



GRAND SITE
DE FRANCE



Cap d'Erquy - Cap Fréhel

BRETAGNE®

Syndicat mixte du Grand Site
Cap d'Erquy – Cap Fréhel

sorties **nature & patrimoine**

UN ÉTÉ D'ÉMOTIONS ENTRE TERRE ET MER



DU 1^{ER} JUILLET
AU 29 AOÛT

2026

Grand Site de France cap d'Erquy – cap Fréhel



Falaises de grès rose dressées face au vent, frôlant les 70 mètres, où la terre semble embrasser la mer... Là, les pointes rocheuses s'élancent et se brisent en une mosaïque d'anses sableuses aux eaux d'émeraude. Un marais estuarien, discret et préservé, respire au rythme des marées. Les landes littorales, vastes et vibrantes, se parent de couleurs changeantes, parmi les plus étendues d'Europe, tandis que dunes et reliefs ondulent sous le regard d'une faune libre, où les oiseaux tracent leurs trajectoires dans le ciel salin.

Ici, le temps a laissé son empreinte. Les gestes des marins, des paysans et des carriers de grès rose résonnent encore dans le paysage. Et, veillant sur ces terres, les silhouettes du Cap Fréhel et du Fort La Latte racontent, entre pierre et embruns, une histoire ancienne, puissante et toujours vivante.

Bienvenue sur le Grand Site de France Cap d'Erquy – Cap Fréhel !



Le Grand Site de France Cap d'Erquy - Cap Fréhel est un **espace naturel remarquable** qui s'étend sur 5170 hectares et quatre communes : Erquy, Fréhel, Plévenon et Plurien.

La labellisation récompense des années d'engagement des élus et des acteurs locaux dans des actions de **préservation et de valorisation des paysages et de la biodiversité**.

Le Grand Site c'est aussi une mission d'Education à l'Environnement (en lien avec les écoles du territoire, et l'accueil de groupes toute l'année), la valorisation des activités économiques et traditionnelles respectueuses de l'environnement et l'animation du dispositif Natura 2000 pour une meilleure prise en compte des enjeux de la biodiversité dans les activités humaines.

Déconnectez-vous, prenez le temps de découvrir le site autrement, à votre rythme. À travers ses actions, le Grand Site partage l'esprit des lieux et révèle toute la singularité de cet espace unique. Il s'attache à en valoriser les richesses tout en veillant à les préserver et les transmettre aux générations futures. Le label **Grand Site de France** garantit, aux habitants comme aux visiteurs, un accueil de qualité et un tourisme respectueux de l'identité de ce lieu remarquable.

Illustration de couverture «Anse du Croc, Pléhérel Plage à Fréhel»
© Caroline Giron (Paysagiste au Syndicat mixte)

À gauche de haut en bas © Pierrick Ménard © Camille Leroy © Cédric Hamelin

des sorties découverte avec les animateurs nature Grand Site



Jeanne GOLDIN

Marion DAVID

Aurélien GUIBERT

Avec Jeanne, Marion et Aurélien, vous découvrirez les secrets les mieux gardés du Grand Site de France lors des :

- Ateliers spécifiques enfants ●
- Animations en famille ●
- Jeux de piste ●
- Visites à destination des jeunes et des adultes ●

avec nos partenaires esprit Grand Site

Vous trouverez des propositions sur-mesure pour changer de rythme et découvrir autrement les richesses des caps ! À pied, à cheval, sur l'eau ou sous l'eau, vous serez entre de bonnes mains avec nos **partenaires locaux** : les associations (les P'tits Potes, les Amis du Viaduc de Caroual), Cap Évasion Nature, les centres nautiques d'Erquy et de Fréhel, Histoire d'Eau, les Écuries Saint-Sébastien, Sables d'Or Équitation, ainsi que Jean-Yves Chatellier, passionné d'histoire locale et engagé auprès de la SNSM.

N'hésitez pas à consulter l'ensemble de leurs offres et activités sur leurs sites internet !

ensemble, préservons les caps !

Parcourir les chemins des caps nécessite d'adopter un comportement respectueux, voici quelques conseils :

Préservez-vous : Adaptez votre équipement en fonction de la durée de marche et des conditions météorologiques. Ne vous approchez pas des falaises, parfois dangereuses aux caps. Sur les sentiers côtiers, surveillez bien les enfants qui vous accompagnent.

Préservez la nature et ses habitants : Stationnez vos véhicules ou vos vélos dans les endroits prévus et indiqués à cet effet. Ne cueillez pas de fleurs, ne prélevez pas de galets et restez sur les sentiers balisés. Les sentiers côtiers sont réservés aux piétons, respectez les réglementations en vigueur. Ne construisez pas de cairns (empilement de roches) car cela accélère l'érosion des falaises et détruit l'habitat d'espèces (faune et flore). À noter, l'usage de drones est à éviter et soumis à autorisation car cela perturbe les oiseaux.

Respectez les activités et les lieux : Respectez les propriétés privées qui bordent les itinéraires et les autres usagers sur les sentiers multimodaux (piétons, cyclistes, cavaliers...).

