

## 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 réconfortantes. Ses refuges-cocons. Ses étendues à perte de vue. Ses grands-écarts culturels. De novembre à mars, on garde ses sens en éveil.

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

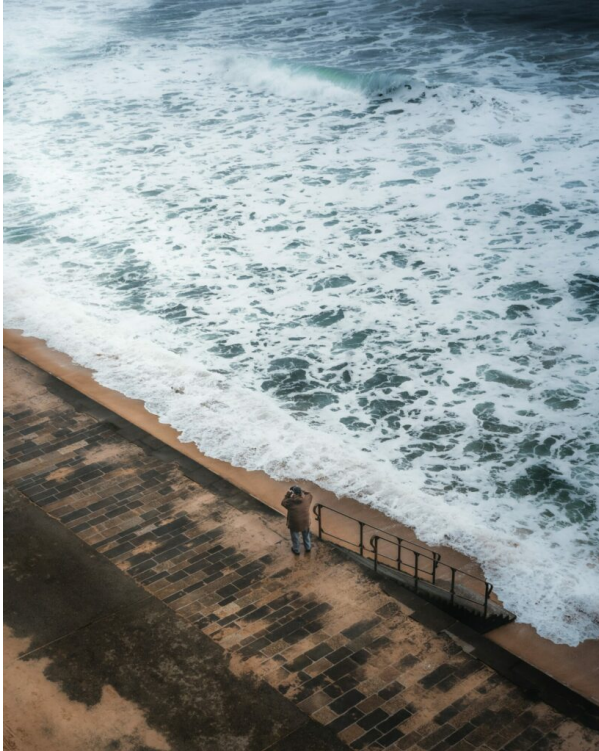
Bains d'énergie et de minéraux, on fait le plein en version iodée ou chlorophyllée. A Ouessant, on mise sur la méditation en pleine conscience au Sport Ouessant & Spa, inspiré de l'architecture traditionnelle ouessantine. A l'hôtel restaurant & spa La Butte à Plouider, cours de yin yoga, pratique méditative 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 détox où se mêlent 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 très slow](#)*

## 2. Grandes marées, couleurs glaz et grands espaces



© Loris Marie – unsplash

On plonge dans un nuancier qui n'existe 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 éléments 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 éphémère 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 Bréhat saisi par les vagues, à Saint-Cast-le-Guildo pour voir la culture du bouchot et des parcs à huîtres à découvert puis enchaîner sur une session dégustation. 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 Gâvres-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'expériences de goûts : qu'il s'agisse de se lancer dans des food tours, des déambulations culinaires urbaines, de dormir chez un chef étoilé, d'apprendre à faire sa crêpe chez Œuf néo-crêperie rennaise ou de se délecter de dégustations chez des ostréiculteurs ou mytiliculteurs. On fouine du côté de chez des producteurs comme à la ferme La Froment du Leon pour son [beurre](#) que l'on retrouve sur des tables étoilées ou de déguster du thé breton à Filleule des Fées. On piste le nectar breton. Le [sarrasin](#), l'or de la Bretagne a tout bon sous toutes ses formes : chips, boissons, gâteaux bretons, confitures ou chocolat. Les [algues](#) s'offrent en cueillette sur l'estran, en boisson ou chez certains récoltants comme Begood Alg' qui les récolte à la main. Et pour se réconforter face aux frimas hivernaux on déguste du [Kouign Amman](#) à Douarnenez, berceau de cet emblème de la gourmandise bretonne.

