. C'est ici que Mathieu, guide diplômé et créateur de Cap à l'Ouest, propose des balades nautiques en kayak. En deux heures, en petits groupes, pour garantir convivialité et discrétion au cœur de cet espace naturel aussi beau que fragile, la balade explore la partie maritime de l'Arguenon, qui présente les richesses d'un patrimoine à la fois naturel et bâti, lié à l'écosystème particulier de l'estuaire. Le kayak se révèle vite être le moyen de déplacement idéal pour explorer l'estuaire! Tout en se faufilant dans les recoins de l'Arguenon ou de son affluent le Guébriand, le kayak permet de ne pas déranger les animaux qui y trouvent refuge. Le matériel et les équipements sont fournis (selon la saison prévoir tenue chaude, coup-vent, casquette ou bonnet, rechange complet).



### Le tour de l'Arguenon maritime

☎ 0 825 95 01 22  
Château du Guildo  
💻 <http://www.dinan-capfrehel.com>

16.2 km  
📍 Créhen

Cette randonnée explore la partie maritime de l'Arguenon, qui présente les richesses d'un patrimoine à la fois naturel et bâti, lié à l'écosystème particulier de l'estuaire. Au départ du château du Guildo, après avoir rejoint l'autre rive et contourné le bras de mer de Bellenray, la boucle emprunte le sentier côtier le long de l'estuaire de l'Arguenon vers l'amont (rive gauche). Le cheminement s'en écarte pour remonter vers la chapelle saint Pierre en Saint-Lormel. Avant de bifurquer vers le pont (route), on peut rejoindre le vieux bourg de Saint-Lormel où se trouve un enclos paroissial composé d'une église très ancienne, dont on admirera le portail et son décor finement sculpté. Après avoir traversé l'Arguenon, l'itinéraire se poursuit vers le bourg de Créhen, en longeant la rivière. On emprunte l'allée Kilmore Quay puis l'allée O'Murphy (ancienne voie ferrée). Après le village de la Ménardais, l'allée d'Irlande rejoint la



### Village-rivages, à la découverte du patrimoine maritime de Saint-Jacut-de-la-Mer

☎ 07 57 09 67 92  
3 Rue du Châtelet  
💻 <https://village-rivages.org/>  
16.5 km  
📍 Saint-Jacut-de-la-Mer

L'Association Village-rivages propose un parcours découverte du patrimoine maritime de Saint-Jacut-de-la-Mer en 4 km, au départ de l'office de tourisme. Sept points de vue et lieux témoins sont équipés d'un totem "aviron". A l'aide de contenus audios, ils présentent les usages et les activités qui s'exerçaient à Saint-Jacut. La balade est balisée par des dessins de poissons. En complément, l'application Village-Rivages est disponible en téléchargement pour vous accompagner le long du parcours et la maison du pêcheur est ouverte à la visite.

# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Le circuit de l'entre deux baies

☎ 0 825 95 01 22

Rue du Châtelet

💻 <http://www.dinan-capfrehel.com>

16.6 km

📍 Saint-Jacut-de-la-Mer



Au départ de l'office de tourisme, cette grande balade invite à faire le tour complet de la "presqu'île aux onze plages" sur le sentier côtier. D'un côté à l'autre, deux grandes baies magnifiques se vident ou se remplissent au rythme de la marée, et en point d'orgue, le chef de l'Ilse, avec son splendide point de vue vers l'archipel des Ebihens. Côté baie de l'Arguenon, à l'ouest, la côte se profile du Guildo jusqu'au port de Saint-Cast, tandis qu'à l'est, les villages de Lancieux et de Saint-Briac se succèdent dans un décor d'écueils et de sable.



## Balade kayak de mer aux Ebihens

Port de la Houle Causseul

16.7 km

📍 Saint-Jacut-de-la-Mer



Des balades nautiques accompagnées en kayak de mer sont organisées vers l'Archipel des Ebihens. Ces balades sont programmées par plusieurs centres nautiques à la belle saison, selon les conditions météo et les horaires de marée. Au départ du port de la Houle Causseul, situé sur le côté Est de la presqu'île, on longe la presqu'île de Saint-Jacut puis on traverse en direction de l'île principale. L'archipel est composé de nombreuses roches et îlots dont on peut faire le tour par beau temps. Le paysage offre de très belles perspectives vers la mer, le fort La Latte et le cap Fréhel au loin. Une petite pause pourra être organisée sur l'un des bancs de sable que la marée laisse apparaître en se retirant... Conditions : selon expérience, savoir nager. Encadrement, matériel et équipements fournis. Pour connaître les dates de sorties, consultez l'agenda loisirs.



