Mon GUIDE

BRETAGNE

MER & NATURE

La Bretagne qui décoiffe !

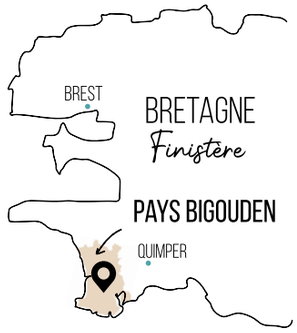


2026 - 2027

NE ME JETTE PAS PARTAGE-MOI !

Office de tourisme
Pays bigouden

BIENVENUE
en Pays bigouden



Office de tourisme Pays bigouden

www.destination-paysbigouden.bzh

Nous contacter

02 98 82 37 99

. Mail : info@destination-paysbigouden.bzh
. Livechat sur notre site web

Nos horaires d'ouverture

. Nos bureaux d'information touristique

. Notre office de tourisme mobile



Nous suivre

@destinationpaysbigouden

NOS BROCHURES

Nos guides thématiques





Notre e-brochure
DES HÉBERGEMENTS
Pays bigouden

Nos cartes Pays bigouden

Nouveau





Notre guide
DES BONNES ADRESSES
Pays bigouden



Direction de la publication : G. Le Coz / **Coordination** : E. Cléret, M. Guéguen / **Rédaction**: C. Dameron / **Édito**: C. Dameron / **Mise en page & charte graphique** : E. Cléret, M.Guéguen, C. Le Gonidec / **Illustrations et pictogrammes** : Vague graphique / **Photo de couverture** : A. Lamoureux - Lesconil / **Impression** : Imprimerie SPRINT, www.sprint.fr. / Imprimé en mars 2026
SPL Destination Pays bigouden sud - 17 Rue Raymonde Folgoas Guillou 29120 Pont-l'Abbé / RCS : Quimper 824 433 999 / Immatriculation des opérateurs de voyages et de séjours : IM029170002 / Assurances : GROUPAMA Quimper N° 102359948L / garantie financière GROUPAMA 40500466/0001 / SIRET : 824 433 999 000 11
Informations données à titre indicatif et qui ne sauraient engager notre responsabilité. Toute reproduction, même partielle, est interdite.
Document non contractuel propriété de l'éditeur. NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE.

Certifié PEFC
Papier issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées
PEFC 10-31-1188 www.pefc-france.org

IMPRIM'VERT®

ICI, DESTINATION *durable*



NOS ENGAGEMENTS

Votre avis compte !

tripadvisor Google facebook

Votre avis sur les réseaux sociaux

Questionnaire de satisfaction en flashant ce code

. Un amour partagé pour le Pays bigouden
. Des experts qui décoiffent
. Des sourires et de la bonne humeur
. Une connexion avec les acteurs locaux et les habitants
. Un accueil privilégié
. Des expériences testées pour vous
. Des conseils personnalisés

QUALITÉ TOURISME

SENSATION BRETAGNE

Depuis 2018, Le Guilvinec a intégré le réseau Sensation Bretagne. 30 stations déployées sur le littoral breton unies par une identité commune, garantissant à tous un accueil de qualité et des propositions hors des sentiers battus. *www.sensation-bretagne.com*

LÉGENDE

J'écoute l'article — AUDIO

Je promène mon chien — CHIEN

Je me balade à vélo — VÉLO

Je randonne — RANDO

Je découvre plus d'infos sur www.destination-paysbigouden.bzh — INFOS

SOMMAIRE

4. Édito
mer/nature

8. 30 plages
pour vous

10. Eckmühl
la Tour & le Vieux phare

12. 12 ports
3 ambiances

14. Guilvinec
premier port de pêche artisanale français

16. La vie
sous l'eau

18. Expériences
sur l'eau

20. Terre de nautisme
avec papi, mamie

22. Char à voile
aussi vite que le vent

24. Le GR®34
en Pays bigouden

26. Balades
en terres secrètes

28. La vie
du rivage

30. La nature en partage
avec Valérie Dufour



©A.Lamoureux - Plage de Kersaux à Léchiagat

MER & NATURE
en Pays bigouden

ÉDITO

Si la Bretagne est connue pour ses paysages sauvages, le Pays bigouden est un véritable sanctuaire avec de vastes espaces préservés. Son littoral, aménagé par endroits, reste globalement intact. Grandes plages désertes, longue côte sans construction, rochers sculptés par les éléments et mer à perte de vue font le charme de ce pays brut tant apprécié.
Au cœur de la future réserve naturelle régionale, un entrelacs de zones humides sert de repère aux oiseaux migrateurs. La nature bigoudène s'illustre aussi en campagne, à travers les sentiers et chemins creux qui offrent mille options pour la randonnée et le vélo.
- Christelle Dameron

Se balader à la pointe de la Torche


©A Lamoureux 1


©A Lamoureux 2


©A Lamoureux 3


©L Legrand 4


©T Poriel 5


©E Gléret 6


©A Lamoureux 7

Profiter d'une session de surf en baie d'Audierne

1. Le phare de la Perdrix - *Île-Tudy*
2. L'étang de Trunvel - *Tréogat*
3. La pointe de la Torche - *Plomeur*
4. Surf à Penhors - *Pouldreuzic*
5. Le port abri de Pors Poulhan - *Plozévet*
6. Le port du Guilvinec - *Le Guilvinec*
7. Le bois de Saint-Ronan - *Plozévet*

MER & NATURE
en Pays bigouden

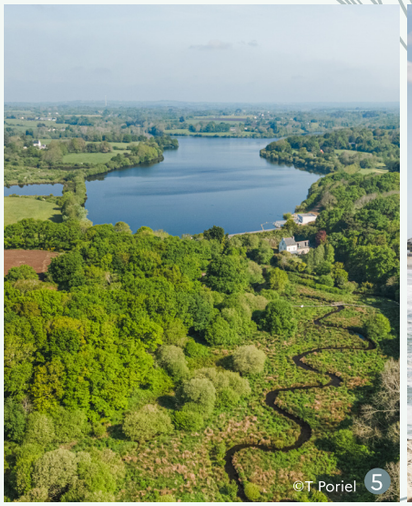
Admirer la vue en haut du phare d'Eckmühl















1. Le chemin du halage - *Pont-l'Abbé*
2. Le port de Sainte-Marine - *Combrit-Sainte-Marine*
3. Le phare d'Eckmühl - *Penmarc'h*
4. La plage de Stang Ar Liou - *Plovan*
5. L'étang du Moulin-Neuf - *Tréméoc*
6. Le circuit autour du Ster - *Plobannalec-Lesconil*
7. Le port abri de Penhors - *Pouldreuzic*

Prendre un bon bol d'air iodé à Penhors

30 PLAGES *pour vous*

ENTRE NOS PLAGES QUI DÉCOIFFENT ET NOS ANSES ABRITÉES, FAITES VOTRE CHOIX !

