

# DOSSIER DE PRESSE Destination 2022



## Kreiz Breizh

Canal de Nantes à Brest - Lac de Guerlédan

Cœur de Bretagne, Côtes d'Armor



## C'est comment ?

### C'est comment, le Kreiz Breizh ?

#### Le Kreiz Breizh, une destination insoupçonnée

Une photo, un regard, une histoire, y conduisent les plus curieux, ceux qui prennent le temps de découvrir où bat le cœur de la Bretagne.

Le Kreiz Breizh offre l'intimité de la Bretagne, alliée aux paysages grandioses et singuliers.

#### Le Kreiz Breizh, une Bretagne singulière

Une Bretagne où les visiteurs sont accueillis avec chaleur, où les mots de la langue bretonne résonnent encore au détour des ruelles des villages, où la nature prend divers aspects.

Les visiteurs se laissent charmer et envelopper dans cette atmosphère sincère. A chaque coin de rue et au bout de chaque chemin, ils découvrent une occasion d'en découvrir un peu plus.

#### Le Kreiz Breizh, un bouillonnement de culture

Portant la culture bretonne des pays Fisel, Fanch, et Kost ar c'hoat autant que les invitations à s'ouvrir à l'art le plus contemporain, le Kreiz Breizh s'épanouit de toutes les richesses et les échanges et vous entraîne dans les danses...

## C'est où ?

### Kreiz Breizh

Canal de Nantes à Brest - Lac de Guerlédan

Cœur de Bretagne, Côtes d'Armor



Une situation privilégiée  
au cœur de la Bretagne.

*Deuit ganimp... Venez avec nous...*

*Vivre le Kreiz Breizh...*



## Où nous retrouvez ?



[www.tourismekreizbreizh.com](http://www.tourismekreizbreizh.com)



Tourisme Kreiz Breizh - Lac de Guerlédan  
@TourismeKreizBreizh



Tourisme Kreiz Breizh



#bekreizy

### Pour faciliter vos reportages

L'Office de Tourisme du Kreiz Breizh se tient à votre disposition pour faciliter vos reportages sur le Kreiz Breizh. Nous nous efforcerons de vous aider suivant vos besoins et les activités ou thèmes que vous souhaitez couvrir.

Le Pays de l'eau, l'accueil des pêcheurs, la randonnée dans les réserves naturelles, les grands festivals, le lac de Guerlédan, le berceau de la tradition bretonne...

**Autant d'idées de reportage qui compléteront les vôtres !**

Contact Presse

Ressources Photos/textes

**Dominique Hervé**

Chargée des Relations Presse

[dominique.herve@tourismekb.com](mailto:dominique.herve@tourismekb.com)

02 96 29 02 72

L'Office de Tourisme s'engage auprès de différentes cibles de clientèle touristique pour un accueil personnalisé.

Nous sommes labellisés :

Accueil Vélo,

Tourisme et Handicap

et signataire de la charte Ya d'ar brezhoneg.

# Se donner rendez-vous ... au canal de Nantes à Brest



**Canal de Nantes à Brest**

Le canal de Nantes à Brest est la colonne vertébrale du Centre-Bretagne. Ce long ruban d'eau qui a traversé les siècles a permis de relier les territoires.

Aujourd'hui, c'est le calme qui le caractérise mais tendez l'oreille et vous entendrez encore la résonance des bateaux arrivant à l'écluse et le brouhaha de la vie quotidienne des éclusiers.

**Ecouter le son de l'eau...**

**... prendre le temps.**

## Des vacances à vélo

**De Nantes à la rade de Brest ?** Ou dans l'autre sens ?

Décidez de l'itinéraire et faites réviser les vélos ! Le Canal de Nantes à Brest se parcourt à vélo, en admirant les abords, témoins de l'histoire et de la culture.

**Les 236 écluses rythmeront votre périple** à travers la Bretagne, mais pas uniquement... Si vous décidez d'aller plus loin, le Kreiz Breizh est aussi relié à l'Espagne et à l'Angleterre, à vélo, par le parcours de La Vélodyssée reprenant en partie les voix du canal de Nantes à Brest.

## Le canal & La Vélodyssée

Ces voies aménagées et sécurisées pour les cyclistes et randonneurs en itinérance, sont idéales pour des vacances douces et lentes en famille, seul ou entre amis. Les hébergements, les tables de pique-nique ou les restaurants à proximité, les points d'eau et de repos, sont autant d'astuces qui faciliteront votre itinérance.

Vous pourrez même poser vos bagages pour quelques jours et visiter les alentours. L'abbaye de Bon-Repos, la Réserve Naturelle Régionale de Lan Bern, le village historique de Gouarec, autant d'occasions de poser le vélo et de s'immerger dans la Bretagne.