## Le patrimoine maritime de Saint-Jacut-de-la-Mer

☎ 0 825 95 01 22

Rue du Châtelet

💻 <http://www.dinan-capfrehel.com>

16.8 km

📍 Saint-Jacut-de-la-Mer



Saint-Jacut-de-la-Mer est une presqu'île authentique, presque parfaite. Celle qu'on appelle "l'Isle" s'inscrit dans une large baie variée et complexe : la baie des Ebihens, au centre d'une "Côte d'Emeraude" si riche en couleurs. Au départ de la poste, cette balade vous invite à parcourir la presqu'île et ses magnifiques paysages d'une baie à l'autre. D'abord la Baie de l'Arguenon, côté ouest, où sont implantés des pieux (bouchots) pour l'élevage des moules, ainsi que des parcs à huîtres, puis la baie de Beaussais, à l'est, plan d'eau magnifique, propice aux activités nautiques. Témoins de sa riche histoire et de son passé maritime, les aménagements portuaires et l'architecture sont représentatifs d'un village de pêcheurs breton.



## Sur les traces des Romains à Corseul

☎ 0825 95 01 22

Rue du Temple de Mars

💻 <http://www.dinan-capfrehel.com>

24.8 km

📍 Corseul



Ancienne capitale gallo-romaine des Coriosolites au 1er siècle après J.C, Corseul recèle de vestiges de cette période. Cette balade découverte du patrimoine de Corseul peut s'effectuer en deux temps, selon la durée de marche souhaitée. Une découverte du bourg de Corseul, et, en prolongement, la découverte des vestiges du temple de Mars, à 3 km du bourg. Un peu d'histoire La guerre de conquête de la Gaule, entreprise de 58 à 51/50 avant J.-C, par Jules César, conduit à la colonisation et marque le début de la « paix romaine ». L'empereur Auguste organise la Gaule en plusieurs provinces, divisées en circonscriptions : les civitates, qui correspondent aux tracés des territoires des gaulois. Chaque territoire érige sa capitale, et pour les Coriosolites, ce sera Corseul ! La cité des Coriosolites se développe et sa population est estimée alors autour de 5 000 habitants. Plongez-vous dans cette époque en plaçant vos pas dans ceux



## Balade nautique en kayak de mer sur la Rance maritime

☎ 02 96 86 95 30#06 78 01 72 50

Terrain de l'enclos

💻 <http://www.dinan-agglomeration.fr>

29.4 km

📍 Plouër-sur-Rance



Cette balade en kayak de mer est proposée par le centre nautique Rance-Frémur et est encadrée par un guide nautique diplômé, qui apportera conseils techniques sur le maniement du kayak et des informations sur le milieu naturel et le patrimoine de la Rance maritime. En fonction de la direction et de la force du courant et des conditions météo, le parcours sera ajusté (sens du parcours, distance et durée). Exemple de parcours : après quelques conseils et consignes de sécurité, la navigation s'effectue vers l'aval le long de la rive gauche, en directions des deux ponts (Saint-Hubert et Chateaubriand) qui franchissent la Rance. Le plan d'eau s'élargit ensuite entre Langrolay-sur-Rance et Saint-Suliac, que l'on rejoint en traversant vers l'autre rive. C'est le moment de faire demi-tour, en longeant cette fois la rive droite jusqu'à atteindre le marais maritime de Pleudihen-sur-Rance puis la cale de Mordreuc, où l'on peut



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Du canal d'Ille-et-Rance à la Rance maritime en canoë