La façade ouest du Pays bigouden tend la joue aux belles houles du large. C'est une seule et même étendue de sable fin qui se décline en plusieurs plages, de la Torche à Penhors. Les surfeurs s'y retrouvent au gré des marées et vents opportuns, pour exploiter des vagues au potentiel reconnu.

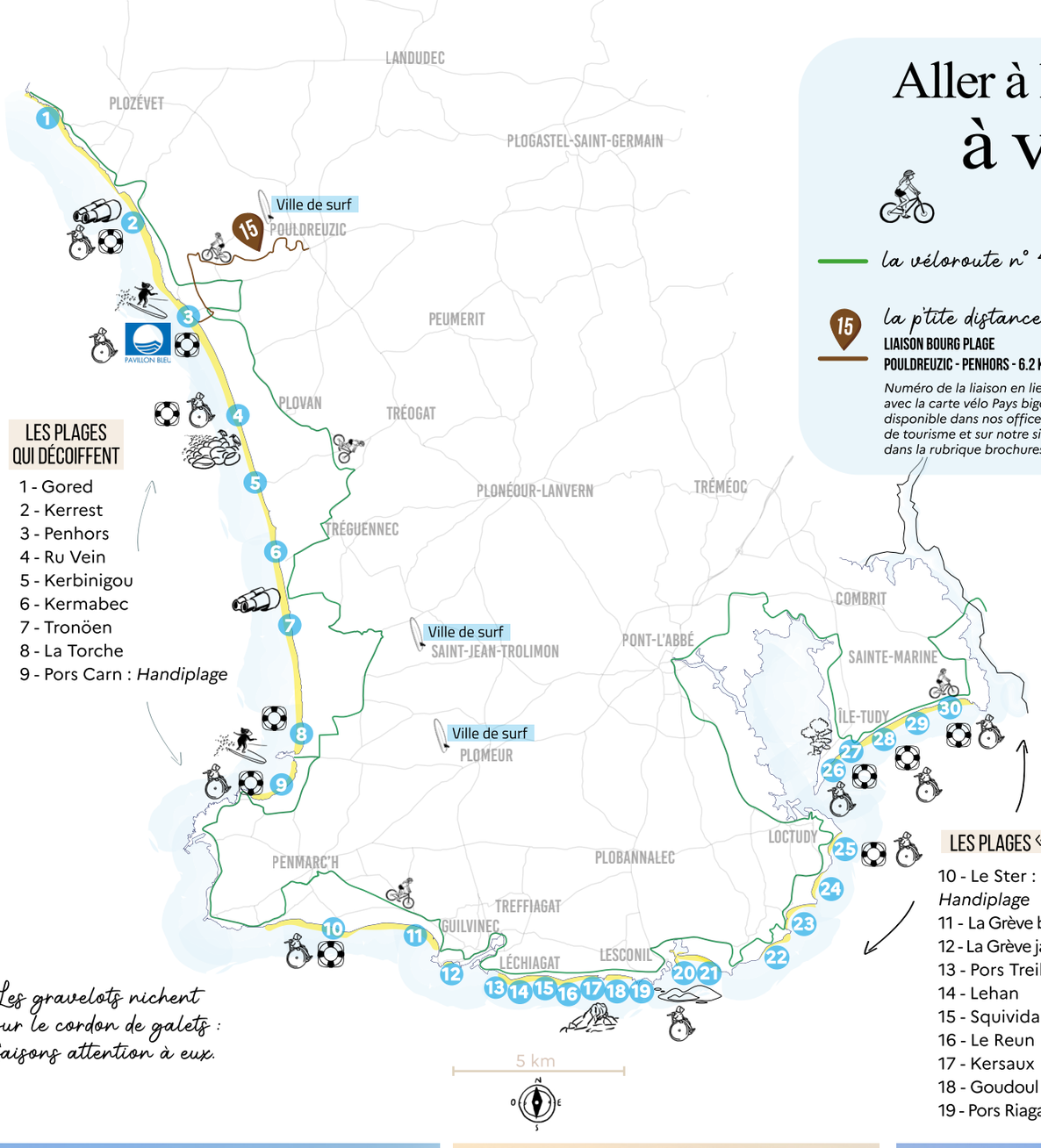
Sur la côte sud et plus vers l'est, une succession de plages et anses abritées n'attendent que votre serviette pour vous offrir le repos tant attendu des vacances. Entre rochers et pointes panoramiques, les coins de sable sont nombreux, enjoy !

INFOS

À chacun sa plage !

- Plage surveillée
- Plage proche d'un espace arboré
- Grande plage à perte de vue
- Plage avec rochers
- Plage avec bancs de sable blanc
- Plage avec cordon de galets
- Plage avec surfeuses et surfeurs
- Plage & handicap

Les gravelots nichent sur le cordon de galets : faisons attention à eux.



LES PLAGES QUI DÉCOIFFENT

1 - Gored
2 - Kerrest
3 - Penhors
4 - Ru Vein
5 - Kerbinigou
6 - Kermabec
7 - Tronöen
8 - La Torche
9 - Pors Carn : *Handiplage*

Aller à la plage à vélo

la véloroute n° 45

la p'tite distance
LIAISON BOURG PLAGE
POULDREUZIC - PENHORS - 6.2 KM

Numéro de la liaison en lien avec la carte vélo Pays bigouden disponible dans nos offices de tourisme et sur notre site web dans la rubrique brochures.