# Le lac de Guerlédan

## Le plus grand lac de Bretagne

Le plus grand lac de Bretagne, tapi au creux des collines présente autant de diversité que ses méandres peuvent en offrir. Entre amis ou en famille, ces 304 hectares d'eau bordés par la forêt de Quénécan, les bois et les crêtes schisteuses, vous procurent des loisirs variés, sur l'eau ou les pieds sur terre.



## Un monde englouti

La construction du barrage hydro-électrique de Guerlédan, suivi de la mise en eau de la vallée, a englouti à jamais un patrimoine singulier : 17 écluses, leurs maisons éclésières, les mines d'ardoises très exploitées à cet endroit, et même un four à pain et un bistrot où se rejoignaient les ardoisiers. Les histoires de la vallée se sont tues laissant place à un lac paisible sur lequel vous pourrez naviguer sur les mondes engloutis.

**Du côté sauvage.** Le site de Tregnanton (Bon-Repos-sur-Blavet) offre aux randonneurs un point de vue des plus exceptionnels. Les landes et les ajoncs entourent les feuilles épaisses d'ardoise très présentes. La nature environnante lui confère des allures de paysages nordiques.

## Un excellent terrain de jeu

Le lac de Guerlédan est propice au sport, qu'il soit balade douce en famille ou trail entre amis, et aux activités nautiques.

Sur les chemins, ce sont les VTT qui dévalent les sentiers aménagés, pendant que les randonneurs et promeneurs parcourent le tour du lac. Pour les moins sportifs, les plages aménagées lui confère des airs de station balnéaire, où les souvenirs des moments en famille se forment.

# Le long du Canal

Le Canal de Nantes à Brest serpente sur sa partie costarmoricaine, laissant ici la nature à sa juste place. Le point culminant du canal, situé à Glomel a donné naissance à deux ouvrages particulièrement connus : l'échelle d'écluses de Glomel, et la Grande Tranchée, creusée très difficilement par des bagnards, il y a 200 ans, qui fit la jonction du canal.

Il traverse des lieux d'histoire et de patrimoine et offre une multitude d'arrêts incontournables :

- **L'échelle d'écluse de Saint-Péran, à Glomel.** Une vingtaine d'écluses s'étirent sur quelques kilomètres offrant un paysage particulier.
- **La grande tranchée des bagnards, à Glomel.** Creusée par des forçats, à la force de leurs bras, cette tranchée fut creusée grâce à un dur labeur. Elle est un haut lieu historique du canal aujourd'hui.
- **Le site de la chapelle de la Pitié, à Mellionnec.** Offrant également une double-écluse, due au dénivelé important, ouvrage unique sur le canal.
- **La Réserve Naturelle Régionale de Lan Bern, à Glomel,** abritant une faune et une flore préservée et très diversifiée.
- **Le village historique de Gouarec,** ancien fief des ducs de Rohan.
- **L'abbaye de Bon-Repos** et ses alentours. Les landes de Liscuis abritent un ensemble d'allées couvertes du néolithique et les Forges des Salles, ancien site sidé-

#BeKreizy

J'arpente le canal...

En barque, en canoë ou à vélo



En barque



A vélo



En canoë

# Arpenter ... une nature singulière



*Landes de Locarn*

Arpentez les chemins creux et les étendues sauvages... Venez fouler les terres du Kreiz Breizh, et ajoutez-y l'audace de la Bretagne.

Une canne à pêche à la main, un appareil photo en bandoulière ou un sac sur le dos... à chacun son rythme. Le plaisir se savoure à chaque balade le long des sentiers ou des cours d'eau.

## Un écrin naturel et préservé

Au détour des sentiers, on croise plantes carnivores, arbres centenaires, rapaces, loutres... tout un écosystème qui fait la richesse du pays. D'une vallée à l'autre, de nombreux sentiers sillonnent le pays et vous invitent à la découverte de la flore et de la faune si singulières.

L'importance est donnée à la préservation de la faune et de la flore dans leur habitat. Les mesures de protection ont donné naissance à la Réserve Naturelle Régionale de Lan Bern et de Magoar Penvern, ainsi qu'à des lieux uniques et protégés tels que les landes de Locarn, l'étang du Rocleu, le Lac de Kerné Uhel, la Forêt de Quénécan...

Prendre un grand bol d'air...

... écouter, observer.

#BeKreizy

Je cherche la droséra...

Dans les landes de Lan Bern



La **lande** est partout présente. Entourant les Gorges du Corong, (**les landes de Locarn**) ou surplombant l'Abbaye de Bon-Repos (**les landes du Liscuis**), ces espaces naturels s'imprègnent de l'atmosphère des légendes et abritent une faune et une flore très diversifiées.