Grand Site de France Cap d'Erquy - Cap Fréhel – Saison 2026

calendrier juillet

Mer. 1 10h - Balade à petits pas sur Sables-d'Or-les-Pins Accessible aux mobilités réduites ● 🚿

Sam. 4 9h30 - Découverte du Cap d'Erquy en kayak ●

Lun. 6 10h30 - Edgar Gardien de phare Pour les moins de 4 ans ●

Mar. 7 6h30 - Criée, port et mareyage ●
9h30 et 11h - Explorateur du sol Pour les 4/6 ans ●
9h30 et 11h - Permis de couteaux Pour les 7/10 ans ●
14h - Le patrimoine religieux et balnéaire régnéen ●

Mer. 8 10h - Rallye «les clefs d'Ys» ●
10h - Cap vers l'îlot Saint - Michel en kayak ●

Jeu. 9 6h30 - Les passereaux de la lande au petit matin ●

Ven. 10 9h30 - Ces reptiles ssssurprenants ●

Sam. 11 14h - En route vers le Fort-La-Latte en kayak ●

Lun. 13 10h30 - Au pied de mon arbre Pour les moins de 4 ans ●

Mar. 14 14h - Le patrimoine religieux et balnéaire régnéen ●

Mer. 15 10h - La lagune de Sables-d'Or-les-Pins en paddle ●
10h - Course d'orientation au Cap d'Erquy ●

Jeu. 16 10h - Entre Pierre et Terre ou l'histoire des carriers «picotoux de Fréhel» ●
14h - La vie à marée basse ●

Ven. 17 14h30 - Le monde des algues ●

Sam. 18 9h30 - Jeu de piste en kayak : les secrets du marais de Sables-d'Or-les-Pins ●

Lun. 20 10h30 - Petit piafs Pour les moins de 4 ans ●

Mar. 21 6h et 6h30 - Criée, port et mareyage ●
9h30 et 11h - Abeilles & Co Pour les 4/6 ans ●
9h30 et 11h - Meurtre à Pléhérel Pour les 7/10 ans ●
14h - Le patrimoine portuaire régnéen ●

Mer. 22 10h - La nature en partage : jeux coopératifs en Vallée de Diane ●
10h - Cap vers l'îlot Saint - Michel en kayak ●

Jeu. 23 10h - Balade racontée du viaduc de Caroual et du petit train des Côtes du Nord ●

Ven. 24 10h - Pléhérel-Plage : un village surprenant et discret ●
14h - Défi science et nature : objets flottants ●

Sam. 25 14h - Kayak : en route vers le Fort-la-Latte ●

Lun. 27 10h30 - Monsieur crabe, où es-tu ? Pour les moins de 4 ans ●

Mar. 28 6h et 6h30 - Criée, port et mareyage ●
9h30 et 11h - Défi nature Pour les 7/10 ans ●
9h30 et 11h - Artiste de nature Pour les 4/6 ans ●
14h - Le patrimoine religieux et balnéaire régnéen ●

Mer. 29 10h - Disparition inquiétante ! ●
10h - Cap sur l'îlot Saint-Michel en paddle ●

Jeu. 30 10h - La station climatique de Sables-d'Or-Les-Pins, spéciale hôtellerie ●
14h - Le nez en balade à la découverte des odeurs de la nature ●
14h - La géologie du Grand Site ●

Ven. 31 14h - A la rencontre des petites bêtes ●

calendrier août

Sam. 1 9h30 - Découverte du Cap d'Erquy en kayak ●

Lun. 3 10h30 - Edgar Gardien de phare Pour les moins de 4 ans ●

Mar. 4 6h et 6h30 - Criée, port et mareyage ●
9h30 et 11h - Explorateur du sol Pour les 4/6 ans ●
9h30 et 11h - Permis de couteaux Pour les 7/10 ans ●
14h - Le patrimoine religieux et balnéaire régnéen ●

Mer. 5 10h - Rallye «les clefs d'Ys» ●
10h - Cap vers l'îlot Saint - Michel en paddle ●

Jeu. 6 7h - Les passereaux de la lande au petit matin ●
10h - Balade contée : le viaduc de Caroual et le petit train des côtes du Nord ●

Ven. 7 9h30 - Ces reptiles ssssurprenants ●
14h - Le sauvtage en mer, en engagement bénévole ●