Retrouvez nos itinéraires vélo

LES PLAGES « DÉTENTE »

10 - Le Ster : *Handiplage*
11 - La Grève blanche
12 - La Grève jaune
13 - Pors Treillen
14 - Lehan
15 - Squividan
16 - Le Reun
17 - Kersaux
18 - Goudoul
19 - Pors Riagat
20 - Les Quatre vents
21 - Les Sables blancs
22 - Poulluen
23 - Lodonnec
24 - Kervilzic
25 - Langoz
26 - Le Sillon
27 - Le Teven
28 - Le Treustel
29 - Kermor
30 - Penmorvan







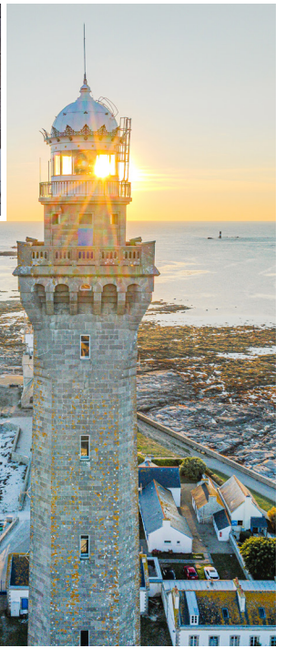


ECKMÜHL, LA TOUR & LE VIEUX PHARE

À LA POINTE DE PENMARC'H SE DRESSE UN ENSEMBLE PATRIMONIAL EXCEPTIONNEL COMPOSÉ DE TROIS ÉDIFICES EMBLÉMATIQUES DE LA SIGNALISATION MARITIME : LA TOUR À FEU DU 15ÈME SIÈCLE, LE VIEUX PHARE CONSTRUIT EN 1835 ET LE PHARE D'ECKMÜHL, MIS EN SERVICE EN 1897 ET TOUJOURS EN ACTIVITÉ.

La star de la pointe de Penmarc'h, c'est le phare d'Eckmühl. Ses 307 marches, ses murs recouverts d'opaline – une pâte de verre aux reflets bleutés – sa lanterne dont la portée atteint près de 50 kilomètres et sa coupole blanche crénelée font toute la beauté du monument. On l'aperçoit de loin, de jour comme de nuit, mais il n'est pas seul à veiller sur la pointe. À ses côtés, le sémaphore surveille les eaux environnantes, tandis que le vieux phare et la Tour à feu, tournés vers le large, témoignent de plusieurs siècles d'histoire maritime. Édifié en 1835, le vieux phare assurait la signalisation maritime de la zone avant la mise en service du phare d'Eckmühl.


©A Lamoureux




©J Jehanin

©J Jehanin

La tour et sa lanterne, récemment réhabilitées, sont ouvertes aux visiteurs. L'ascension se fait par un escalier en colimaçon étroit, puis par des échelles pentues. Le parcours est déconseillé au public sensible, même si le point de vue offert sur le phare d'Eckmühl et les eaux pleines de récifs de la pointe de Penmarc'h est unique. Les salles d'expositions restent toutefois fermées jusqu'à l'achèvement complet des travaux.

La Tour à feu, datant du 15ème siècle, constitue le plus ancien témoin de ce dispositif de signalisation maritime. Non accessible au public, elle demeure un repère patrimonial majeur du site et un symbole fort de l'histoire maritime de la pointe de Penmarc'h.

AUDIO

LE PHARE D'ECKMÜHL, LA TOUR & LE VIEUX PHARE À PENMARC'H

Sur la route des phares bigoudens & balises



Penmarc'h

Le phare d'Eckmühl est ouvert d'avril à la fin des vacances de la Toussaint et pendant les vacances de Noël (selon la météo). Des visites guidées sont possible en juillet et août.



Penmarc'h

Le sommet de l'ancien phare de Penmarc'h est aujourd'hui accessible. Après avoir gravi les 200 marches, les visiteurs pourront profiter du panorama. Le centre de découverte maritime restera fermé en 2026.



Le Guilvinec

Le feu du môle, reconnaissable à sa peinture rouge et blanche sécurise l'entrée du port. Au bout du quai, en longeant la jetée, vous accéderez à son balcon pour saluer les pêcheurs qui rentrent de mer.



Léchiagat

L'amer Croas Malo sert de repère aux marins qui doivent trouver l'alignement avec les autres petits phares situés en amont, à l'entrée du port, à tribord. Blanche et rouge, sa tour mesure 22 m de haut.



Lesconil

La balise de Men Ar Groas est située sur le port de Lesconil. Avant sa construction en 1905, une commerçante du village allumait tous les soirs une lampe à pétrole afin de guider nos marins.



Loctudy

L'histoire du phare de Langoz est liée à l'exploitation du goémon, activité répandue sur toute la côte entre 1780 et 1950. Le brûlage se faisait dans les « fours à goémon » creusés dans le sol le long du littoral. Interdit la nuit, le travail pouvait commencer à l'extinction du phare le matin et durer jusqu'à son allumage le soir.



Île-Tudy / Loctudy

On la surnome Les Perdrix ou La Perdrix. Reconnaissable en un coup d'œil, cette tourelle est atypique avec son damier noir et blanc. Une originalité qui lui vaut l'attachement des habitants de l'Île-Tudy et l'adoration des Loctudistes, chacun l'observant de part et d'autre de la rivière de Pont-l'Abbé.



Sainte-Marine

À l'image du port situé en amont de l'embouchure, la maison-phare de Sainte-Marine, tout en charme et discrétion, se cache derrière les pins et pointe son nez rouge vers le ciel.

INFOS +

12 ports
3 AMBIANCES

Pors Poulhan

Port-abri où la Bigoudène surveille le va-et-vient des bateaux.

Penhors

Port-abri où deux digues protègent les plaisanciers de la houle. Pour sortir de là, gare aux brisants !

Saint-Guénolé

Ici, on rapporte de la sardine très tôt le matin.

Saint-Pierre • **Kérity**

Anciens ports de pêche à l'ambiance authentique. Vous pourrez y déjeuner ou dîner face à la mer.

Le Guilvinec • **Léchiagat**

Le port du Guilvinec-Léchiagat est l'un des plus grands ports de pêche artisanale de France. De l'autre côté des quais, vous pourrez prendre le temps de boire un verre à Léchiagat et voir les bateaux qui viennent faire peau neuve sur l'aire de carénage.

Lesconil

Port de pêche et port de plaisance avec son quartier maritime historique et ses maisons blanches.

Pont-l'Abbé

Ancien port de commerce et aujourd'hui port de plaisance, véritable havre de paix en centre-ville.