**Les landes de Lan Bern, Réserve Naturelle Régionale**, totalisent 87 hectares préservés. Cette zone est constituée essentiellement de landes humides, de zones tourbeuses et de bois recélant une richesse floristique et faunistique protégée au niveau européen : la **Loutre d'Europe**, la Sphaigne de la Pylaie, les Rhyncospores (blanc et brun), le **lycopode inondé** (minuscule fougère très rare des tourbières), trois espèces de plantes carnivores, l'engoulevent d'Europe, faucon hobereau... Ces landes possèdent également un grand potentiel pour la nidification des **Busards et Courlis**.

Les landes de Lan Bern présentent un paysage tout à fait atypique voire surprenant au milieu du vaste réseau de haies bocagères l'entourant.

**Circuit de 6 ou 11 kms** autour de la réserve naturelle et du canal de Nantes à Brest - Départ de Pont Len, Glomel - Disponible sur fiche à l'office de tourisme.

## Le coin à découvrir

### Les landes de Locarn-Gorges du Corong

Dans ce lieu magique, la rivière disparaît sous un immense amas de rochers que l'on peut longer en allant vers l'amont. Les géologues expliquent la formation **des chaos** par l'action de l'érosion dans ces fissures naturelles du granit. Les infiltrations d'eau ont élargi les fissures en transformant la roche en une sorte de sable, l'arène granitique, qui a été entraînée par le ruissellement. Les blocs ainsi dégradés, en équilibre instable, se sont effondrés en créant le chaos. D'autres évoquent comme origine du chaos, le géant Boudédé se délestant de quelques cailloux encombrants...

Pour accéder aux gorges légendaires, une traversée des landes est incontournable, en prenant le temps de s'attarder sur les chemins. *Circuit de 6 kms.*

*Gestionnaire : Cicindèle - Maison des Landes et des Tourbières*



### Un pays de landes et de gorges...

**Chaos rocheux** datant de millions d'années, les Gorges sont des sites incontournables du Kreiz Breizh. L'association unique de cette géologie particulière et époustouflante saura charmer les admirateurs.

**Les Gorges du Corong et de Toul Goulic** se hissent au palmarès des balades à découvrir dans le Kreiz Breizh.

## La rando à faire

### Le Tour du Lac de Kerné Uhel

Approcher le lac de Kerné Uhel, c'est s'immerger dans une atmosphère calme et paisible, au son des chants d'oiseaux. Autour de cette vaste étendue d'eau (74 ha), le bois de hêtres et de chênes forme une enceinte protégeant les visiteurs venus s'abreuver de calme. Les activités proposées ici ne seront qu'en phase avec la nature (canoë, randonnée, marche nordique, pêche...). Vous l'aurez compris, le Kreiz Breizh offre un paysage diversifié, d'une **rare qualité écologique**, au plus proche de la nature.

**Circuit de 12 kms** - Départ de la base Nature et Nautique - Trémargat. Disponible sur fiche à l'OT & en téléchargement sur l'application Cirkwi, à partir de notre site internet.



### Se mettre au vert

**Sources des grandes rivières**, forêts étendues et verdoyantes, vallées profondes, gorges et landes, lacs aux multiples couleurs... Il faut dire que le Kreiz Breizh semble prédestiné aux activités de plein air. Que vous soyez à pied, à cheval ou à VTT, il y a de quoi satisfaire le marcheur et le randonneur chevronné ! Chaque sentier possède sa particularité, son site incontournable. Une façon agréable de partir à la rencontre de la faune et de la flore ou des nombreux oiseaux migrateurs qui font escale sur les étendues d'eau centre bretonnes.

# Se transformer ... en témoins de l'Histoire



*Allées couvertes des landes de Liscuis*

Un pays où la grande Histoire et les petites histoires se rencontrent.

Si l'importance a toujours été accordée à l'Histoire, les petites anecdotes la ponctuent bien souvent.

De la naissance de la Bretagne, de ses personnages emblématiques passés par le Kreiz Breizh (Alain de Rohan, Saint Yves, Conomor...) à la vie des centre bretons dans leur environnement, le Kreiz Breizh s'inscrit comme une terre d'Histoire.

## Le pays de l'or bleu

Le pays de l'Or bleu, c'est ainsi que fût longtemps surnommée une partie du Kreiz Breizh. L'ardoisière de Coat-Maël, à Maël-Carhaix, date de 1889. Au cours des années 1920, les puits atteignent une soixantaine de mètres de profondeur. La demande est très forte et les ouvriers produisent jusqu'à 150 000 ardoises par an. En 1931, la société décide de fermer définitivement la carrière.

Le collectage d'objets retraçant les années de l'exploitation ardoisière a donné vie au musée des ardoisières de Maël-Carhaix.

Tendre l'oreille ...

→ ... apprendre, comprendre.