Sam. 8 14h - A l'assaut de l'îlot Saint - Michel en kayak ●

Lun. 10 10h30 - Monsieur crabe où es-tu ? Pour les moins de 4 ans ●

les sorties en compagnie des animateurs du Grand Site

Mar. 11	6h et 6h30 - Criée, port et mareyage ● 9h30 et 11h - Abeilles & Co Pour les 4/6 ans ● 9h30 et 11h - Meurtre à Pléhérel Pour les 7/10 ans ● 14h - Le patrimoine religieux et balnéaire réginéen ●
Mer. 12	18h30 - La lagune de Sables-d'Or-les-Pins en paddle ● 10h - Course d'orientation au Cap d'Erquy ●
Jeu. 13	10h - Entre Pierre et Terre ou l'histoire des carrières «picotoux de Fréhel» ● 14h - La vie à marée basse ● 14h30 - Randonnée "Le fantome du lac" ●
Ven. 14	14h30 - Le monde des algues ●
Sam. 15	9h30 - Jeu de piste en kayak : la rade d'Erquy ●
Lun. 17	10h30 - Au pied de mon arbre Pour les moins de 4 ans ●
Mar. 18	6h et 6h30 - Criée, port et mareyage ● 9h30 et 11h - Artiste de nature Pour les 4/6 ans ● 9h30 et 11h - Défis nature Pour les 7/10 ans ● 14h - Le patrimoine paysager réginéen ●
Mer. 19	10h - La nature en partage : jeux coopératifs en Vallée de Diane ● 10h - Cap vers l'îlot Saint - Michel en kayak ●
Jeu. 20	10h - La grande aventure de la station climatique de Sables-d'Or-Les-Pins ● 21h30 - Le Cap Fréhel au Crépuscule ●
Ven. 21	14h - Défi science et nature : objets flottants ●
Sam. 22	14h - En route vers le Fort-La-Latte en kayak ●
Lun. 24	10h30 - Monsieur crabe, où es-tu ? Pour les moins de 4 ans ●
Mar. 25	6h et 6h30 - Criée, port et mareyage ● 9h30 et 11h - Explorateur du sol Pour les 4/6 ans ● 9h30 et 11h - Permis de couteaux Pour les 7/10 ans ● 14h - Le patrimoine religieux et balnéaire réginéen ●
Mer. 26	10h - Disparition inquiétante ! ●
Jeu. 27	10h - Balade à petits pas au Cap Fréhel Accessible aux mobilités réduites ● ♿ 14h - A la rencontre des petites bêtes ●
Ven. 28	14h - Le nez en balade : à la découverte des odeurs de la nature ● 20h - Randonnée «balade au clair de lune» ●
Sam. 29	19h30 - Découverte du marais de Sables-d'Or-Les-Pins en kayak ●

● Ateliers uniquement pour les enfants

DE MOINS DE 4 ANS ET ACCOMPAGNÉS
D'UN ADULTE - TARIF 4 EUROS - DURÉE : 1H

Monsieur crabe, où es-tu ?

Une découverte de la mer et ses habitants
RDV : Maison de la Grève, cale de Jospinet à Planguenoual - **Pensez à prendre des bottes.**

Edgar, gardien de phare

Edgar vous fait découvrir sa drôle de maison - RDV : Au pied du phare du Cap Fréhel à Plévenon.

Au pied de mon arbre

Une balade animée autour de l'arbre - RDV : Aire de jeux de la plage des Vallées à Pléneuf Val-André.

Petits piafs

Une animation pour se familiariser avec les bêtes à plume - RDV : Au niveau du barrage de Dahouët à Pléneuf Val-André.

DE 4 À 6 ANS SANS ADULTE - TARIF 4
EUROS - DURÉE 1H15

Explorateur du sol

Expériences à 4 pattes pour s'approcher au plus près des mystères du sol - RDV : Au pied du viaduc de Caroual à Erquy.

Abeilles & Co

Animation autour de la grande famille des hyménoptères : abeilles, bourdons, guêpes et fourmis - RDV : Devant le camping «Le pont de l'étang» de Pléhérel Plage à Fréhel.

Artiste de nature

Ateliers de création à partir d'éléments naturels - RDV : Entrée de la Vallée de Diane, Sables-d'Or-Les-Pins.

DE 7 À 10 ANS SANS ADULTE - TARIF 4
EUROS - DURÉE 1H15

Permis de couteaux

Un atelier pour apprendre à manipuler un couteau et prendre de l'assurance et confiance en soi - RDV : Au pied du viaduc de Caroual à Erquy.

Meurtre sur Pléhérel

Une abeille a été retrouvée morte... Qui est l'assassin ? Ce rallye mènera les jeunes sur la piste de différents suspects jusqu'au dénouement final - RDV devant le camping «le Pont de l'Etang» de Pléhérel à Fréhel.

Défis nature

Les plantes et animaux, qui nous entourent, ont développé de fabuleuses compétences pour survivre. Venez les découvrir et vous y frotter ! - RDV : Entrée de la Vallée de Diane, Sables-d'Or-Les-Pins.

● Animations en famille

La vie à marée basse

À PARTIR DE 5 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
Recherche, observation, classement et anecdotes des animaux du bord de mer RDV : Cale face à l'îlot Saint-Michel. **Pensez à prendre un seau et des bottes.**

Le monde des algues

À PARTIR DE 8 ANS - TARIF A - DURÉE : 1H30
Découverte des algues de l'estran rocheux : reconnaissance, caractéristiques et usages, en mettant l'accent sur les variétés comestibles - RDV : cale face à l'îlot Saint-Michel. **Pensez à prendre des bottes.**

Ces reptiles surprenants !

À PARTIR DE 8 ANS - TARIF A - DURÉE : 1H30
Animation ludique autour des 7 espèces de reptiles susceptibles d'être rencontrés sur notre territoire - RDV : Siège du Grand Site, 18 rue Notre Dame à Plévenon. **Pensez à prendre des bottes.**

Le Cap Fréhel au crépuscule

À PARTIR DE 8 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
Balade à la nuit tombante, rencontres inattendues et sensations insolites RDV : Au pied du phare du Cap Fréhel à Plévenon.

Le Nez en balade : à la découverte des odeurs de la nature

À PARTIR DE 5 ANS - TARIF A - DURÉE : 1H30
Balade ludique autour d'un sens, essentiel, mais sous utilisé : l'odorat. Découvrez les stratégies des animaux et venez apprivoiser les pouvoirs de votre nez - RDV : Entrée de la Vallée de Diane, Sables-d'Or-les-Pins.