☎ 07 67 97 64 92

La Cale

🌐 <http://chill-in-rance.com>

33.6 km

📍 Plouër-sur-Rance



Proposée par Chill In Rance, cette balade nautique en canoë s'effectue en aller simple en 2 jours, au fil du canal d'Ille-et-Rance. Au départ d'Evran, la navigation en itinérance se fait en autonomie sur 23 km, du canal d'Ille-et-Rance vers la Rance maritime, que l'on atteint à l'écluse du Châtelier à Saint-Samson-sur-Rance. D'Evran à Dinan s'étire un paysage bucolique, calme en toutes saisons et jalonné d'écluses, qu'il devient une routine de franchir... Léhon, son abbaye et ses jardins émerveillent le regard tandis que la navigation se poursuit vers l'aval. En Rance maritime, on navigue sur un plan d'eau soumis à l'effet des marées et aux paysages changeants, en direction de l'estuaire. Au fil du paysage défilent mouillages, cales, moulins à marée, cabanes à carrelots... autant de témoins des activités humaines pratiquées sur la Rance en toutes époques... C'est une véritable aventure à vivre, en pleine nature, en autonomie complète avec



## Balade urbaine : Dinan, ville médiévale

32 Quai du Tallard

33.8 km

📍 Lanvally



Cité médiévale bretonne incontournable, Dinan surplombe les eaux calmes de la Rance. Au fil de ses ruelles pavées ou le long du fleuve, la ville se visite en douceur, à pied, en bateau même, pour savourer une nature et un patrimoine hors du commun. Flânez et serpez le long de la Rance jusqu'à l'abbaye de Léhon puis prenez de la hauteur en parcourant château, remparts et vieille ville de la citadelle d'Art et d'Histoire.



## La ceinture verte

☎ 0825 95 01 22

🌐 <http://www.dinan-capfrehel.com>

33.9 km

📍 Dinan



Si la cité médiévale de Dinan est enceinte de remparts depuis le Moyen Age, la ville est dans son ensemble entourée de végétation, composant ainsi une "ceinture verte". Cette boucle de 10 km invite à une découverte approfondie de la ville d'Art et d'Histoire et de la Petite Cité de Caractère de Léhon, en en faisant le tour. Du château de Dinan au canal d'Ille-et-Rance et au port de Dinan, la balade alterne des paysages nature puis urbains, où les témoins des différentes époques qui ont façonné Dinan se révèlent. Quelques grimpettes en cours de route offrent de magnifiques points de vue. Au départ du château, la balade descend vers Léhon, "Petite Cité de Caractère", puis suit les bords de Rance en direction de Dinan, dont on longe les quais jusqu'au début du chemin de halage. L'itinéraire s'écarte ensuite de la Rance pour remonter vers la ville par la vallée de la Fontaine des Eaux et poursuit jusqu'au centre



## Du château de Dinan à l'Abbaye de Léhon

☎ 0 825 95 01 22

Départ du château de Dinan.

🌐 <http://www.dinan-capfrehel.com>

33.9 km

📍 Dinan



Du centre historique de Dinan vers Léhon, Petite Cité de Caractère puis vers le port, cette balade donne à voir les visages essentiels de la ville d'Art et d'Histoire. L'itinéraire d'environ 5 km conjugue ambiance citadine, bords de Rance et verdure. Au bord du canal, Léhon recèle de trésors architecturaux avec l'Abbaye Saint Magloire, le château médiéval, les petites ruelles bordées de belles maisons et le vieux pont qui enjambe la Rance... Après avoir descendu quelques marches depuis la rue du château, on accède à la place Jean IV où se dresse la tour-résidence des ducs de Bretagne. Après avoir descendu quelques marches depuis la rue du château, on accède à la place Jean IV où se dresse la tour-résidence des ducs de Bretagne. On emprunte ensuite la rue Beaumanoir qui se termine par des marches dans le village de Léhon. Le retour s'effectue le long du chemin de halage (rive droite) après avoir passé le pont de Léhon. en



## Chemin du Prat et du Lyvet

☎ 0 825 95 01 22

Mairie

🌐 <http://www.dinan-capfrehel.com>

35.4 km

📍 La Vicomté-sur-Rance



Cette belle randonnée a la particularité de longer les bords de la Rance fluviale et ceux de la Rance maritime. Jalonnée par un riche patrimoine, la balade dévoile au fil du chemin ce que furent les activités pratiquées sur le fleuve : la pêche aux carrelots, le transport des marchandises, l'activité meunière avec le moulin à marée du Prat... Des traces de l'occupation ancienne aux ouvrages plus récents, des hameaux typiques aux sentiers en sous-bois, cette balade est incontournable pour découvrir la Rance. Attention : certaines portions de l'itinéraire sont escarpées et peuvent être glissantes par temps de pluie.