#BeKreizy

Je me mesure au menhir...

le plus haut des Côtes d'Armor





# Un haut lieu de mémoire

## Musée de la Résistance en Argoat

Le Musée de la Résistance en Argoat s'inscrit dans un lieu porteur de mémoire. C'est au cœur de la forêt de Coatmalouen que se met en place, en juin 1944, le maquis de Plésidy à Saint-Connan. Fort de plusieurs centaines d'hommes, il affronte les troupes d'occupation lors de l'attaque lancée contre lui le 27 juillet 1944 et participe à la Libération de Guingamp et de sa région. L'histoire de la Seconde Guerre mondiale et de la Résistance dans l'ouest des Côtes d'Armor est racontée à travers cinq espaces d'exposition et une salle de projection.

Les Gorges du Corong et la forêt alentour furent aussi un haut lieu de Résistance pendant la seconde guerre mondiale, les maquisards s'y cachaient. D'autres lieux de mémoire, comme le mémorial de la Pie à Paule, jalonnent le Kreiz Breizh au gré de l'histoire des maquisards.

*Musée de la résistance en Argoat - Saint-Connan.*  
(Labellisé Tourisme et Handicap)



## Il y a fort, fort longtemps...

Qui n'a jamais entendu parler des **menhirs et des dolmens** ? A Glomel, vous pourrez observer le plus haut menhir des Côtes d'Armor, 8m60. Et en parcourant la campagne, vous tomberez un jour nez à nez avec le *paotr sout* (le gardien de vache) près des landes de Locarn, ou encore le menhir de Ker Alain coiffé d'une croix, à Plouguernevel.

Si la signification des menhirs est encore à établir, **les allées couvertes** sont, elles, sous une forme de dolmen, un lieu ayant servi de sépulture. Les **allées couvertes du Liscuis**, nichées dans les landes du même nom, sont l'ensemble le plus remarquablement préservé des Côtes d'Armor.

Autre vestige de temps anciens, **l'aqueduc gallo-romain** de 27 km dont certains vestiges se trouvent à Maël-Carhaix et Paule, alimentait Vorgium (Carhaix) en eau potable. Un sentier de balade longe les vestiges à Maël-Carhaix.

## Un passé sidérurgique

Au cœur de la forêt de Quénécan se niche un joyau du passé industriel du Kreiz Breizh. **Les Forges des Salles**, intactes depuis l'arrêt de leur exploitation en 1877 en constituent le plus bel exemple costarmoricain. Classé à l'Inventaire supplémentaire des Monuments Historiques depuis 1980, le site des Forges des Salles est un témoignage de la vie ouvrière dans la sidérurgie aux XVIIIe et XIXe siècles. L'ancien village sidérurgique, qui se visite aujourd'hui, reste exceptionnellement bien préservé. Si la forge s'est tue, laissant place aux chants des oiseaux et au bruissement du vent dans les arbres. Il n'en a pas toujours été ainsi...

*Les forges des Salles - Perret, Bon-Repos-sur-Blavet*



## Un spectacle grandiose

### Le son et lumière de Bon-Repos

La détermination de quelques amoureux du Kreiz Breizh, ont fait naître la création d'un spectacle grandiose, l'histoire d'une épopée fantastique.

Chaque été, l'abbaye de Bon-Repos devient le théâtre d'une reconstitution retraçant l'histoire du Centre Bretagne. Pour conter l'histoire de ce pays, 2 hectares, 350 figurants, 20 chevaux et 1 abbaye. *Bon-Repos-sur-Blavet*



## Une polychromie naturelle

Des carrières d'ardoise, dont celles englouties aujourd'hui au fond du lac de Guerlédan, ont donné aux alentours de Gouarec, un héritage de maisons en schiste, aux teintes multiples. Selon le lieu d'extraction, les pierres sont claires, ferrugineuses, mordorées.

**Le centre historique de Gouarec**, en est une bonne représentation. Les façades des maisons anciennes, ornées également de niches abritant des statuette de vierge, constituent un ensemble remarquablement bien préservé de l'héritage des ardoisiers.

# S'aventurer...

## au cœur de la Bretagne



*Manoir de Correc*

De manoir en abbaye... chaque site affiche avec fierté son originalité et son caractère et invite à parcourir la riche culture du cœur de la Bretagne.

Le Kreiz Breizh se découvre à travers les époques qui ont façonné notre patrimoine. Ce pays d'aujourd'hui, fier de son passé, peut se flatter de posséder un patrimoine riche et diversifié.

### Eglises et chapelles

Le **patrimoine** religieux teinté de **mystère** cher à la Bretagne révèle ici toute sa force. Il est le témoin de la ferveur passée des bretons.

Parmi les trouvailles spécifiques à la Bretagne Intérieure, les **enclos** paroissiaux à **échaliers** caractéristiques de la Haute Cornouaille, des **chapelles** servant d'écrins à de véritables **trésors** sans oublier les **pardons** et les " **tantad** " (feu de joie), moments essentiels de la vie des villages.

Parmi les chapelles remarquables, on peut découvrir la chapelle du Giaudet, à Lanrivain, et son carillon à 16 cloches, ou les chapelles St Eloy et Lansalaun de Paule, dans leurs écrins. C'est également dans le Kreiz Breizh que subsistent les trois derniers ossuaires abritant encore des ossements en Bretagne.