A la rencontre des petites bêtes

À PARTIR DE 5 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
Capture au filet à papillon, identification et découverte de ce petit monde surprenant. **Pensez à prendre des bottes.**

Défi science et nature : objets flottants

À PARTIR DE 8 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
Challenge d'OFNI créés à partir d'éléments naturels. Faire des sciences et expérimenter en s'amusant - RDV : Devant la salle des fêtes à Saint-Alban. **Pensez à prendre des bottes.**

Les passereaux de la lande au petit matin

À PARTIR DE 8 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
Rendez-vous à l'aube sur les sentiers du Cap d'Erquy pour écouter et observer le réveil des passereaux de la lande - RDV : Sur le parking du Lourtuais à Erquy.

● Jeux de piste

Disparition inquiétante !

À PARTIR DE 10 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H - LIMITÉ À 5 FAMILLES
Un naturaliste de renom a disparu ! En retraçant son parcours, peut-être le retrouverez-vous ? - RDV : Sur le parking de la plage des Grèves d'en Bas à Plévenon.

Rallye «Les clefs d'Ys»

À PARTIR DE 10 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H - LIMITÉ À 5 FAMILLES
Participez à un rallye coopératif dans la station de Sables-d'Or-les-Pins à la recherche des clefs ouvrant un coffre de la ville d'Ys - RDV : Sur l'esplanade du Kazino à Fréhel.

Course d'orientation au Cap d'Erquy

À PARTIR DE 10 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H - LIMITÉ À 5 FAMILLES
Sur la pointe du Cap d'Erquy, retrouvez les balises et répondez aux questions pour remporter le tire «d'expert du Cap» - RDV : Parking du Lourtuais à Erquy.

La nature en partage : jeux coopératifs en vallée de Diane

À PARTIR DE 10 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H - LIMITÉ À 5 FAMILLES
Epreuves ludiques et coopératives pour découvrir la biodiversité de la vallée de Diane. - RDV : Devant la vallée de Diane à Sables-d'Or-les-Pins.

● Visites adultes et jeunes

Balade à petits pas sur Sables-d'Or-les-Pins, accessible aux mobilités réduites

À PARTIR DE 10 ANS - TARIF A - DURÉE : 1H30
Visite commentée, avec itinéraires et arrêts adaptés, pour découvrir les patrimoines d'un site remarquable. Deux lieux de découverte : la lagune de Sables-d'Or-les-Pins et le Cap Fréhel - RDV : En fonction des dates, devant le restaurant «La Voile d'Or», Sables-d'Or-les-Pins ou sur le parking du Cap Fréhel.

La géologie du Grand Site

À PARTIR DE 15 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
L'histoire passionnante de la formation des grès et conglomérats, roches emblématiques du territoire - RDV : Sur le parking du Goulet à Erquy.

Crée, port et mareyage

À PARTIR DE 8 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H
Visite guidée de la criée du port d'Erquy, l'occasion de découvrir le parcours du passion de son débarquement aux étals de nos poissonniers - RDV : Devant les grilles d'entrée de la criée à Erquy.

Le patrimoine d'Erquy

À PARTIR DE 10 ANS - TARIF 5€/AD 2€/ENF - DURÉE : 1H30 - INSCRIPTION : 02 57 25 22 22
Erquy se dévoile autour de trois thèmes :
• ses édifices religieux et ses villas balnéaires - RDV : Au pied de la chapelle des Marins à Erquy.
• son port - RDV : Au parking de la Vieille Echaussée, rue du Port à Erquy.
• son paysage - RDV : Devant l'Office du tourisme à Erquy.

Le sauvetage en mer, un engagement bénévole

À PARTIR DE 10 ANS - DURÉE : 1H30

Plongez dans l'univers des sauveteurs en mer grâce à Jean-Yves Chatellier, membre de l'équipage - RDV : Devant les grilles d'entrée de la Criée du port à Erquy.

Entre pierres et terre ou l'histoire des carrières «picotoux» de Fréhel

À PARTIR DE 12 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H30
Une balade guidée et commentée par Jean-Yves Chatellier, pour se plonger dans l'histoire locale au temps des carrières : la création des carrières, les différents métiers exercés, la vie familiale et communautaire - RDV : Devant la stèle, rue des Carriers, lieu dit Beausoleil à Pléhérel-Plage à Fréhel.

Pléhérel-Plage, un village surprenant et discret

À PARTIR DE 12 ANS - TARIF A - DURÉE : 2H30
Accompagné de Jean-Yves Chatellier, découvrez la vie quotidienne à la fin du 19^e siècle, des habitants de ce village du bord de mer - RDV : Chapelle de Pléhérel-Plage à Fréhel.

La station climatique de Sables-d'Or-les-Pins

À PARTIR DE 12 ANS - TARIF 7 EUROS - DURÉE : 2H30
L'histoire commence au début des années 20, lorsque Roland Brouard et ses amis restent stupéfaits devant la beauté de la grève du Minieau. Avant, il y avait 90 hectares de landes et de dunes. Après il y a ... Sables-d'Or-les-Pins ! Entre les deux, c'est la rencontre féconde d'hommes passionnés, de leurs idées et d'un lieu. Mais la «villégiature de rêve» ne durera qu'un temps. A moins que... Visite commentée et illustrée par Jean-Yves Chatellier - RDV : Sur les marches de l'esplanade, Sables-d'Or-les-Pins.