# Mes recommandations (suite)



### Le chemin des écluses

Parking du four à pain  
<http://www.dinan-agglomeration.fr/Econ>

37.7 km  
Calorguen



Au départ du four à pain, cette balade arpente la campagne et ses hameaux, avant de rejoindre le canal d'Ille-et-Rance, les écluses de Boutron puis du Mottay. A voir en chemin : l'église de Calorguen, la propriété de Lanjuinais, le château de la Ferronnais...



### Chapelle de Sables d'Or les Pins

02 96 41 47 69  
Sables d'Or les Pins  
<https://frehel.info/fr/rb/109553/la-chapel>

0.4 km  
Fréhel



1



### Sur les traces de Mathurin : du grain au pain

02 96 41 50 83  
Camping Les Salines et Hotel du Bon Cap Rue de l'Islet  
<https://grandsite-capserquyfrehel.com/v>  
0.6 km  
Plurien



2



### Chapelle du Vieux-Bourg

02 96 41 49 66 06 80 68 31 51  
Pléherel-Plage  
<http://frehel.info/fr/rb/109501/la-chapelle>

3.4 km  
Fréhel



3



### Chapelle Saint Sébastien

02 96 41 41 56  
Saint-Sébastien  
<http://frehel.info/fr/rb/109527/la-chapelle>

4.7 km  
Fréhel



4



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



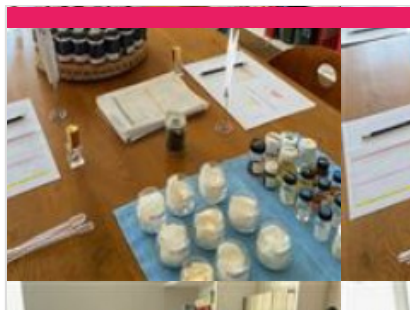
## Grand Site de France Cap d'Erquy-Cap Fréhel

☎ 02 96 41 50 83

18 Rue Notre-Dame

💻 <http://grandsite-capserquyfrehel.com>

5.9 km  
📍 Plévenon



## Atelier Parfum

☎ 06 08 72 70 62

Le Clos de la Motte

6.4 km  
📍 La Bouillie



## Le Jardin des Osmanthes

☎ 06 08 72 70 62

Le Clos de la Motte

💻 <http://lejardindesosmanthes.fr>

6.4 km  
📍 La Bouillie



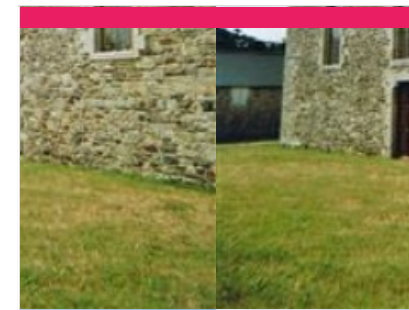
## Château de Bienassis

☎ 02 96 72 22 03

Route de la Libération

💻 <https://www.chateau-bienassis.com>

7.8 km  
📍 Erquy



## Chapelle Saint-Germain-de-la-Mer

7.9 km  
📍 Matignon



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

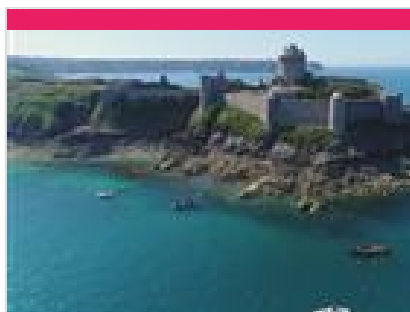
**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Phare du Cap Fréhel