Observer les richesses ...

→ ... admirer, s'imprégner

### L'église Notre Dame et son enclos, à Kergrist-Moëlou

Cet édifice du XVIème siècle témoigne de la prospérité de la Bretagne à la veille du traité d'Union. On y remarquera notamment les médaillons peints représentant les évêques du concile Vatican I (1870). Sur le placitre planté d'ifs se dresse le calvaire (Monument Historique) de 1578. Il regroupe une centaine de personnages en granit de Kersanton.

Pendant la révolution, le calvaire fut en partie détruit. Il comportait alors une centaine de personnages, symbolisant des scènes religieuses. Lors de sa restauration au XIXè siècle, les personnages furent replacés à la hâte, gardant ainsi le désordre des scènes.

**Fait surprenant.** Dans la nef existe une cheminée probablement destinée un temps à réchauffer les bébés baptisés.

# Un site où s'attarder

## Abbaye de Bon-Repos

Au bord du canal de Nantes à Brest, l'abbaye de Bon-Repos se dresse majestueusement, dominant les lieux et la forêt voisine de Quénécán. Fondée en 1184 par Alain III de Rohan, elle connut des siècles de prospérité mais aussi des périodes de crises. Vendue comme bien national, elle tomba peu à peu en désuétude, jusqu'à devenir carrière de pierre. C'est en 1986 qu'une poignée de passionnés s'allient pour relever ce bâtiment du XVIII<sup>e</sup> siècle.

L'abbaye se visite grâce à la reconstitution numérique du bâtiment et de sa chapelle, et abrite chaque année expositions et œuvres d'art contemporain. A l'approche de l'hiver, elle s'illumine et s'anime lors de « Noël à Bon-Repos ».



## Terre de contes et de légendes

Le cœur de la Bretagne s'impose comme un lieu chargé de légendes. Partout les korriganes parcourent les landes en dansant dès que la nuit tombe.

Mystères de la nature, les chaos rocheux du Corong laissent place à l'imaginaire. Selon la légende, le géant Boudédé, premier homme vivant en Bretagne, aurait jeté les cailloux qui encombraient ses sabots dans le ruisseau de Follezou. Ainsi se seraient formés ce qu'on appelle aujourd'hui les chaos et les Gorges du Corong.

L'Histoire des personnages de Bretagne laisse souvent place à des légendes, alimentées par l'imagination et les croyances des centre-bretons. Ainsi le seigneur Conomor, personnage sans nul doute sanguinaire, à l'origine du conte de Barbe Bleue, laissa dans l'histoire sa légende. Une prophétie prédisant qu'il serait tué des mains mêmes de son fils, le conduisit à tuer successivement ses épouses enceintes. Tréphine, la dernière épouse de Conomor, réussit à s'enfuir. Décapitée par Conomor, elle ressuscita et donna naissance à son fils Trémour, qui finit, des années plus tard, par tuer son père.

## Terre de traditions

La balade sonore du Kreiz Breizh dévoile nos chapelles, nos traditions et leurs mystères. L'histoire de 20 étapes ouvrant la porte aux témoignages des gens du pays : la tradition musicale, les croyances religieuses, l'Ankou, l'effervescence des mariages, les saints guérisseurs, les korriganes, les légendes...



Découvrez cette balade sonore sur YouTube (21 vidéos - chaîne *Tourisme Kreiz Breizh* - « balade sonore Kreiz Breizh »)



## Dictée à la plume !

### Musée de l'école de Bothoa

Une histoire du quotidien...

La salle de classe, la cour de récréation, la maison de la maîtresse... Ici, tout est d'époque. Odeur d'encre et de craie, plaisir d'écrire à la plume, assis aux pupitres de bois, les sensations de la salle de classe se redécouvrent entre deux récréations de billes et de cerceaux.

Chaque année, une exposition vous plonge dans les années d'école, à l'ancienne !

*Musée de l'école de Bothoa - Bothoa, St Nicolas du Pélem*

#BeKreizy

Je passe le certificat d'études  
Au musée de l'école de Bothoa



# Être bercé... par les éléments et ralentir



Besoin de lâcher prise et de se retrouver ? Besoin d'un rythme doux et sain ?

Se ressourcer grâce aux éléments de la nature... Se reconnecter à la terre... Le Kreiz Breizh vous apprend à ralentir et à bénéficier du temps en toute quiétude.

## Levez le pied...

Bien connu comme havre de quiétude, le Kreiz Breizh regorge de ces étendues d'eau, au creux des vallons, idéales pour se reconnecter à soi-même.

**L'eau est partout présente** : le lac de Guerlédan, les méandres du lac de Kerné Uhel, l'étang du Corong et ses paisibles rives, les discrètes sources du Scorff et de l'Ellé, un réseau incroyable, signe de la puissance de l'eau.