GRATUIT Balade racontée : le viaduc de Caroual et le petit train des Côtes du Nord

À PARTIR DE 8 ANS - DURÉE : 2H À 2H30 - 4 KM À PIED ALLER/RETOUR (RÉSERVATION OBLIGATOIRE)
Revivez un voyage sur le tracé du petit train, à partir du viaduc de Caroual. L'association des amis du viaduc de Caroual vous raconte son histoire, celle de son concepteur Louis Harel de la Noë, à partir de témoignages et de photographies d'époque. - RDV : Au pied du viaduc de Caroual à Erquy. **Attention, nos amis les chiens ne sont pas admis sur la balade.**

Sorties kayak : le Grand Site de France vue de la mer

Un animateur du Grand Site associé à un animateur sportif d'un centre nautique vous emmène à la découverte de lieux emblématiques de la côte pour le plaisir des yeux et les amateurs de grands espaces.

AVEC LE CENTRE NAUTIQUE D'ERQUY

À PARTIR DE 15 ANS - NIVEAU DÉBUTANT
DURÉE 3H - TARIFS ET INSCRIPTION AU 02 96 72 32 62

Six thématiques :

- Découverte du Cap d'Erquy - RDV : Maison de la Mer à Erquy
- A l'assaut de l'îlot Saint-Michel - RDV : port des Hôpitaux à Erquy
- Jeu de piste : la rade d'Erquy - RDV : à la Maison de la Mer à Erquy.
- En route vers le Fort-La-Latte - RDV : Port Saint Gêran à Plévenon
- Découverte du marais de Sables-d'Or-les-Pins au crépuscule - RDV : En bas de la vallée Denis à Erquy
- Jeu de piste : les secrets du marais de Sables-d'Or-les-Pins - RDV : En bas de la vallée Denis à Erquy

AVEC LE CENTRE NAUTIQUE DE SABLES-D'OR-LES-PINS

À PARTIR DE 12 ANS - NIVEAU DÉBUTANT
DURÉE 2H - TARIFS ET INSCRIPTION AU 02 96 41 55 47

Cap vers l'îlot Saint-Michel - RDV : centre nautique de Fréhel à Sables-d'Or-les-Pins.

Sorties paddle : la lagune du marais de l'Islet

À PARTIR DE 12 ANS - NIVEAU DÉBUTANT - DURÉE : 3H - TARIFS ET INSCRIPTION
AUPRÈS DU CENTRE NAUTIQUE DE FREHEL
AU 02 96 41 55 47

Un animateur du Grand Site associé à un animateur sportif, vous font découvrir la lagune de Sables-d'Or-les-Pins en paddle, en mêlant approches sportives, ludiques et anecdotes naturalistes.



les sorties en compagnie d'acteurs locaux esprit Grand Site



plantes «halophiles» © Caroline Grion (Grand Site)

Randonnées pédestres avec les P'tits potes

GRATUIT

À PARTIR DE 10 ANS - DURÉE : 2 À 3H
Deux circuits de 8 Km vous sont proposés pour découvrir le patrimoine naturel, historique. **Pensez à vous équiper de chaussures de marche et d'une gourde d'eau.**

8 km : Le fantôme du lac

RDV : Parking de l'ancienne gare du Port à la Duc à Pléboulle.

8 km : Balade au clair de lune

Promenade hors des sentiers battus pour découvrir entre autres, un ancien lavoir et ses histoires.

RDV : Parking de la salle des fêtes de Plévenon.

Histoires d'eau

Palmes au pied pour une balade aquatique

**À PARTIR DE 8 ANS - NIVEAU DÉBUTANT
DURÉE : 3H (1H DANS L'EAU) - INFOS ET RÉSERVATION AUPRÈS DE FABIEN SPIZZO (HISTOIRE D'EAU) : 06 81 50 65 24**
Explorez les fonds marins du Grand Site de France Cap d'Erquy - Cap Fréhel à la cadence de vos battements de jambes
RDV : Maison de la Mer à Erquy, 8h30.
Matériel fourni.

- Lundi 13 juillet
- Lundi 27 juillet
- Lundi 10 août
- Lundi 24 août

Plus d'infos sur : www.histoiredeaploungee.com

Equitation

La vallée du Frémur à poney avec les écuries de Saint Sébastien

À PARTIR DE 3 ANS - DURÉE : 1H - INFOS ET RÉSERVATION AUPRÈS DE GERALDINE : 06 64 05 54 20 - Dans un espace boisé, le long d'une rivière, les enfants découvrent les joies du poney sur un parcours adapté - RDV : Les écuries de Saint-Sébastien au lieu dit Saint-Sébastien à Fréhel, tous les jeudis à 11h (sauf le 20 août).

Promenade à cheval entre plage et campagne avec Sables-d'Or Equitation

À PARTIR DE 10 ANS - DURÉE : 1H - INFOS ET RÉSERVATION AUPRÈS DE MARIE : 06 09 95 38 89 OU EN LIGNE SUR CENTREEQUESTREBRETAGNE.COM - Seul, à deux ou en famille, promenade à cheval dans la lagune de Sables-d'Or-les-Pins et sur les chemins réginiéens - RDV : Centre équestre Sables d'Or Equitation au lieu dit Les Cognets à Plurien, tous les jours.