*EN SAVOIR +* [Dormir chez un chef : se sentir comme à la maison chez un cuisinier étoilé](#), [Balades gourmandes, produits locaux et dégustations](#), [La Bretagne régale 6 adresses thalasso gourmandes en Bretagne](#)



© Yves Quere

## 4. Savoir-faire et délits d'initiés



Faire son bol breton avec Bol & Cie – Expérience bretonne | © Nicolas Dequin

Des biscuiteries, du maritime, du portuaire, de l'ostréiculture, de la cosméto, en passant par l'artisanat au textile marin et à la mode, on explore la création néo-bretonne et ses coulisses et on rencontre des passionnés qui retwistent les codes bretons. A Dinan, chez Adrian Colin, meilleur ouvrier de France, on s'initie aux techniques de soufflage. A Plédéliac, on plonge dans l'univers d'un coutelier chez les Lames de K pour fabriquer son couteau de marin. On peut apprendre à faire son bol breton dans le Golfe du Morbihan. Chez l'artisan confiseur Maison Guella, on découvre les secrets de fabrication des gâteaux bretons. A moins que l'on préfère plonger dans les coulisses de l'iconique caban chez Dalmard Marine.

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

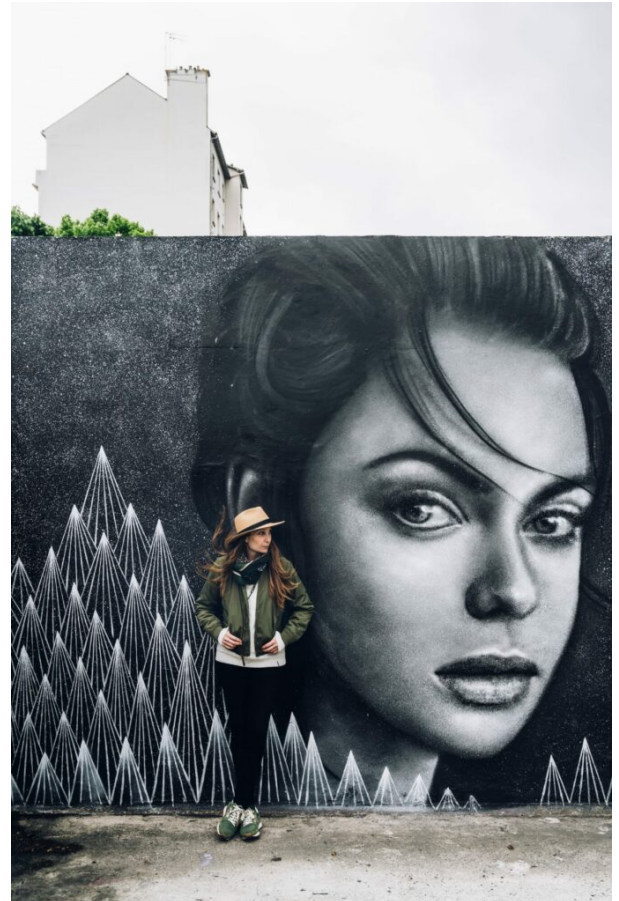
## 5. (Ur)bains pulsés

On mixe art urbain, shopping défricheur 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 entrainer du street art à l'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 éphémères, 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 IndisciplinéEs 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 émoi.

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



© Bestjobers

## 6. S'aventurer au sport d'hiver à la mer !



© Globusliebe

On file to schuss à la mer ! Grand bol d'air pur assuré. On teste le Ice Swimming à Plouha, une nage en pleine mer et sans combi. Islandais, Russes, Finlandais sont accros. Sur la Côte des Abers, on part à l'assaut de l'Aber Wrac'h et l'Aber Benoît, fjords bretons. Voir le phare de l'Île Vierge depuis l'eau, c'est renversant. Pour faire sa thalasso en pleine mer, on mise sur la marche aquatique : on enfile sa combinaison, ses chaussons en néoprène pour garder les pieds au chaud. On se laisse masser par l'eau sur la Riviera Bretonne à Cap-Coz, à Saint-Lunaire ou aux abords de la plage de Trestaou face à l'Archipel des 7 îles. Char à cerf-volant, char à voile ou kite surf font planer les plus sportifs pour allier vent et mer. Quel que soit le sport, on en sort avec les idées claires, re-boostés pour l'hiver !

*EN SAVOIR* + [5 sports d'hiver à pratiquer à la mer](#)