Elle est source de lenteur et de force, à l'image des émotions qu'elle nous procure.

## Et adoptez la slow attitude !

Resto bio, produits sains et locaux, hébergement au vert... rencontres... profitez d'un séjour en toute sérénité et en douceur, mêlant plaisir et zen attitude ! Laissez le temps à l'improvisation.

S'écouter...

→  
... se ressourcer.

**Kreizy  
EXPERIENCE**

**S'offrir un massage Reiki**  
à la ferme Mellon, Plouguernevel



# Rencontrer des loups

## Refuge de Coat-Fur

Ce lieu unique en France recueille des loups, aux parcours de vie différents. Le refuge veille sur leur bien-être et leur offre un lieu de vie paisible, nécessaire à l'épanouissement de cette espèce.

Une balade singulière vous attend au sein du refuge. C'est à pas de loup qu'il vous faudra guetter patiemment et discrètement les 17 pensionnaires. Derrière un arbre ou couchés dans les feuillages, ils vous offrent peu à peu leur regard, une expression ou une rencontre. Un sentier d'interprétation vous guide sur les pas de la louve Bleizi, pour en apprendre un peu plus sur cette espèce. En fin de visite, vous pourrez également apercevoir les daims majestueux dans leur enclos réservé.

*Refuge des loups, Coat Fur, Lescouet-Gouarec.*



## Idée rando ressourçante



### « Autour de l'étang du Korong » Glomel

C'est une balade paisible de 6 km qui vous attend ici. Avec peu de dénivellé, le chemin longeant l'étang du Korong ceinture l'étendue d'eau de 75 hectares.

Créé pour retenir l'eau et alimenter ainsi le bief de partage des eaux du canal de Nantes à Brest, l'étang est aujourd'hui un bassin de loisirs alliant les circuits de trail, de VTT, un parcours santé et une plage accueillant une base de loisirs nautiques.

**Autre idée de rando :** Les journées « Rando Pique-Nique », avec la Maison des Landes et Tourbières, en juillet et août.

## Eloge de la lenteur...

- **Reconnaître les oiseaux** de la réserve ornithologique du Rocleu sur le sentier d'interprétation
- **Suivre le chemin des loups**, en les découvrant au refuge des loups de Coat Fur.
- **Randonner pour tous les publics**, sur un sentier accessible, labellisé Tourisme & Handicap, dans la réserve naturelle de Lan Bern
- **S'aventurer sur le Parcours Passion Pêche** du Lac de Kerné Uhel, une canne à pêche à la main
- **Pédaler** sur la voie verte n°6, le long de l'ancienne voie ferrée du Centre Bretagne
- **Se laisser guider** sur les chemins de randonnées grâce aux randos GPS (parcours géolocalisés du Kreiz Breizh, téléchargeables en GPX).
- **Pagayer** sur le lac de Kerné Uhel et ses méandres, en rando-canoë
- **Flâner sur les chemins** des Jardins de Kervézennec à Maël-Carhaix, en respirant le parfum des fleurs
- **S'aventurer dans les chemins creux**, nombreux sur le territoire. C'est par là que ce faisait les trajets des uns et des autres, avant les routes !

#BeKreizy

**Je me balade avec un âne**  
dans les chemins creux  
À l'éco-domaine Le Bois du Barde



### Dégustations et papilles

Et si on prenait le temps d'éveiller ses papilles... de goûter aux produits locaux du terroir.

A Mellionec, on brasse la bière Grobul' à la pagaie... Tandis que le chouchenn, boisson millénaire des celtes, s'affine doucement en fût chez Chouchenn d'Armor.

Avec Kreiz Breizh Terre Paysanne, vous pourrez commander légumes, laitage, fromage, miel et même des herbes médicinales... Alors pourquoi se priver de ces bons produits ?

# *Ou se régaler...* *des activités en pleine nature !*



Si le calme vous fait fourmiller les jambes, vous êtes sans nul doute un adepte des loisirs sportifs. Si Sport rime avec Effort, pour vous, Villégiature rime avec Pleine nature.

Le cadre de séjour dans le Kreiz Breizh offre une possibilité infinie de pratiquer les sports de pleine nature, dans le respect d'un environnement préservé.

## Le cœur des cyclistes

De tout temps, le Kreiz Breizh et la Bretagne Intérieure dans son ensemble ont été une terre promise pour les cyclistes. Autour des pardons des chapelles ou des fêtes de village, s'organisaient toujours diverses courses cyclistes mettant en compétition les plus vaillants.

**Kreiz Breizh Elites.** La KBE est une course cycliste inscrite au calendrier continental européen de l'Union Cycliste Internationale. Elle se déroule chaque année fin juillet et attire des coureurs professionnels du monde entier. Un tremplin pour les jeunes espoirs internationaux vers une belle carrière. Un superbe spectacle auquel assister, à défaut de concourir.