☎ 02 96 41 43 06

8.2 km  
📍 Plévenon



## Château de La Roche Goyon ou Fort La Latte

☎ 02 96 41 57 11

28 rue de La Latte

💻 <https://www.lefortlalatte.com/>

9.5 km  
📍 Plévenon



## Le Port du Guildo

15.0 km  
📍 Saint-Cast-le-Guildo



## Château du Guildo

☎ 02 96 62 27 82

Rue du Vieux Château

💻 <https://chateauduguildo.fr/>

16.3 km  
📍 Créhen



## Le Panier iodé

☎ 02 96 32 74 99

46 route de Jospinet

💻 <http://www.lepanieriode.com>

17.5 km  
📍 Lamballe-Armor





# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Haras National de Lamballe

☎ 02 96 50 06 98

Place du Champ de Foire

💻 <http://www.haras-lamballe.com>

20.3 km

📍 Lamballe-Armor



## Musée Mathurin Méheut

☎ 02 96 31 19 99

Haras - 15 Place du Champ de Foire

💻 <http://www.musee-meheut.fr>

20.3 km

📍 Lamballe-Armor



## Château de la Hunaudaye

☎ 02 96 34 82 10

💻 <http://www.la-hunaudaye.com>

21.1 km

📍 Plédéliac



## ArchéoMusée Coriosolis

☎ 02 96 83 35 10

2 Rue César Mulon

💻 <https://www.dinan-agglomeration.fr/activites>

24.6 km

📍 Corseul



## La poterie de Sandra & Co

☎ 02 96 82 70 26

24 Rue de l'Hotellerie

💻 <http://www.lapoteriedesandra.fr>

25.1 km

📍 Corseul



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Le Temple de Mars

26.7 km  
Corseul



## Espace EDF Odyssélec de l'usine marémotrice de la Rance

☎ 02 99 16 37 14  
Route du barrage  
💻 <http://www.edf.fr/la-rance>

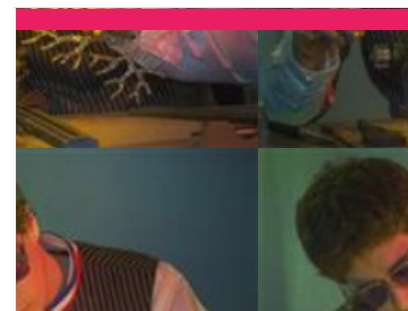
27.3 km  
La Richardais



## Domaine du Montmarin

☎ 02 99 88 58 79  
28 rue de Cancaval  
💻 <https://www.domaine-du-montmarin.com/>

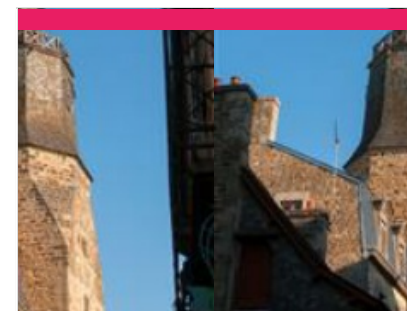
28.1 km  
Pleurduit



## Souffleur de Verre Adrian Colin

☎ 02 96 87 61 99  
1 Rue du Jerzual  
💻 <https://www.adriancolin.com/>

33.6 km  
Dinan



## Tour de l'Horloge

☎ 0296870226  
Rue de l'Horloge  
💻 <https://www.dinan.fr/mes-loisirs/culture->

33.7 km  
Dinan





# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)



Maison de la Harpe

☎ 02 96 87 36 69  
6 rue de l'Horloge  
💻 <http://www.harpe-celtique.fr>

33.7 km  
📍 Dinan  



Galerie l'Autre Face - Enora Gwenn

☎ 06 66 83 95 86  
4 Rue Sainte-Claire

33.8 km  
📍 Dinan  



Basilique Saint-Sauveur

Place Saint-Sauveur

33.8 km  
📍 Dinan  



Art'Dinan

☎ 06 66 83 95 86  
Association des créateurs de Dinan  
Différents lieux à Dinan et autour  
💻 <https://art-dinan.com/>

33.8 km  
📍 Dinan  



Château de Dinan - Tour Palais  
des Ducs de Bretagne

Rue du Château  
💻 <http://www.chateaudedinan.fr>

33.8 km  
📍 Dinan  

# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)