Sorties Cap Evasion Nature

INFOS ET RÉSERVATION AUPRÈS D'ISABELLE : 06 59 74 87 89 - Isabelle vous accompagne et partage ses connaissances de la nature et son énergie positive sur plusieurs thématiques :

- **Lever de soleil au Cap Fréhel** : petit déjeuner sur les falaises du Cap Fréhel et flânerie dans la lande - RDV : lundi 20 juillet de 5h45 à 7h15.
- **Voyagez dans l'immensité de la baie de la Fresnaye (boucle de 7 km)** - RDV : jeudi 16 juillet de 14h à 16h30 et mardi 18 août de 16h à 18h30.
- **Escapade au tour du marais maritime de Sables-d'Or-Les-Pins** - RDV : mercredi 15 juillet et mercredi 19 août de 10h à 12h.
- **Découverte du petit monde à marée basse** - RDV : vendredi 17, mercredi 29 juillet, lundi 17 et vendredi 28 août, horaires variables.



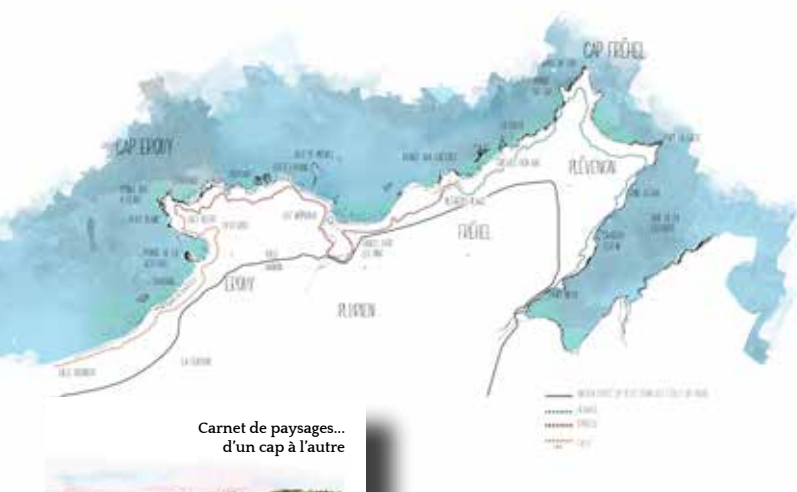
Beau livre

plongez dans le carnet de paysage
... d'un cap à l'autre

Découvrez le Grand Site à travers les traits
et les palettes de couleurs des artistes du
territoire

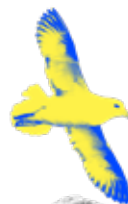
La mosaïque de paysages du Grand Site de France a inspiré et inspire encore de nombreux artistes peintres : un succession de pointes rocheuses aux panoramas vertigineux, les eaux turquoise des anses sableuses caractéristiques de la Côte d'Emeraude et de ses abords, des spécificités géologiques uniques telles que le grès rose.

Ce carnet est une itinérance sur le Grand Site de France, la rencontre de trois regards : Hedwige GAGEY, Emilie GAYET et Isabelle POMMIER, aquarellistes.



Le livre est en vente au siège du Grand Site,
18 rue Notre Dame à Plévenon et dans les
Offices du Tourisme d'Erquy et Fréhel au
prix de 10 euros.

rencontrez les AMBASSADEUR-ICES des oiseaux marins du Cap Fréhel



D'avril à juillet, 50 ambassadeurs
formés et équipés vous accueillent
au Cap Fréhel pour mieux observer
les oiseaux marins.

Repérez les ambassadeurs avec le logo
Grand Site de France sur leur équipement.

POUR OBSERVER LES OISEAUX SANS LES PERTURBER

- Observez à bonne distance
- Restez sur les sentiers
- Pensez à votre paire de jumelles
- Ne nourrissez pas les oiseaux
- Soyez discrets !
- Tenez votre chien en laisse
- N'utilisez pas de drone
- Contemplez !



EN SAVOIR PLUS
SUR LA RÉSERVE
ORNITHOLOGIQUE



récapitulatif

JUILLET AOÛT

ATELIERS UNIQUEMENT POUR LES ENFANTS

Monsieur crabe où es-tu ? (- 4 ans)	lun 27	lun 10, 24
Petits piafs (- 4 ans)	lun 20	
Edgar, le gardien de phare (- 4 ans)	lun 6	lun 3
Au pied de mon arbre (- 4 ans)	lun 13	lun 17
Explorateur du sol (4 - 6 ans)	mar 7	mar 4, 25
Abeilles & Co (4 - 6 ans)	mar 21	mar 11
Artiste de nature (4 - 6 ans)	mar 28	mar 18
Permis de couteaux (7 à 10 ans)	mar 7	mar 4, 25
Meurtre sur Pléhérel (7 à 10 ans)	mar 21	mar 11
Défis nature (7 à 10 ans)	mar 28	mar 18

ANIMATIONS EN FAMILLE

La vie à marée basse	jeu 16	jeu 13
Le monde des algues	ven 17	ven 14
Ces reptiles surprenants !	ven 10	ven 7
Défi science et nature : objets flottants	ven 24	jeu 21
A la rencontre des petites bêtes	ven 31	ven 27
Le Nez en balade	jeu 30	ven 28
Le Cap Fréhel au Crépuscule	jeu 23	jeu 20
Les passereaux de la lande au petit matin	jeu 9	jeu 6