Venez vous entraîner sur les routes du Kreiz Breizh.

Se réveiller des fourmis dans les jambes...

... s'évader.

#BeKreizy

Je descends 15 écluses  
En canoë-raft



# Pêcher en eaux calmes

## Des parcours qualifiés de pêche

Les pêcheurs sont ici au paradis. Avec les ruisseaux, les lacs, le canal et ses rivières, le Kreiz Breizh s'ouvre à toutes les techniques de pêche. Sandres, brochets, carpes se disputent la mise. Que l'on soit pêcheur averti ou amateur, le territoire vous fait découvrir la pêche nature.

Des sites exceptionnels en font **une destination pêche incontournable** : le lac de Kerné Uhel pour la pêche aux carnassiers, l'étang de Maël-Carhaix, Plélauff, St-Connan, Canihuel, le canal de Nantes à Brest, le lac de Glomel...

**Pêche à la mouche à l'Étang Neuf.** Il existe à Saint-Connan, une pépite pour pêcheur, un endroit que l'on découvre en passionné, et que l'on quitte en espérant un retour. L'étang Neuf constitue un réservoir dédié à la pêche à la mouche une partie de l'année. Les pratiquants de Bretagne et d'ailleurs le connaissent bien et le préservent. La qualité piscicole s'allie ici à des prestations de qualité. Un lieu d'accueil réservé aux pêcheurs, des barques, des pontons et embarcadères neufs en font un lieu très recherché.



## Destination nautique

Les rivières qui sillonnent le Kreiz Breizh créent des zones d'activités allant des étangs aux lacs et au Canal de Nantes à Brest.

Les activités nautiques ont donc la part belle sur le territoire. Ainsi, vous pourrez pagayer dans votre canoë sur le lac de Kerné Uhel, pédaler sur un bateau à pédales sur l'étang de Maël-Carhaix, dévaler les écluses en canoë-raft à Glomel ou encore tenir en équilibre sur un paddle sur le lac du Korong... la palette d'activité disponible est vaste.

Profitez des étendues d'eaux pour un séjour sportif ou détente, où chacun trouvera des activités de loisirs adaptées à ses attentes ! Nichées au cœur des campagnes vallonnées, les bases nautiques et base de loisirs du Kreiz Breizh vous offre une diversité de bons moments à passer...

**Base Nature et Nautique** - Lac de Kerné Uhel - Trémargat

**Base de Loisirs du Korong** - Etang du Korong - Glomel

**Base nautique de Créharer** - Canal de Nantes à Brest, Glomel

## Se charger d'adrénaline !

Descente en rappel sur le Pont du Daoulas, canoë sur les eaux tranquilles du lac de Glomel ou de Kerné Uhel, VTT à toute vitesse sur les sentiers balisés... Voilà un vaste programme « côté sport » que le Kreiz Breizh offre.

Les sentiers sont nombreux et balisés pour s'entraîner dans ses démarches sportives.



## Passion Trail

**Trail de Guerlédan.** Une ode au sport... A travers un trail de 63 km, il faudra être combattif et plein de ressources pour arriver à la ligne finale. Le compétiteur trouvera sa course selon son endurance et ira jusqu'au bout de ses limites. Dans le magnifique cadre de l'abbaye de Bon-Repos, du canal de Nantes à Brest et du lac de Guerlédan, préparez-vous à la montée d'adrénaline ... L'un des plus important et renommé trail de l'ouest !

*Week-end de la Pentecôte - Bon-Repos-sur-Blavet*

## Une destination Trail

Avec l'application Trace de Trail

**Cœur de Bretagne**  
DESTINATION trail



30 parcours, 4 ateliers, dessinés pour les trailers au cœur de la Bretagne ! De technicité différentes, de terrain facile ou très nivelé, les parcours font aussi découvrir les plus beaux panoramas au fil des chemins.

- Le tour du lac de Kerne Uhel - 13.6 km
- Le circuit de la grande tranchée - 17.9 km
- Le circuit de l'étang du Korong - 6 km
- Le tour du lac de Guerlédan - 36.5 km
- Les landes de Liscuis - 14 km

Des fiches disponibles et des interactions possibles avec les autres trailers... une pratique simplifiée pour des vacances sportives !

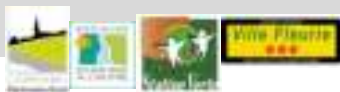
# Séjourner... en accord avec vous-même !



Que vous soyez passionné de pêche, adepte du Vintage ou curieux de dormir dans un arbre... Le Kreiz Breizh vous accueille les bras grands ouverts.

Nous concoctons pour vous des offres qui allient la nature et la découverte de la Bretagne intérieure, à vos plus grandes passions !

Soyez de la partie !