**Maison de la Rance**

☎ 02 96 87 00 40

Rue du Quai Talard

💻 <https://pnr-rance-emeraude.fr/nature/>

33.9 km  
📍 Lanvallay



**Château de Léhon**

☎ 02 96 87 40 40

33.9 km  
📍 Dinan



**Abbaye Saint-Magloire de Léhon**

☎ 02 96 87 40 65

💻 <http://www.dinan.fr>

34.7 km  
📍 Dinan



**Moulin à marée du Prat**

☎ 02 96 83 21 41

22 Rue de la Mairie

💻 <https://www.la-vicomte-sur-rance.fr/fr/pa>

35.4 km  
📍 La Vicomté-sur-Rance



**Musée du Cidre**

☎ 02 96 83 20 78

💻 <https://www.museeducidre.fr>

36.6 km  
📍 Pleudihen-sur-Rance





# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## La Ferme Marine de Cancale

☎ 02 99 89 69 99

Route de la Corniche

💻 <http://www.ferme-marine.com>

40.2 km  
📍 Cancale



## Château parc et jardins de la Bourbansais

☎ 02 99 69 40 48

Domaine de la Bourbansais

💻 <http://www.labourbansais.com>

45.6 km  
📍 Pleugueneuc



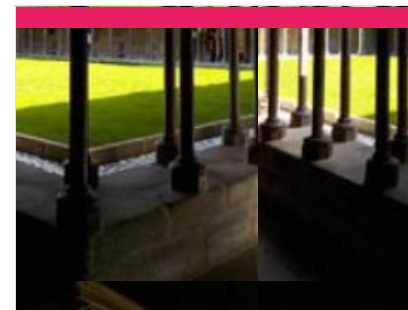
## Château de Combourg

☎ 02 99 73 22 95

23 rue des Princes

💻 <http://www.chateau-combourg.com>

54.4 km  
📍 Combourg

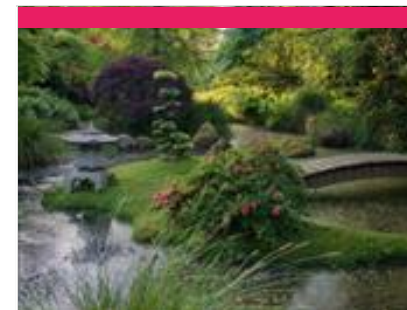


## Abbaye du Mont-Saint-Michel

☎ 02 33 89 80 00

💻 <http://www.abbaye-mont-saint-michel.fr>

65.9 km  
📍 Le Mont-Saint-Michel



## Parc Botanique de Haute Bretagne

☎ 02 99 95 48 32

La Foltière

💻 <http://www.jardinbretagne.com>

87.5 km  
📍 Le Châtelier



# Mes recommandations (suite)

Nos incontournables

A voir, à faire

OFFICE DE TOURISME DINAN-CAP FRÉHEL  
[WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM](http://WWW.DINAN-CAPFREHEL.COM)

**DINAN**  
**CAP FRÉHEL**  
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE



## Brasserie La Fréheloise

☎ 02 96 86 36 28 ☎ 06 87 52 91 50

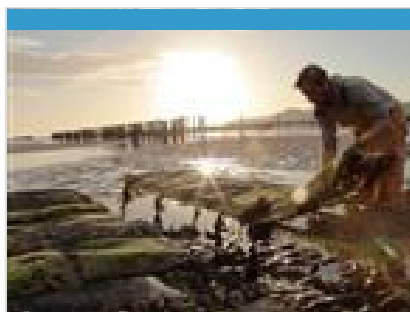
Rue de la Pièce Monsieur Domaine de la Grande Abbaye

💻 <http://www.lafrheloise.bzh>

3.6 km  
📍 Fréhel



La microbrasserie La Fréheloise élabore des bières artisanales gamme bio et non bio. Nos bières sont en vente et en dégustation à la brasserie. Nous proposons également la location de tireuse avec fûts de 20 L pour vos événements (mariage, anniversaire...). Atelier de brassage sur inscription. L'espace production se visite pour les groupes (mini 6 pers.) uniquement pendant les vacances scolaires, réservation obligatoire à l'office de tourisme.