JEUX DE PISTE

Rallye «Les Clefs d'Ys»	mer 8	mer 5
Course d'orientation au Cap d'Erquy	mer 15	mer 12
La nature en partage : jeux coopératifs	mer 22	mer 19
Disparition inquiétante !	mer 29	mer 26

VISITES JEUNES ET ADULTES

La géologie du Grand Site	jeu 30	
Crée, port et mareyage	tous les mardis (sauf le 14)	tous les mardis
Balade à petits pas, accessible aux mobilités réduites	mer 1	jeu 27

SORTIES AVEC LES ACTEURS LOCAUX ESPRIT GRAND SITE

Randonnée avec les P'tits potes		jeu 13, ven 28
Le patrimoine d'Erquy	tous les mardis	tous les mardis
Le sauvetage en mer un engagement bénévole		ven 7
Pléhérel-plage un village surprenant et secret	ven 24	
Entre pierres et terre ou l'histoire des carrières «picotoux» de Fréhel	jeu 16	jeu 13
La station climatique de Sables-d'Or-les-Pins	jeu 30	jeu 20

JUILLET AOÛT

Balade racontée : le viaduc de Caroual et le petit train des Côtes du Nord	jeu 23	jeu 6
Sorties kayak	tous les samedis (Erquy) mer 8, 22, 29 (Fréhel)	tous les samedis (Erquy) mer 5, 19 (Fréhel)
Sorties paddle	mer 15	mer 12
SORTIES AVEC LES PARTENAIRES ECONOMIQUES ESPRIT GRAND SITE		
La vallée du Frémur à poney avec les écuries de Saint Sébastien	tous les jeudis sauf le 2	tous les jeudis sauf le 20
Promenade à cheval entre plage et campagne avec Sables-d'Or Equitation	tous les jours	tous les jours
Lever de soleil au Cap Fréhel	lun 20	
Voyagez dans l'immensité de la baie de la Fresnaye	jeu 16	mar 18
Découverte du petit monde à marée basse	ven 17 mer 29	lun 17 ven 28
Escapade autour du marais maritime de Sables-d'Or-Les-Pins	mer 15	mer 19
Palmes au pied pour une balade aquatique	lun 13, 27	lun 10, 24



Illustration du Fort-la-Latte, château de la Roche Goyon © Caroline Giron (Grand Site)

En autonomie complète sur 3 sentiers cachés

Plévenon, hors des sentiers battus

**À PARTIR DE 6 ANS - 3 EUROS
PARCOURS DE 3 KM - DURÉE : 2H**

La commune de Plévenon doit sa notoriété à ses magnifiques côtes bordées de landes et de falaises, et à son célèbre Cap Fréhel. Mais au-delà de ces sites incontournables, le territoire regorge de lieux cachés aussi diversifiés qu'étonnants.

Visiteur d'un jour ou habitué du secteur, si vous avez envie de sortir des sentiers battus et de découvrir d'autres facettes de Plévenon, ce guide et le parcours qu'il propose sont pour vous !

Le livret vous accompagnera dans cette rencontre le temps d'un parcours riche en activités et découvertes.



Illustrations © Emilie Gayet
Création et mise en page © Atelier Bruine

Vente du livret au prix de 3 euros

- Offices du Tourisme
- Siège du Grand Site, 18 rue Notre Dame, Plévenon.

Partez sur les traces de Mathurin à Plurien, avec le circuit en autonomie « Mathurin, du grain au pain ! »



Illustrations © Emmanuel Cerisier

**À PARTIR DE 8 ANS - LOCATION BESACE
3 EUROS - DURÉE : DE 1H À 3H**

Mathurin et sa famille vous feront découvrir la vie autour de la vallée de l'Islet du début du XXe siècle jusqu'aux années 60 : l'agriculture, les moulins, la richesse du marais, le patrimoine du bourg de Plurien, la vie dans le bourg, son église et sa minoterie. Une besace ludique avec 10 activités vous accompagnera au cours de ce voyage dans le temps ! Pensez à prendre de bonnes chaussures, certains passages peuvent être humides en cas de pluie.

Réservation et location de la besace :

- Camping Les Salines, Plurien
Tél. 02 96 72 17 40
- Hôtel Le Bon Cap, bourg de Plurien
Tél. 02 96 52 40 33

Les Hôpitaux, un hameau pas si ordinaire

**À PARTIR DE 6 ANS - PARCOURS DE 3.5
KM - DURÉE : 2H**

Au-delà de ce nom qui interpelle au premier abord, le village côtier des Hôpitaux présente bien des spécificités. Situé entre landes, exploitations agricoles, carrières, mer et marais, il a suscité des modes de vie, des activités et des métiers bien particuliers, dont les traces sont perceptibles çà et là encore aujourd'hui, pour peu que l'on sache observer autour de soi...

Retracez le parcours de Gaël, journaliste en reportage dans le secteur d'Erquy et de Marie, une réginiéenne, et laissez aller votre imagination pour plonger, vous aussi, dans l'histoire du village des Hôpitaux !



Illustrations © Octopus

A chacune des 10 haltes proposées le long de cette balade sonore, un témoignage d'habitants, une histoire, une anecdote,... et une activité ludique vous feront découvrir toute la richesse du patrimoine historique, culturel et naturel des Hôpitaux.