Île-Tudy

Autrefois port de pêche, désormais port de plaisance où il fait bon se balader dans les ruelles typiques.

Loctudy

Port de plaisance et de pêche dont une des spécialités est la langoustine. La commune en a fait son emblème, on surnomme la langoustine "la demoiselle de Loctudy".

Sainte-Marine

Ancien port de pêche plein de charme qui abrite aujourd'hui un grand port de plaisance.

5 km

Ports de plaisance

Ports de pêche

Anciens ports de pêche









SAINTE-MARINE



PORS POULHAN

INFOS

Guilvinec,
premier port de pêche artisanale français

L'ACTIVITÉ DE PÊCHE A DÉMARRÉ AU GUILVINEC IL Y A PLUS D'UN SIÈCLE. LA STAR DES QUAIS DEMEURE LA LANGOUSTINE, BIEN QU'ON Y RAMÈNE AUSSI DE LA BAUDROIE, DU MERLU, DE LA RAIE, DU THON ET BIEN D'AUTRES ESPÈCES.

Le Guilvinec attire les visiteurs qui se pressent du lundi au vendredi sur le toit de la criée pour assister au bal des chalutiers. Le spectacle, qui a lieu en fin d'après-midi, est aussi instructif que coloré. On y voit les pêcheurs décharger des caisses pleines de poissons et crustacés qui seront évalués aux enchères de la criée. Les équipes, deux ou trois marins par bateaux, ont quitté la terre ferme le plus souvent à l'aube pour une longue journée de pêche. Durant cette sortie, ils ont vogué jusqu'aux zones poissonneuses connues d'eux seuls, actionnant leurs filets - les fameux chaluts - dès que le moment leur semblait propice. C'est un métier de connaissance et de persévérance, où la mer dicte sa loi.

La pêche, telle qu'elle est pratiquée au Guilvinec, est considérée comme "artisanale" de par la taille des bateaux impliqués (moins de 12 mètres). Chaque année, 10 000 tonnes de poissons et crustacés y sont débarquées ce qui en fait le premier port de pêche artisanale en France.

La spécificité du Guilvinec, c'est vraiment l'espace ouvert sur le toit de la criée où le public peut s'imprégner de l'atmosphère du port. Les visiteurs peuvent aussi s'offrir une visite d'Haliotika, cité de la pêche, pour mieux comprendre les enjeux de cette économie et ses métiers.





LE GUILVINEC

AUDIO

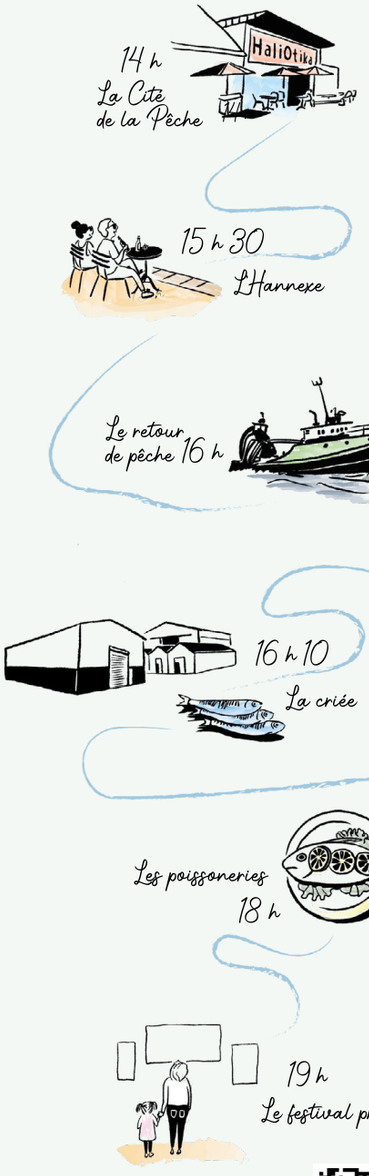
À LIRE DANS LE MAGAZINE Sud BIGOUDEN N° 5 / P 9 « AGIR POUR L'AVENIR »







Un après-midi au Guilvinec



1 VISITER HALIOTIKA, LA CITÉ DE LA PÊCHE
Découvrez une toute nouvelle scénographie immersive : montez à bord d'un chalutier reconstitué et explorez le poisson sous toutes ses facettes avec la nouvelle expo 2026 « Tout est bon dans le poisson », ludique et familiale.

2 L'HANNEXE
Cet espace de dégustation est situé sur la terrasse d'Haliotika. Au menu : langoustines fraîchement pêchées, évidemment ! Plusieurs restaurants du Guilvinec proposent aussi des plateaux de fruits de mer (sur commande).

3 LE RETOUR DE PÊCHE
Tous les jours (sauf week-ends et jours fériés), à partir de 16 h, assistez au spectacle des chalutiers rentrant à quai. Du toit-terrasse de la criée, on observe facilement les pêcheurs qui manipulent les caisses remplies de poissons et crustacés.

4 LA CRIÉE
Accompagné d'un guide, pénétrez dans ce lieu réservé aux professionnels. La visite, proposée par Haliotika, permet de comprendre le fonctionnement d'une vente aux enchères.

5 LES POISSONNERIES
Au Guilvinec, une balade dans le cœur de ville permet de découvrir les poissonneries locales où l'on trouve une large sélection de poissons pêchés le jour même.

6 LE FESTIVAL PHOTO DU GUILVINEC
Du 1er juin au 30 septembre, le festival photo 2026, avec pour thème *La mer en partage*, investit les rues du Guilvinec et de Léchiagat. C'est une véritable galerie à ciel ouvert qui accueille des centaines de photos d'artistes de toutes nationalités.