## Bistrot Z'à Huîtres - Nicolas Nonnet

☎ 02 96 41 06 68

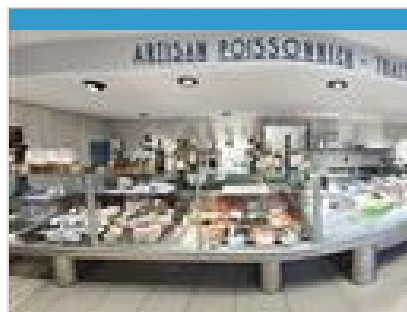
20 Rue du Marais Port à la Duc

💻 <http://www.bistrot-za-huitres-frehel.fr>

5.3 km  
📍 Fréhel



Nicolas Nonnet est un ostréiculteur passionné, prêt à vous faire découvrir et déguster le meilleur des huîtres de Bretagne Nord. La boutique propose plusieurs variétés d'huîtres : creuses fines de Bretagne Nord, creuses spéciales de Bretagne Nord et huîtres plates. Notre équipe se tient également à votre service pour vous guider dans l'élaboration de vos dégustations avec une sélection de produits gastronomiques locaux autour du thème de la mer, et fabriqués en Bretagne. Nicolas Nonnet, c'est aussi différents fruits de mer et des crustacés : homards, araignées de mer, tourteaux, crevettes, gambas, bulots, bigorneaux, langoustines, palourdes, praires. Dégustation d'huîtres. Nos huîtres peuvent être dégustées sur place, de mars à octobre. Vous pouvez les déguster seules ou accompagnées de fruits de mer. La qualité, la fraîcheur, le conseil et le sourire sont au cœur de nos préoccupations. En cas de météo



## Poissonnerie Le Moulin De La Mer

☎ 07.72.42.14.14

16B Place du Général de Gaulle

💻 <http://www.poissonnerie-le-moulin-de-la-mer.com>

9.6 km  
📍 Mâtignon



Artisan Poissonnier - Traiteur de la Mer - Épicerie Fine Japonaise Votre artisan poissonnier propose une sélection de produits frais et de qualité pour toutes vos envies : Plateaux de fruits de mer Épicerie fine japonaise Spécialités traiteur de la mer maison Services pratiques : Distributeur libre-service 7J/7, 24H/24 Retrait facile des commandes Livraison partout en France via Chronofresh (commande sur notre site) Le menu de la semaine est sur notre page Facebook. Titres restaurants acceptés.



## Ferme de Quinrouët

☎ 02 96 72 83 48

Quinrouët

💻 <http://www.labineepaysanne.com>

11.5 km  
📍 Pléneuf-Val-André



La Binée Paysanne est une association de 25 producteurs/transformateurs bio qui vous donnent rendez-vous sur internet pour un panier bio et local. C'est à vous de choisir dans une large gamme alimentaire, selon vos envies et vos besoins : légumes de saison, pains, galettes, œufs, volaille, viande, produits laitiers, cidre, bière, jus de fruits, confitures, conserves, fruits de saison... Vous commandez avant le mercredi 15h et venez retirer votre panier le vendredi de 17h30 à 19h La Binée Paysanne, c'est bio et c'est à retrouver sur les communes de : Pléneuf-Val-André, Planguenoual, Fréhel, Erquy, La Poterie, Hénanbihen, Langueux. C'est sans engagement et sans adhésion. Et c'est ainsi depuis 2005.



## Le Bio Marché

☎ 06 34 59 75 99#06 19 04 38 36

17.2 km  
📍 Créhen



Située sur le chemin pédestre et vélo de Plancoët à St-Jacut, Nadia, Patrice et Paul Hamoniaux accueillent dans leur ferme chaque mercredi de 17h à 19h, un marché d'une dizaine de producteurs locaux (pains, céréales en vrac, savons, lentilles, fruits & légumes...). Il est possible de visiter la ferme sur RDV. Prenez le temps de consommer différemment.



# Mes recommandations (suite)



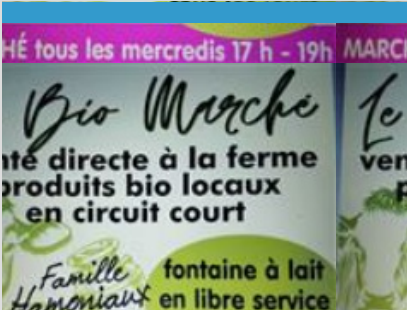
### Le Panier Iodé

☎ 02 96 32 74 99  
🌐 <https://www.lepanieriode.com/>

17.5 km  
📍 Lamballe-Armor



Le panier Iodé reste ouvert du Mercredi au Dimanche, 10h00 - 18h30 et en Saison du Mardi au Dimanche, 9h00 - 19h00. Vente directe de coquillages et crustacés issus de la pêche locale, en fonction des saisons. Dans un cadre unique, aux pieds des bouchots, le panier Iodé vous propose de venir déguster ses moules, ainsi que des huîtres, palourdes, praires, bulots... sur assiette ou sur un plateau de fruits de mer. Le Panier Iodé vous assure une pause gourmande avec une vue imprenable sur la cale de Planguenoual et la baie de Saint-Brieuc.



