

# Mon mémo voyage

## IDEE SEJOUR

# Vélo et détente aux caps d'Erquy et de Fréhel

Venez-vous ressourcer entre mer d'émeraude, landes et falaises. En vélo à assistance électrique, mettez le cap sur des sites d'exception, en toute liberté et sans effort.

## EN UN COUP D'ŒIL

Voici de bonnes pistes -cyclables- pour s'évader du quotidien ! Au guidon de votre vélo à assistance électrique, venez-vous recharger en énergies positives ! Sur la côte armoricaine, les circuits longent des plages de sable fin, traversent une incroyable mosaïque de milieux naturels et se hissent en haut des falaises d'Erquy et de Fréhel. L'esprit vagabonde et quelques calories sont tout de même brûlés par les kilomètres parcourus en douceur. Un authentique bien-être vous gagne, renforcé par une séance au spa et de délicieux dîners à base de produits naturels et locaux. Faire étape aux Bruyères d'Erquy, c'est avoir le bonheur de ralentir le rythme tout en restant actif.

### Jour 1

## Cap sur le vélo électrique !

C'est en bus, de la gare de Saint-Brieuc, que vous rejoignez votre chambre d'hôtes. Le temps de faire connaissance avec Florence, de poser vos valises et vous vous élancez déjà vers le bord de mer. Pour regagner le Cap d'Erquy, vous apprécierez immédiatement votre vélo à assistance électrique. Un petit réglage au guidon, un coup de pédale et l'assistance vous aide à redémarrer, à grimper une côte sans effort. En 3 km de balade, vous voici devenu un adepte convaincu ! D'autant plus que ces premiers tours de roues vous mènent dans un cadre grandiose. Vous serez conquis par les falaises de grès roses, la mer émeraude, la lande couverte de bruyères et d'ajoncs. Après ce grand bol d'air, prenez le temps de vous détendre au hammam ou au spa avec jacuzzi.

- En soirée, rencontres, discussions, jeux, s'improvisent dans le confortable salon.
- Les savoureux dîners mettent à l'honneur les produits locaux (la coquille Saint-Jacques !) et bio.

### Jour 2

# Un superbe parcours en bord de mer

Dès le petit déjeuner, vous n'aurez qu'une envie : remonter sur votre vélo pour découvrir de nouveaux sites d'exception. En empruntant la véloroute « véloodyssée », vous ferez étape dans la station balnéaire de « Sables d'Or les pins ». Vous serez charmé par l'immense plage de sable fin, les villas anglo-normandes et Art déco des années 1920.

Refaites défiler landes et dunes en direction du Cap Fréhel. A 70 m au-dessus de la mer, offrez-vous une des plus belles vues de Bretagne. Pourquoi ne pas pique-niquer sur ces majestueuses falaises pour vous enivrer du panorama et guetter les cormorans huppés ?

L'échappée belle se poursuit jusqu'au Fort La Latte. Les tours, les murailles du château vous transportent dans un autre temps.

Au retour, après une petite pointe de vitesse pour tester votre monture, vous aurez bien mérité un arrêt en terrasse, sur le port d'Erquy.

- Avec ses bars et son animation, le port d'Erquy invite à s'attarder en soirée.
- La visite du Fort La Latte permet d'accéder au donjon et à son superbe point de vue.

## Jour 3

# Se ressourcer sur le sable ou dans l'eau

Prenez le temps de savourer votre petit déjeuner. Picorez dans les confitures maison et les produits laitiers de la ferme. Vous êtes toujours au bon endroit pour recharger vos batteries ! Transformez ces dernières heures en Côtes d'Armor en inoubliables moments de détente. Vous pouvez flâner sur la digue de la plage d'Erquy, profiter du sentier côtier, découvrir l'estran et ses trésors. La longue étendue de sable est également un formidable terrain de jeux pour essayer le char à voile. Si vous avez l'esprit marin, aventurez-vous sur l'eau à la voile ou en kayak. Pour une sortie iodée, il vous faudra juste penser à réserver auprès du centre nautique.


- Le centre nautique d'Erquy propose toute l'année de nombreuses activités dans la baie de Saint-Brieuc.
- Erquy compte pas moins de 10 plages de sable fin, parmi les plus belles de Bretagne.