Pour aller plus loin

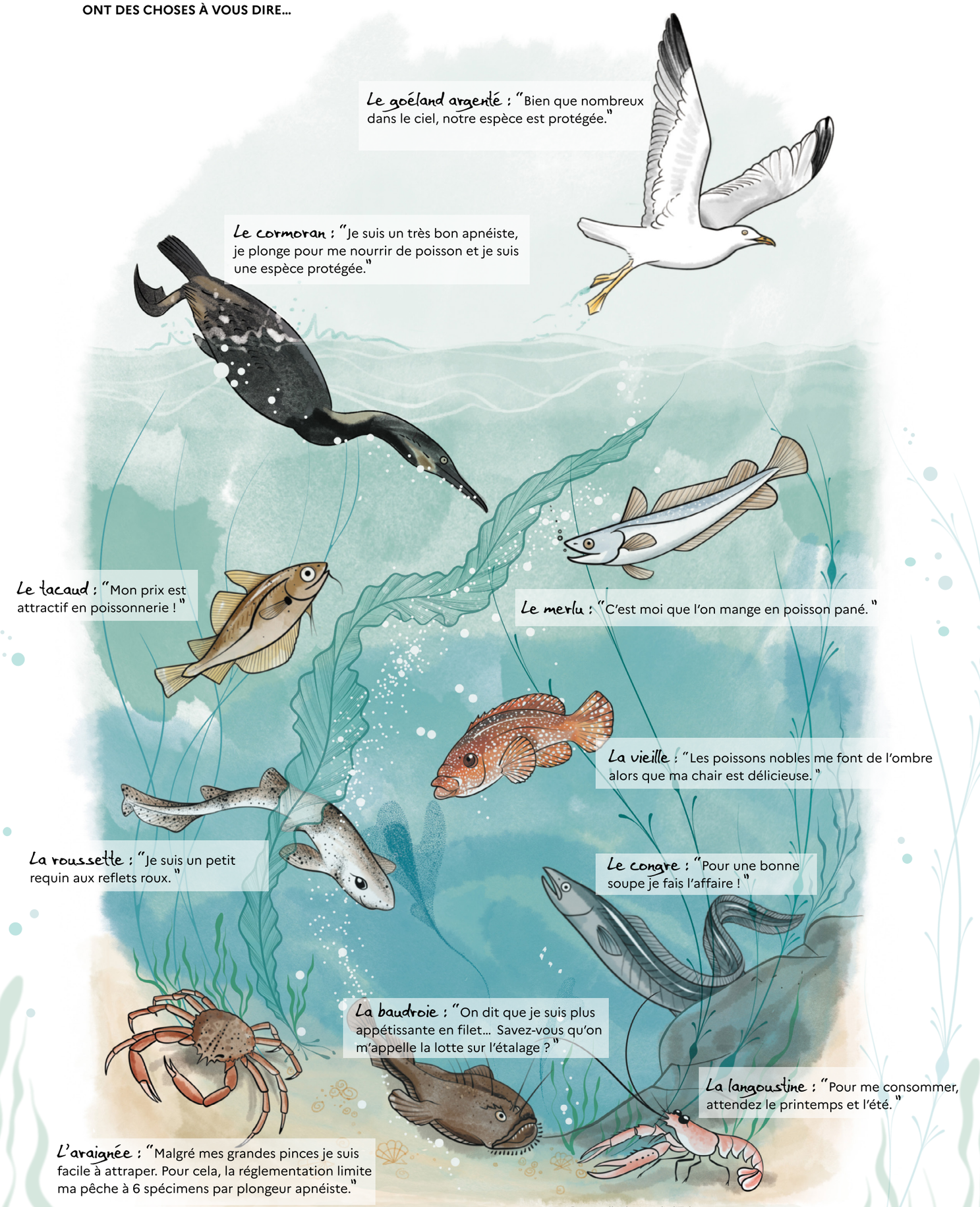
LES ATELIERS
Haliotika organise des ateliers culinaires pour les petits et les grands. D'autres rendez-vous et animations ont lieu pendant l'année : chasse au trésor, matelotage, atelier chantier naval, jeu de piste, etc.

RÉSERVATION
Pour réserver vos ateliers, appelez Haliotika - La Cité de la Pêche, au **02 98 58 28 38** ou **haliotika.com**

LA VIE SOUS L'EAU

RETENEZ VOTRE RESPIRATION UN INSTANT ET PLONGEZ SOUS LA SURFACE POUR OBSERVER LES ESPÈCES QUI ÉVOLUENT PRÈS DE NOS CÔTES. NOS POISSONS, OISEAUX MARINS ET CRUSTACÉS ONT DES CHOSES À VOUS DIRE…

Savez-vous que la roussette est un requin, que la vieille est un poisson délicieux et que le cormoran plonge pour se nourrir ? La faune marine dévoile ici quelques-uns de ses secrets… Pour en savoir plus sur les espèces pêchées au large du Pays bigouden, Haliotika, la Cité de la Pêche, propose des visites de la criée et une exposition autour du poisson. Vous saurez qui se cache derrière les filets en vente sur l'étal des poissonneries !



©aquarelle de Annabel Talouarn

Expériences SUR L'EAU





MISAINIER DE LESCONIL



LE P'TIT BAC DE SAINTE-MARINE

En mer AVEC NOS PARTENAIRES

1. Avec **Archipel Pro** foncez vers l'Île de Sein, les Étocs ou les Glénan.
2. Embarquez pour une session pêche avec **Joris Parpaillon**. Départs possibles de Kérity, Le Guilvinec, Saint-Guénolé et Loctudy.
3. **Avec Soizen**, partez découvrir les Etocs ou pêcher en mer en vedette. Excursions à la rencontre des chalutiers, aux Etocs, à la recherche des dauphins ou vers les Glénan en semi-rigide.
4. Faites un tour en mer et apprenez à hisser les voiles sur le misainier du **centre nautique de Lesconil**.
5. Embarquez sur ***Notre-Dame de Rumengol*** pour naviguer à la voile jusqu'aux Glénan.
6. Partez avec les **Vedettes de l'Odet** pour une croisière vers les Glénan ou sur la rivière de l'Odet.
7. Naviguez avec le ***Pink Pearl,*** le voilier du centre nautique de Sainte-Marine, adpaté pour PMR.
8. Avec **Glénan aventure pêche** partez pêcher aux Glénan en semi-rigide.

BILLETS



SAINTE-MARINE



LE GUILVINEC

Les p'tits BACS

Entre Loctudy et l'Île-Tudy, le trajet offre une vue imprenable sur la rivière de Pont-l'Abbé. L'Île-Tudy étant très fréquentée en haute saison, il peut être difficile d'y trouver une place de stationnement. Laissez vos clés de voiture et optez plutôt pour une traversée de cinq minutes !