La balade sonore est possible avec votre smartphone en scannant le QR code ou un audioguide qui vous sera proposé.

Vente du livret au prix de 2 euros

- Offices du Tourisme
- Siège du Grand Site, 18 rue Notre Dame, Plévenon.



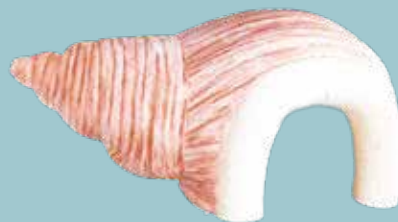
Grand Site de France Cap d'Erquy - Cap Fréhel - Saison 2026

ESTRANGE

UNE EXPOSITION IMMERSIVE POUR LES TOUT-PETITS

DU 3 AU 29 AOÛT
À LA GRANDE ABBAYE, FRÉHEL

Renseignements au 02 96 41 40 12 (Médiathèque)



*Découvrez l'exposition sensorielle
pour éveiller les moins de 4 ans
à la biodiversité de l'estran.*

"ESTRANGE" invite les enfants à explorer, toucher, écouter et ressentir. Pensée comme une expérience à hauteur d'enfant, l'exposition se déploie autour de 5 espaces complémentaires:

*Parcours pieds nus
Coin patouille et mur sonore
Bulot géant immersif
Espace d'exploration de la biodiversité
Un espace écoute et lecture*

En savoir +



L'aspect innovant de l'exposition a permis d'obtenir une contribution financière de la Région Bretagne ainsi que du Fond Européen pour les affaires maritimes, la pêche et l'aquaculture (FEAMPA)

ESTRANGE est mise à disposition gratuitement sur demande.



Programme 2026

*Se rencontrer,
s'impliquer,
imaginer
ensemble
notre territoire*

Sorties nature,
ateliers, rencontres
... toute l'année
pour comprendre
et préserver les
caps, ensemble.
*Gratuit et ouvert à
tous.*



EN SAVOIR PLUS

Rendez-vous sur le site :
grandsite-capserquyfrehel.com

RÉSERVATION

par téléphone au 02 96 41 50 83



Design: PPRLOUX - Comité Duzard



Les producteurs locaux du Grand Site de France

Cap d'Erquy

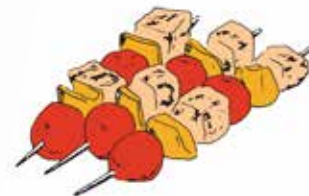
Cap Fréhel



VENTE DIRECTE

1. Ferme du Pont Pivert (Produits laitiers, fruits et légumes) 🌿
2. Merveilles du cap (Moules de bouchot et huîtres)
3. La ferme du Gros Chêne (viandes & oeufs) 🌿
4. La Fréheloise (Brasserie) 🌿
5. Cafés d'Armor (Torréfacteur) 🌿
6. Ferme des Caps (Brasserie)
7. Nicolas Nonet (Huitres et fruits de mer)
8. Nazado (pêche)
9. Erhel (pêche)
10. Ô banc de poissons (Pêche)
11. Armement la Providence (Pêche)
12. Côté légumes (Légumes) 🌿
13. Ty Fournil (Pain) 🌿
14. Vignoble des Terre-Neuvas (Vins) 🌿
15. Ferme des Gourmands Gourmets (Porc) 🌿
16. Ferme des Templiers (Porc)

Retrouvez également nos producteurs locaux sur les marchés du territoire



Illustrations de produits de la mer © Alix Chevallier (Malle Filipêche)

inscription obligatoire pour toutes nos sorties

02 96 41 50 83

POUR LES SORTIES ORGANISÉES PAR NOS PARTENAIRES, INSCRIPTION
EN COMPOSANT LE NUMÉRO INDIQUÉ DANS LE DESCRIPTIF DE L'ACTIVITÉ

tarifs sorties nature du Grand Site

TARIF

- Adultes : 7 euros
- Enfants (6 - 18 ans) : 4 euros
- Enfants (- 6 ans) : gratuit (hors atelier)
- Ateliers enfants : 4 euros
- Familles : gratuité à partir du 3^{ème} enfant
- Adhérents carte Grand Site : 5 euros

TARIFS SPÉCIFIQUES

- Tarif enfant accordé aux étudiants et demandeurs d'emploi sur présentation d'un justificatif
- Réduction de 30% sur les tarifs pour les possesseurs de la carte Grand Site

moyens de paiements

- Espèces
- Chèque
- Chèques vacances



annulation

À noter, les animations peuvent être annulées en cas de fortes pluies ou d'un nombre insuffisant de participants.

sécurité

N° d'appel d'urgence :
112 d'un portable - 15 d'un fixe
N° d'appel incendie : 18



**Découvrez notre offre spécifique
pour les groupes**

Retrouvez toutes les informations sur notre site Internet :
www.grandsite-capserquyfrehel.com



Syndicat mixte du Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel
18, rue Notre-Dame – 22240 Plévenon

accueil@caperquyfrehel.fr
02 96 41 50 83

Le Syndicat mixte est soutenu financièrement par le Département
des Côtes d'Armor et les deux Communautés d'agglomération :
Dinan Agglomération et Lamballe Terre et Mer.