## Votre arrivée

La gare SNCF la plus proche est celle de Saint-Brieuc.

Pour consulter les horaires et réserver vos titres de transport, rendez-vous sur [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

### Rejoindre votre établissement :

- Empruntez la [ligne 2 du réseau Tibus](#) en direction de Erquy - Plévenon.
- ✓ Descendez à l'arrêt « La Croix du Val ». Comptez 43 minutes.
- ✓ L'hébergement « Les bruyères d'Erquy » est situé à 350 mètres à pied de l'arrêt « La Croix du Val », soit 4 minutes à pied.
- Pour consulter les horaires et réserver vos titres de transport, rendez-vous sur [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com), [fr.ouibus.com/fr](http://fr.ouibus.com/fr) et sur [www.tibus.fr](http://www.tibus.fr).
- ✓ Une solution de transfert en taxi au départ de la gare de Saint Brieuc peut également vous être proposée - Contacter l'hébergeur au préalable.
- ✓ Téléchargez l'application Porte à Porte SNCF : 
- Déplacez-vous en toute tranquillité en Bretagne avec BreizhGo. C'est un outil vous permettant de calculer votre itinéraire et de détailler l'accessibilité de chaque mode de transport : [www.breizhgo.com](http://www.breizhgo.com)

## Tarifs

<b>IDÉE SÉJOUR 3 JOURS / 2 NUITS</b> <b>Tarifs indicatifs par personne (base double)</b>	<b>Du 01/04 au 30/06 et du</b> <b>01/09 au 31/10/2019</b>	<b>Du 01/07 au 31/08/2019</b>
<i>Hébergement aux Bruyères d'Erquy pour 2 nuits en chambre double d'hôtes en demi-pension, incluant les petits déjeuners, et dîners</i>	130 €	140 €
<i>Le transport en bus A/R Saint Brieuc - Erquy</i>	4 €	4 €
<i>Un accès à l'espace bien être (Jacuzzi ou hammam)</i>	14 €	14 €
<i>La location de vélo électrique pour 2 jours</i>	40 €	40 €
<b>IDEE SEJOUR ESTIMEE A (à partir de)</b>	<b>188 €</b>	<b>198 €</b>
<i>2 paniers pique-nique</i>	14 €	14 €

**\*Le tarif indicatif (à partir de) comprend l'hébergement aux Bruyères d'Erquy en demi-pension (petits déjeuners et dîners), l'accès à l'espace bien être, la location de vélo électrique pour 2 jours et le transport en bus A/R Saint-Brieuc**

## Votre hébergement

### Les Bruyères d'Erquy

111 rue des hôpitaux

22 430 Erquy

Tel : 06.81.55.55.46

E-Mail : [Contact@lesbruyeres-erquy.com](mailto:Contact@lesbruyeres-erquy.com)

Web : [www.lesbruyeres-erquy.com](http://www.lesbruyeres-erquy.com)

## Contacts - Informations pratiques

### Cap Evasion vélo

(à 3km de votre hébergement)

Camping les Salines

Route de la ville Boulou

22 240 Plurien

Tel : 06 59 74 87 89

Web : [www.capevasionvelo@gmail.com](mailto:www.capevasionvelo@gmail.com)

E-Mail : [www.cap-evasion-velo.fr](http://www.cap-evasion-velo.fr)

### Office de tourisme d'Erquy

(à 1,2km de votre hébergement)

3 rue du 19 mars 1962 - BP81

22 430 Erquy

Tel : 02 96 72 30 12

E-Mail : [info@erquy-tourisme.com](mailto:info@erquy-tourisme.com)

Web : [www.erquy-tourisme.com](http://www.erquy-tourisme.com)

Retrouvez l'ensemble des adresses composant votre séjour directement sur cette [carte personnalisée](#), accessible en ligne.

## Découvrir le territoire - Liens utiles

Tourisme Bretagne - [www.tourismebretagne.com](http://www.tourismebretagne.com)

Office de tourisme d'Erquy - [www.erquy-tourisme.com](http://www.erquy-tourisme.com)

Office de tourisme du Pays de Fréhel - [www.paysdefrehel.com](http://www.paysdefrehel.com)