### La Ferme bio de la Cour

☎ 06 34 59 75 99  
Ferme laitière et marché de producteurs

17.5 km  
📍 Créhen



Située sur le chemin pédestre et vélo de Plancoët à St-Jacut, Nadia, Patrice et Paul Hamoniaux élèvent leurs vaches dans les riches prairies des bords de l'Arguenon. Le lait est certifié "agriculture biologique" et vous pouvez venir remplir votre bouteille à la fontaine à lait tous les jours aux heures de la traite. Si vous êtes curieux et sur RDV, la ferme s'ouvre à la VISITE (17h-18h30) Tous les jours, vous pouvez assister à la traite. 16h30 (en été) pour aller chercher les vaches dans le pré, 17h pour la traite et nourrir les petits veaux. Et vous ne verrez pas que des vaches ! La ferme abrite aussi 2 cochons, 3 ânes, 1 jument de trait breton, des oies, des poules... Une visite plus complète de l'exploitation est possible. Chaque mercredi, de 17h à 19h, la cour s'anime avec un MARCHÉ d'une dizaine de producteurs locaux (pains, céréales en vrac, savons, lentilles, fruits & légumes...). 3 fois par an, le marché se mue en une grande



### Brasserie de Dinan

☎ 02.96.89.87.56  
Pépinières d'entreprises Ecodia-Hangar  
H 33 Avenue René Cassin  
🌐 <https://www.labrasserieededinan.com/>

32.4 km  
📍 Dinan



La Brasserie-distillerie de Dinan est le résultat de la rencontre de deux épicuriens déjantés ayant décidé de créer du bonheur en bouteille sous forme de bières, et récemment... spiritueux ! Leurs produits sont le résultat de beaucoup d'amour et d'une fabrication artisanale de qualité. Résolument ancré dans une démarche éco-responsable, ils mettent un point d'honneur à avoir un impact environnemental le plus faible possible en cherchant et en expérimentant afin de mieux valoriser leurs déchets. En été, nous sommes ouverts pour de la vente directe : mercredi et vendredi de 17h à 19h. Nous faisons des visites les mêmes jours le mercredi à 11h et le jeudi et le vendredi à 17h. Des visites dégustations sont proposées toute l'année scolaire les mercredis et vendredis à 17h. Pour réserver, rendez-vous sur notre espace billetterie : <https://billetterie.dinan-capfrehel.com/> Une base sérieuse proposant des



### Biscuiterie Gavottes

☎ 02 96 87 42 55  
Route de Dinard  
🌐 <https://www.biscuiterie-loc-maria.fr/>

32.6 km  
📍 Dinan



CRAQUEZ POUR L'AUTENTIQUE CRÊPE DENTELLE DE BRETAGNE ! L'histoire d'un savoir-faire unique En 1886, à Quimper, Marie-Catherine Cornic commet une délicieuse erreur : une crêpe oubliée sur le « billig » devient fine, croustillante et dorée à souhait. Plutôt que de la jeter, elle la plie et l'enroule... ainsi naît l'iconique Crêpe Dentelle ! Depuis plus de 100 ans, la biscuiterie Gavottes® perpétue ce savoir-faire unique en Bretagne, offrant aux gourmands une texture légère et un croustillant inimitable. Irrésistible et créative, la Crêpe Dentelle se décline en une multitude de spécialités gourmandes, sucrées et salées. Une biscuiterie d'excellence, engagée et labellisée Chez Gavottes®, nous nous engageons pour une gourmandise responsable. Notre savoir-faire d'exception est récompensé par le prestigieux label Entreprise du Patrimoine Vivant, une distinction unique décernée par l'État aux maisons





