

6 raisons de découvrir la Bretagne en hiver

Le chill à l'état brut. Ses éléments naturels spontanés. Son univers sonore. Ses city trips urbain. Ses expériences gastronomiques rconfortantes. Ses refuges-cocons. Ses tendues à perte de vue. Ses grands-carts culturels. De novembre à mars, on garde ses sens en veil.

1. S'abandonner dans des temples du bien-être

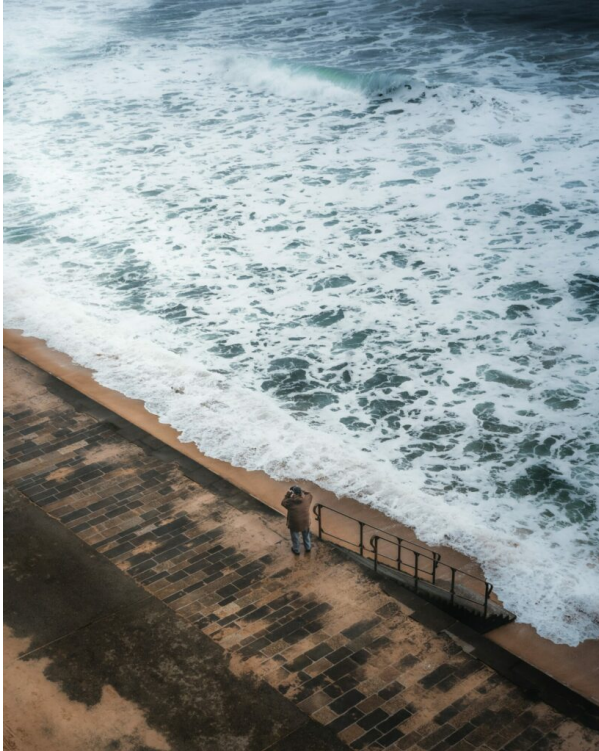
Bains d'énergie et de minéraux, on fait le plein en version iodée ou chlorophyllée. A Ouessant, on mise sur la méditation en pleine conscience au Sport Ouessant & Spa, inspiré de l'architecture traditionnelle ouessantine. A l'hôtel restaurant & spa La Butte à Plouider, cours de yin yoga, pratique méditative et cours de Hatha yoga le tout dans un confort absolu. A 15 mn de Lorient au Manoir des Eperviers, on remet les compteurs à zéro avec une cure d'oto se valent étirements, sophrologie, massage et méditation. Au Sofitel Quiberon, on craque pour son offre brunch & spa, le suivi Thalasso à la maison ou ses nouveaux modelages « au bonheur du ventre ». A Roz Marine à Perros Guirec, on mise sur l'immersion Terre & Mer aux bienfaits marins « in & out » : longe-côte, marche nordique « revisitée », apnée statique complétés par des bains hydromassants, enveloppement d'algues et de boues bretonnes.



Hôtel La Butte | © Nomades-Studio

EN SAVOIR + Balades iodées et spa : 5 idées pour se ressourcer, Le top du self-care au cœur de l'hiver, 5 idées week-end thalasso tr's slow

2. Grandes marées, couleurs glaz et grands espaces



© Loris Marie – unsplash

On plonge dans un nuancier qui n'existait nulle part ailleurs et dont la traduction n'a pas d'équivalent en français. Du bleu profond, du vert et du gris. Jamais à bout de souffle : les événements bretons promettent de l'iode, des expériences ventées, des grandes marées et des tempêtes d'écume. Et pour vivre les grandes marées direction l'île de l'archipel de Callot en Baie de Morlaix pour s'adonner à la pêche à pied, à Saint-Malo pour voir l'un des plus grands marnages de France cerner les remparts, aux dunes de Keremma pour voir le chaos granitique partiellement sous l'eau, à Ploubazlanec sur la Côte de Granit Rose pour voir l'archipel de Brhat saisi par les vagues, à Saint-Cast-le-Guildo pour voir la culture du bouchot et des parcs huîtres d'écouverts puis enchaîner sur une session d'égustation. Clapotis, effervescence des fous de Bassan, embruns ? territoire sensoriel jusqu'au bout des oreilles. Pour embrasser l'horizon seul au monde, direction les parcs naturels de Bretagne : le Golfe du Morbihan, les marais de Brière, le territoire d'Armorique ou encore la mer d'Iroise abritant l'une des eaux les plus pures du monde. Immersion dans de grandes étendues de sables, des prairies bocagères entre phoques, dauphins et oiseaux migrateurs. Plutôt panorama de dunes ? Le grand site Gôvres-Quiberon, le plus vaste massif dunaire de Bretagne, offre un paysage océanique et sauvage. En contreplongée dans des espaces ultra-chlorophyllés, le lac de Guerlédan, le plus grand de Bretagne, zoome sur des paysages vallonnés, des forêts et des landes. Du côté de la Presqu'île de Crozon, on embarque sur un bout de terre entre la rade de Brest et la baie de Douarnenez pour des randos comme à l'assaut d'un Nouveau Monde !