Un deuxième ***P'tit Bac*** relie **Sainte-Marine et la station balnéaire de Bénodet.**

Une fois de plus, en utilisant ce transport collectif, vous éviterez un parcours en voiture d'environ 15 minutes.
Vous êtes cycliste ? **Les *P'tits Bacs*** vous accueillent avec plaisir. Le moment idéal pour profiter d'une pause iodée avant de pédaler sur la véloroute.
On vous félicite pour ce double geste éco-responsable ! (Attention, quelques marches rendent l'accès difficile à Sainte-Marine).

Sachez que **vos amis à quatre pattes** sont acceptés à bord, à condition de les tenir en laisse.

Belle traversée à vous !

CHIEN

VÉLO



©A Lamoureux

TERRE DE NAUTISME

Le Pays bigouden est la terre de nautisme par excellence, avec ses côtes orientées vers l'ouest et le sud, son littoral découpé, ses ports de repli ou ses belles plages qui captent la houle. Pour profiter de l'océan, il existe une multitude de supports, que l'on aime se trouver sur l'eau ou dans l'eau.
La voile traditionnelle sur vieux gréement est une manière confortable de profiter du large.
Il existe une pratique plus sportive, à bord d'un catamaran ou d'une planche à voile.

Pour les tout-petits, l'optimist, coquille de noix facilement manœuvrable, est indiqué.
Au plus près de l'eau, le kayak et le paddle permettent de se balader au ras des flots. Enfin, pour les fondus de glisse, le surf ou le wing foil ont aussi leurs spots en Pays bigouden !

DÉCOUVREZ LES
Bigoudenspots

INFOS


©A Lamoureux
CATAMARAN À LESCONIL


©M Grenon
SURF À PENMARC'H

Besoin d'idées pour occuper les petits enfants pendant les vacances scolaires ? Pensez à demander ... **... LE KIT *papi mamie*** dans les offices de tourisme du Pays bigouden

Avec papi mamie



Jean-Pierre et Évelyne confient chaque année leurs petits-enfants au centre nautique de Sainte-Marine. Une expérience positive qu'ils souhaitent partager avec vous.

« Depuis plusieurs années, chaque été, nous inscrivons sept de nos petits-enfants aux stages de voile du centre nautique de Sainte-Marine.

Dès 4 ans, c'est le jardin des mers, puis l'optimist, le catamaran, voire la planche à voile pour les plus aguerris. Certains d'entre eux ont 18 ans et pratiquent toujours. Ceux qui habitent à la montagne ou loin de la mer sont heureux de revenir chaque année pour leur stage de voile. Le centre et les encadrants nous inspirent pleine confiance. Quand on voit les enfants revenir avec le sourire et des choses à raconter, c'est l'essentiel.
Cela demande juste un peu de logistique et d'équipement, même si le centre prête les combinaisons ou les coupe-vents. Nos petits-enfants ne se sont jamais plaints du froid et ils apprécient même les sorties en mer à Pâques et à la Toussaint car il y a plus de vent qu'en plein été. »



AUSSI VITE *que le vent*

Filez à la vitesse du vent, sentez, ou plutôt, ne sentez plus le sable sous vos roues. Le plaisir de la glisse vous enveloppe quand vous êtes lancés à pleine vitesse, voilure impeccablement bordée grâce aux conseils d'un moniteur expérimenté. La baie d'Audierne sera votre terrain de jeu, avec ses étendues sans obstacles et son vent régulier. Equipés d'une combinaison, d'un casque et d'une paire de lunettes, vous serez parés pour tirer des bords sur le sable. D'abord, en suivant le parcours tracé par le moniteur, puis en balade guidée sur plusieurs kilomètres, pour découvrir la côte sauvage. Le char à voile se pratique en solo mais aussi en biplace, pour les enfants dès 5 ans. Activité où la progression est rapide et les sensations intenses, c'est aussi le bon compromis pour qui souhaite découvrir le plaisir du nautisme sans se mouiller.

OÙ PRENDRE UN COURS DE *char à voile* ?

- **École de char à voile Plein Ouest**
  Penhors Plage - Pôle nautique
  29710 Pouldreuzic - 06 15 34 09 92

- **Twenty Nine - Ecole de surf de Bretagne**
  Pointe de la Torche
  29120 Plomeur - 02 98 58 53 80

Événements maritimes

- **FÊTE DU PESKED**
  Le Guilvinec - avril 2027
  Organisée par Haliotika - La cité de la Pêche, l'événement valorise la culture de la pêche, le savoir-faire des marins-pêcheurs et les produits de la pêche en Cornouaille. Animations, sorties en mer et dégustation de produits et visite gratuite d'Haliotika.

- **L'ODYSSÉE BIGOUDÈNE**
  Lesconil - 16 mai 2026
  Festif et convivial, cet événement vous plonge dans l'univers maritime avec des baptêmes nautiques, un village éphémère, des concerts et une offre de restauration. Cette année, honneur au développement durable !

- **PENMARC'H FÊTE L'OCÉAN**
  Penmarc'h - juin
  En lien avec la journée mondiale de l'océan, sous le patronage de l'UNESCO. Prévention des risques sur l'eau, visite de chalutier côtier et balades en pirogue. Les rendez-vous ont lieu sur trois sites différents : les ports de Saint-Guénolé et de Saint-Pierre, et le centre nautique municipal de Penmarc'h.

- **BALADES BIGOUDÈNES**
  Île-Tudy 4 & 5 juillet 2026
  La 4e édition des Balades Bigoudènes, organisée par les Nageurs bigoudens de Pont-l'Abbé, propose une expérience conviviale de nage en eau libre. Sept épreuves chronométrées de difficulté croissante sont ouvertes aux licenciés et non-licenciés.

- **FÊTE DE LA RIVIÈRE**
  Pont-l'Abbé - 12 août 2026
  Animations, restauration et musique pour cette fête conviviale qui anime le bois Saint-Laurent et les deux rives.

- **BEFORE DE LA FÊTE DE LA LANGOUSTINE**
  Lesconil - 7 août 2026
  Puisque le site sur le port de Lesconil est en place dès le vendredi, puisque la scène est déjà montée, puisque les tireuses sont déjà branchées, pourquoi ne pas s'en servir ? Bienvenue au Before, le 8 août, à partir de 19h !

- **FÊTE DE LA LANGOUSTINE**
  Lesconil - 8 août 2026
  Au menu : 1,6 tonne de langoustines à déguster, des animations maritimes, une exposition autour du patrimoine, des animations pour les enfants, un défilé, des spectacles de danses bretonnes et des concerts. Feu d'artifice.