## Labellisé et qualifié !

Les communes s'engagent pour vous offrir le meilleur d'elles-mêmes. En tant que **villages fleuris**, Gouarec, Maël-Carhaix et Rostrenen accordent une grande place au végétal et à l'aménagement des espaces publics.

Au cœur d'un riche patrimoine valorisé, Kergrist-Moëlou se dévoile en tant que **Commune du Patrimoine Rural de Bretagne**. Quant à Rostrenen et St Nicolas du Pélem, elles ont fait le choix d'affirmer un accueil touristique nature, familial, et tourné vers le tourisme durable, en tant que **Station Verte**.

Traversées par le Canal de Nantes à Brest, les communes concernées sont des **Escales Fluviales de Bretagne**, s'engageant ainsi à faciliter l'accueil des itinérants en tant que pôle de service.

Allier passion et vacances...

... s'immerger .

#BeKreizy

Je dors dans les arbres

Dans la forêt de Quénécán





## Un roadtrip à moto

Un voyage à moto dans le Kreiz Breizh, c'est une évasion de chaque instant !

Roulez sur de petites routes de qualité, sinueuses, bordées de forêts et de chaos granitiques, de grandes étendues de landes sauvages, vallonné de collines.

### Un circuit découverte de 182 km

Suivez ce circuit-étape de 182 km préparé spécialement par des motards locaux. Vous traverserez des villages typiques du territoire, croiserez des chapelles et des calvaires miraculeux, admirerez de spectaculaires points de vue sur le lac de Guerlédan, découvrirez le charme du canal de Nantes à Brest et de sa prestigieuse abbaye de Bon Repos...

Faites la connaissance d'une Bretagne accueillante et chaleureuse. Partez à la rencontre des centres bretons !

*Circuit découverte disponible en livret Roadtrip, conseillé sur deux jours. Hébergements engagés Accueil Moto.*



## Itinérance en camping-car

Vacances au grand air !



L'Office de Tourisme a créé un circuit de découverte de spécialement dédié aux camping-caristes. A vous les routes adaptées, les arrêts sans contraintes et sans mauvaises surprises, les aires de stationnement et de service proches... Le parcours de 151 km se vit au rythme et aux envies de chacun.

*Circuit découverte « En Camping-car » en livret Roadbook disponible en téléchargement sur le site internet de l'Office de Tourisme ou sur demande.*

#BeKreizy

### La famille Kreizy

Les enfants ! Découvrez les personnages de cette drôle de famille en collectionnant les badges lors de vos visites et vos activités de vacances...

*Programme estival de l'Office de Tourisme pour les enfants de 4 à 12 ans. Demandez votre livret gratuit de jeu.*



### Un cocon en famille

L'important est de partager des expériences, ensemble...

Nous vous offrons un espace idéal pour les séjours en famille. Quelque soit l'âge des enfants, des animations adaptées vous attendent pour partager des moments forts et inoubliables.

Parce qu'aucune famille n'est identique, nous avons sélectionné pour vous une multitude d'activités et de sites. Alors, on commence par quoi ? A vos marques, prêts...

Arpentez les chemins creux du cœur de la Bretagne pour



mener l'aventure au grand air. Dans un cadre verdoyant, reposant et enrichissant à la fois, vous pourrez séjourner à la ferme, en camping, en gîte, en roulotte, en cabane dans les arbres, ... en parfaite harmonie avec la nature.

Partez en balade à la découverte des oiseaux sur l'étang du Rocleu ou randonnez vers les Gorges du Corong pour grimper sur les rochers. Des animateurs nature vous accueillent chaque été pour découvrir l'environnement et apprendre tout en s'amusant.

Et pour se reposer, direction la plage... Et oui, **les plages** de Maël-Carhaix, de Glomel, et du lac de Guerlédan s'offrent à tous, des jeunes enfants aux plus grands. Un vaste terrain de jeu...



#bekreizy

**Rédaction : Dominique Hervé**

Chargée des Relations Presse

Contact Presse : 02 96 29 02 72

[dominique.herve@tourismekb.com](mailto:dominique.herve@tourismekb.com)



*Crédit photos : Dominique Hervé, Fédération de Pêche, Photothèque Tourisme Bretagne, Yannick Derennes Michel Menguy, Ronan Le Mener (Gorges de Corong), Typhaine David, Racines d'Argoat, Michel Menguy (Abbaye de Bon Repos), Kate Husband, Amis du Canal 22, Bois du Barde, Refuge des Loups, Ferme Mellon, Trail de Guerlédan, Cabane de Quénécan, Lieux Mouvants.*

## Office de Tourisme du Kreiz Breizh

6 rue Abbé Gibert - BP12

22110 Rostrenen

Tél. : 02 96 29 02 72

[www.tourismekreizbreizh.com](http://www.tourismekreizbreizh.com)

[www.lacdeguerledan.com](http://www.lacdeguerledan.com)

[office@tourismekb.com](mailto:office@tourismekb.com)