[EN SAVOIR + 6 spots pour observer l'inédit pendant les grandes marées, Virée nature en Bretagne au cœur de l'hiver, 4 idées pour profiter à fond des PNR bretons](#)

3. Ouvrir la porte sur tout un monde gustatif

Le territoire fourmille d'expÃ©riences de goÃ»ts : qu'il s'agisse de se lancer dans des food tours, des dÃ©ambulations culinaires urbaines, de dormir chez un chef Ã©toilÃ©, d'apprendre Ã faire sa crÃªpe chez un nÃ©o-crÃªperie rennaise ou de se dÃ©lecter de dÃ©gustations chez des ostrÃ©iculteurs ou mytiliculteurs. On fouine du cÃ´tÃ© de chez des producteurs comme Ã la ferme La Froment du Leon pour son [beurre](#) que l'on retrouve sur des tables Ã©toilÃ©es ou de dÃ©guster du thÃ© breton Ã Filleule des FÃ©es. On piste le nectar breton. Le [sarrasin](#), l'or de la Bretagne a tout bon sous toutes ses formes : chips, boissons, gÃ¢teaux bretons, confitures ou chocolat. Les [algues](#) s'offrent en cueillette sur l'estrÃ©an, en boisson ou chez certains rÃ©coltants comme Begood AlgÃ© qui les rÃ©colte Ã la main. Et pour se rÃ©conforter face aux frimas hivernaux on dÃ©guste du [Kouign Amman](#) Ã Douarnenez, berceau de cet emblÃ©me de la gourmandise bretonne.

EN SAVOIR + [Dormir chez un chef](#) : se sentir comme Ã la maison chez un cuisinier Ã©toilÃ©, [Balades gourmandes, produits locaux et dÃ©gustations](#), [La Bretagne rÃ©gale](#)
[6 adresses thalasso gourmandes en Bretagne](#)



Ã© Yves Quere

4. Savoir-faire et dÃ©couverts d'initiÃ©s



Faire son bol breton avec Bol & Cie – ExpÃ©rience bretonne | Ã© Nicolas Dequin

Des biscuiteries, du maritime, du portuaire, de lâ€™ostrÃ©iculture, de la cosmÃ©to, en passant par lâ€™artisanat au textile marin et Ã la mode, on explore la crÃ©ation nÃ©o-bretonne et ses coulisses et on rencontre des passionnÃ©s qui retwistent les codes bretons. A Dinan, chez Adrian Colin, meilleur ouvrier de France, on sÃ©initie aux techniques de soufflage. A PlÃ©liac, on plonge dans lâ€™univers dâ€™un coutelier chez les Lames de K pour fabriquer son couteau de marin. On peut apprendre Ã faire son bol breton dans le Golfe du Morbihan. Chez lâ€™artisan confiseur Maison Guella, on dÃ©couvrir les secrets de fabrication des gÃ¢teaux bretons. A moins que lâ€™on prÃ©fÃ©re plonger dans les coulisses de lâ€™iconique caban chez Dalmard Marine.