- **FÊTE NAUTIQUE**
  Loctudy - 14 août 2026
  Animations et démonstrations autour des métiers de la mer, soirée musicale. De nombreux bateaux seront présents dans le port ainsi que des stands dédiés au monde maritime.

INFOS +

RANDO

LE GR®34
en Pays bigouden

MODE D'EMPLOI

Le GR® 34 longe le littoral breton sur plus de 2 000 kilomètres. Sa portion finistérienne a été élue GR® préféré des Français en 2018. En Pays bigouden, le tracé présente une grande variété de paysages. Voici nos conseils pour en profiter au maximum.

Dans un sens… comme dans l'autre !
Une vue nouvelle s'offre à vous à l'aller et au retour. Par endroits, le paysage se voit même métamorphosé par les mouvements ascendants et descendants de la marée.

Et les distances ?
Consultez la carte des randonnées et jetez un œil aux distances indiquées entre les points d'intérêt. L'avantage du GR®, c'est que vous faites demi-tour quand bon vous semble.

Y a-t-il une portion plus belle ?
Alors là… Difficile de choisir entre les pointes rocheuses, les ports de pêche ou encore les étendues infinies et sablonneuses de la baie d'Audierne…

Trouve-t-on des aménagements le long des sentiers ?
Non (ou rarement), mais le chemin traverse les agglomérations où l'on peut trouver toilettes, arrêts de bus, cafés, restaurants, pharmacies, hébergements… On vous conseille par ailleurs d'emporter de l'eau et de quoi vous protéger des gouttes de pluie comme du soleil, car à chaque kilomètre, le temps change, c'est la règle !

Notre sélection rando

la boucle
LA POINTE DE PENMARC'H - 12,6 KM

le coup de ♥
DU MENHIR DES DROITS DE L'HOMME À LA PLAGE DE PENHORS - 7,6 KM

la p'tite distance
DU DÉBUT DU CHEMIN DE HALAGE AU MENHIR MOUILLÉ DE PENGLAOUIC - ALLER - RETOUR - 5 KM

RANDO



© A. Lamoureux - PLAGE DU GORED À PLOZEVET

CHIEN

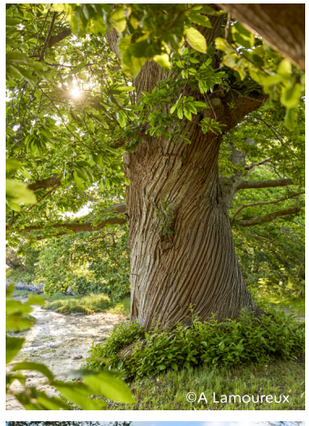
Ici, tout sur toutou !

En Pays bigouden, le GR®34 offre de belles promenades avec toutou. Cependant, votre animal doit être tenu en laisse. La présence des chiens sur les plages est réglementée. De nombreuses espèces d'oiseaux y nichent et s'y reposent. Pour plus d'informations sur les balades avec toutou, consultez notre page internet dédiée aux chiens sur **www.destination-paysbigouden.bzh**

MÉGALITHES DE KERVADOL À LESCONIL


©J Jéhanin


©A Lamoureux


©A Lamoureux


©J Jéhanin

ÉTANG DU MOULIN-NEUF
ENTRE TRÉMÉOC ET PLONÉOUR-LANVERN


©A Lamoureux

SITE DE LESPURIT ELLEN À PLOVAN

Notre sélection rando

la nouveauté
DE SOURCES EN LAVOIRS,
PLOGASTEL-SAINT-GERMAIN - 5,6 KM

le coup de ♥
34 L'ÉTANG DE TRUNVEL À TRÉGUENNEC - 12,5 KM

la p'tite distance
B5 LE TOUR DE L'ÉTANG DU MOULIN NEUF - 7,6 KM

RANDO

BALADES
en terres secrètes

À l'étang du Moulin-Neuf : parking et 800 m de parcours accessible pour les personnes à mobilité réduite.

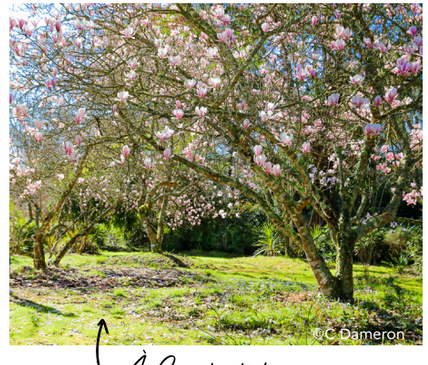
S'éloigner de la mer c'est se laisser envoûter par la campagne bigoudène. Fontaines, lavoirs, petits chemins sous la voûte des arbres, ou encore chaumières traditionnelles… font le charme de l'arrière-pays confidentiel. Voici quatre bonnes raisons de s'éloigner du GR® 34 pour découvrir les terres.

C'est reposant !
Nos ancêtres aimaient vivre en retrait du littoral pour échapper aux turpitudes d'une côte battue par les vents. Allons chercher cette atmosphère paisible en empruntant les sentiers de campagne.

En toutes saisons !
La nature a tant à nous montrer. Végétation et lumière redessinent le paysage à chaque saison.

Attention, pépites !
Le patrimoine vernaculaire - fontaines, lavoirs, fours à pain, chapelles et mégalithes - sera au rendez-vous sur votre route.

Vous pouvez faire les deux !
Après une portion de GR® 34, vous apprécierez le calme de la campagne en faisant un crochet dans les terres pour regagner votre lieu de départ. Pour cela, des boucles sont indiquées sur notre carte de randonnées en Pays bigouden.


©C Dameron

À Combrit découvrez le parc botanique de Cornouaille, labellisé « jardin remarquable ».

LA VIE DU RIVAGE

LES ÉTENDUES SAUVAGES DE LA BAIE D'AUDIERNE PRÉSENTENT UNE ALTERNANCE DE MILIEUX SECS ET HUMIDES PROPICES À LA BIODIVERSITÉ. PETITE PRÉSENTATION DE CET ÉQUILIBRE RICHE ET FRAGILE.

Entre Penmarc'h et Audierne, 40 km de plages et d'étangs s'entremêlent et forment un écosystème unique, où la dune et le cordon de galets ont une importance souvent mésestimée.