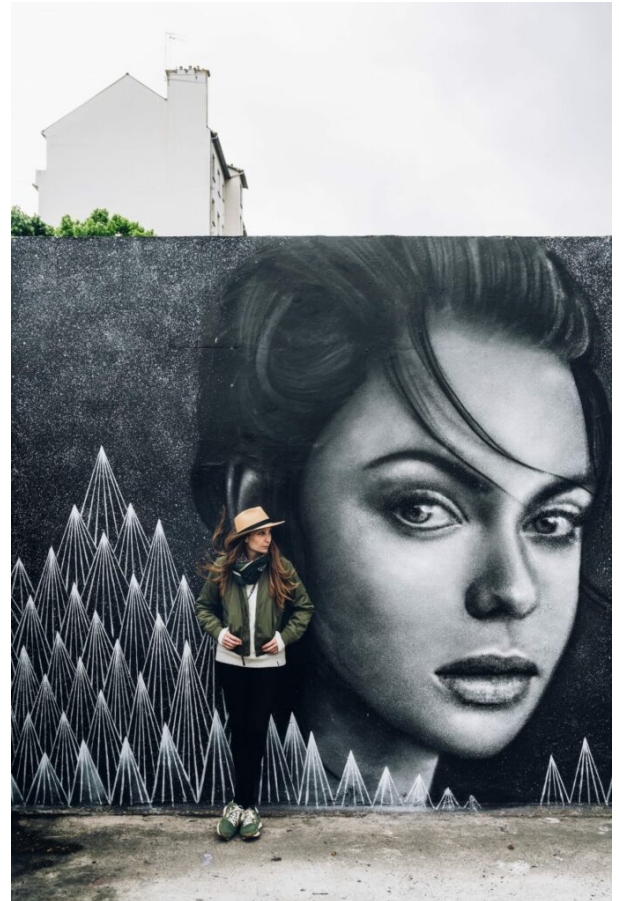
EN SAVOIR + [Faire son bol breton](#)

5. (Ur)bains pulsés

On mixe art urbain, shopping d'afriqueur et festivals vibrants! A Rennes, le temps d'un week-end, on carbure à la culture urbaine. Pour s'immerger on teste une visite guidée en version slam, où l'on se laisse entraîner du street art à Art Déco. En novembre, le festival Yaouank, immense festival de culture bretonne fait voltiger comme nul autre les traditions avec comme point d'orgue un fest-noz, le plus grand de Bretagne ! Pour dénicher les tendances musicales de demain, direction Les Transmusicales en décembre. On profite de ces immersions urbaines pour pister les sites historiques reconvertis en spots trendys (anciens chantiers navals, hôpitaux ou prison). A Lorient, au bord de la mer, galeries d'opéra, et gastronomie, la ville assume sa « coolitude ». On ne manque pas Lorient La base, l'ancienne base de sous-marins réhabilitée et qui abrite bars et boutiques colorées, mais aussi la fascinante et immersive Cité de la Voile Eric Tarbaly. On ne manque pas non plus le Festival Les Indisciplinés en novembre. Des concerts dans un bunker! 10 jours pour découvrir des groupes émergents de la scène européenne et française.

A Brest, au cœur de l'une des plus belles rades de France, la ville mêle modernisme, néoclassicisme, Art Nouveau, Art Déco. Les quais s'improvisent sentiers de promenade dans la ville. A hauteur d'albatros, on découvre la ville depuis le téléphérique. On file ensuite en immersion au plateau des Capucins, dans les anciens ateliers destinés à la construction navale réhabilités en espace de travail et en lieux d'arts. En décembre, le Festival No Border autour des musiques du monde, met Brest, la métropole océane en moi.

EN SAVOIR + [Le street-art affiche en Bretagne](#), [Les festivals d'hiver en Bretagne](#), [Echappée urbaine artistique à Brest et Landerneau](#)



© Bestjobers

6. Sâ??aventurer au sport dâ??hiver Ã la merâ??!



Ã© Globusliebe

On file to schuss Ã la mer ! Grand bol dâ??air pur assurÃ©. On teste le Ice Swimming Ã Plouha, une nage en pleine mer et sans combi. Islandais, Russes, Finlandais sont accros. Sur la CÃte des Abers, on part Ã lâ??assaut de lâ??Aber Wracâ??h et lâ??Aber BenoÃt, fjords bretons. Voir le phare de lâ??Ile Vierge depuis lâ??eau, câ??est renversant. Pour faire sa thalasso en pleine mer, on mise sur la marche aquatiqueâ? : on enfile sa combinaison, ses chaussons en nÃ©oprÃne pour garder les pieds au chaud. On se laisse masser par lâ??eau sur la Riviera Bretonne Ã Cap-Coz, Ã Saint-Lunaire ou aux abords de la plage de Trestaou face Ã lâ??Archipel des 7 Ãles. Char Ã cerf-volant, char Ã voile ou kite surf font planer les plus sportifs pour allier vent et mer. Quel que soit le sport, on en sort avec les idÃ©es claires, re-boostÃ©s pour lâ??hiver !

EN SAVOIR + [5 sports dâ??hiver Ã pratiquer Ã la mer](#)