Les espaces comme celui-ci sont précieux dans un monde urbanisé où les étendues naturelles d'un seul tenant sont de plus en plus rares. Ces dernières sont essentielles à la vie sauvage, on parle même de "paradis" pour les oiseaux.

Découvrez la maison de la baie d'Audierne à Tréguennec. →



Le pluvier doré : "D'octobre à février, je me repose dans les dunes de la baie d'Audierne avant de repartir pour l'Arctique."



Le guêpier d'Europe : "Je me distingue facilement par mon plumage haut en couleur. Comme mon nom l'indique, je chasse les hyménoptères (guêpes, frelons, abeilles,...)."

Les oyats : "Mes profondes racines maintiennent la dune."



Le gravelot à collier interrompu "Prenez garde en posant vos serviettes ! Je ponds à même le sable et en haut de plage d'avril à août."

Le cordon de galets : "Premier rempart contre la submersion marine des étangs rétro-littoraux, je protège les zones humides à forte valeur écologique."

La dune : "Ni animale, ni végétale, je suis la dune, essentielle à l'écosystème de la plage."



Panicaut maritime : "Je suis le petit chardon bleu des dunes, emblème du Conservatoire du littoral Restez sur les sentiers et vous ne tâterez pas de piquants."



Les bécasseaux sanderling : "Nous courons toujours en groupe au plus près du ressac mais savons aussi très bien voler quand il s'agit de migrer jusqu'au grand Nord."

©aquarelle de Annabel Talouarn

LA NATURE EN PARTAGE
avec Valérie Dufour


©E Bellezit

Valérie Dufour, animatrice nature pour la communauté de communes du haut Pays bigouden, captive notre attention et sensibilise notre "moi sauvage". Rencontre.

Intarissable quand il s'agit de faune, de flore ou de traditions ancestrales, Valérie Dufour communique sa passion à tous les publics. Observons avec elle le littoral et surtout, l'estran, frontière mouvante entre l'eau et la terre. "Je suis fascinée par cet espace découvert à marée basse. Je peux passer de longues minutes à observer la vie dans les retenues d'eau ou faire de larges détours pour ne pas déranger les oiseaux qui nichent sur la plage, comme le gravelot à collier interrompu", explique-t-elle. Chaque sortie nature est l'occasion de sensibiliser aux bons gestes pour prendre soin du patrimoine naturel. De jour comme de nuit, les visites sont variées et ludiques.

Certaines offrent même la possibilité de devenir scientifique d'un jour ou bien artiste, par exemple en créant une toile décorée d'empreintes végétales. "Nous en profitons pour faire une pause dans l'arrière-pays si calme. Loin du fracas des vagues, l'atmosphère est feutrée, il faut tendre l'oreille et se faire discret pour entendre ce que la nature peut nous murmurer".
C'est ainsi que Valérie transmet aux autres son plaisir de marcher dans la verdure, une habitude prise il y a longtemps, dans les pas des rangers de son père. Devenue guide nature, elle satisfait autant son besoin de connexion au sauvage que son désir de partager cette passion aux autres.

> **"Tendre l'oreille et se faire discret pour entendre ce que la nature peut nous murmurer."**

AUDIO

Activités nature

- **AUTOUR DE LA NATURE EN HAUT PAYS BIGOUDEN**
  Animations sur la découverte du patrimoine naturel et ateliers pour enfants et adultes.
  Lieux : littoral de la baie d'Audierne, étangs de Trunvel et Kergalan, bois de Saint-Ronan et de Saint-Avé. Rendez-vous aussi dans les bibliothèques du territoire pour des animations ludiques en famille.
  Valérie Dufour, animatrice nature haut Pays bigouden
  06 73 86 64 71 - Toute l'année, sur réservation

- **LES RENDEZ-VOUS NATURE EN PAYS BIGOUDEN SUD**
  Découverte du patrimoine naturel, historique et culturel pour enfants et adultes. Lieux : dunes de la baie d'Audierne, bois de Roscouré, polder de Combrit, rivière de Pont-l'Abbé, La Torche, Goudoul et Penmarc'h. Mercredi, rendez-vous à la Maison de la baie d'Audierne de Tréguennec pour l'atelier nature, sortie idéale pour toute la famille.
  Steven Hélias, animateur nature Pays bigouden sud : 07 88 09 14 01 - Vacances scolaires.
  Réservations à l'office de tourisme du Pays bigouden sud.

- **SORTIES DÉCOUVERTE DE L'ESTRAN ET PÊCHE À PIED**
  Immersion dans l'univers fascinant des animaux et des algues du bord de mer. Explication des techniques de pêche à pied et des bonnes pratiques (respect des écosystèmes et des réglementations). Penmarc'h, Treffiagat, Le Guilvinec et Loctudy. Tous publics.
  OcéOnico, Nicolas Fosez : 06 18 53 04 63
  Vacances scolaires

- **SORTIES SUR L'ESTRAN**
  Initiation à la reconnaissance des algues avec Scarlette, algocultrice qui récolte et transforme les algues alimentaires depuis plus de 20 ans.
  Scarlette Le Corre : 02 98 58 78 98 ou 06 15 17 80 56
  Toute l'année

- **BALADES CONTÉES À COMBRIT SAINTE-MARINE**
  Organisées par l'association Mein Ha Dour, quatre balades contées sont proposées tout au long de l'été entre Combrit et Sainte-Marine, autour du patrimoine local.
  Chaque promenade dure environ deux heures.
  06 62 22 26 57 - Juillet et août
  Réservations obligatoire par téléphone

Ici, retrouvez toutes les activités nature


©E Cléret
OBSERVATION DES OISEAUX À L'ÉTANG DE SAINT-VIO - TRÉGUENNEC


©Freepick
GUÊPIERS D'EUROPE


©E Cléret
SORTIE NATURE AVEC STEVEN HÉLIAS







COMPTOIR DE LA MER

LOCTUDY
Quai de la Coopérative /
Terre plein du port

ST-GUÉNOLÉ PENMARC'H
Place Auguste Dupouy









© L'ENCRE BLEUE - © Istock - Unsplash - Fotolia - Pexel - Studio IV - 02/26

MODE PÊCHE NAUTISME DÉCO LOISIRS ALIMENTAIRE CULTURE COSMÉTIQUES