LE GUIDE DES ACTIVITÉS NAUTIQUES

LE GUIDE POUR FAIRE LE PLEIN D'IDÉES SUR TOUTE LA DESTINATION







« Dinga Can Frébal » act un tarritaire maritime qui offre des espaces et

« Dinan Cap Fréhel » est un territoire maritime qui offre des espaces et des plans d'eau de nature différente, pour des pratiques diversifiées :

Le littoral

Sur près de 75 km de **Saint-Jacut de la Mer à Sables-d'Or-Les-Pins**, se succèdent de larges baies abritées des vents dominants. Elles offrent en toutes conditions des espaces plus ou moins exposés - propices aux grands bords de glisse.

La **Baie de Beaussais** est très appréciée par les « kiters » de tous niveaux, qui peuvent profiter d'une orientation des vents adéquats et une faible profondeur d'eau.

A Saint-Jacut, l'archipel des Ebihens, son semis de roches et de bancs de sable forment des paysages changeants et de toute beauté.

Avec son port de plaisance accessible à toute heure de la marée, **la Baie de Saint-Cast**, vierge de tout écueil, est particulièrement propice à la voile habitable ainsi qu'à la voile légère...

A l'ouest du cap Fréhel, les plages accueillent également des activités nautiques en tous genres, dont le surf.



La Rance, comme une mer intérieure :

Sur ce vaste bassin de navigation, on distingue : **la Rance maritime**, soumise à l'influence des marées de l'estuaire (barrage de la Rance) jusqu'à l'écluse du Châtelier, **la Rance fluviale** de Saint-Samson-sur-Rance à Dinan et la Rance canalisée, de Dinan à Evran. Le canal se poursuit jusqu'à Rennes.

Pratique : pour connaître les niveaux d'eau en Rance, consulter <u>edf.fr/la-rance</u>, puis l'onglet « marées en Rance »



Pratique : retrouvez les cales de mise à l'eau sur la liaison « Manche Océan » sur le portail de la Région Bretagne : http://kartenn.region-bretagne.fr/kartenn/#

Le canal d'Ille-et-Rance

La navigation sur le canal est libre (interdite de nuit) et gratuite, de mars à octobre (consulter les dates d'ouverture des canaux sur https://voies-navigables.bretagne.bzh/)

7 écluses jalonnent la voie d'eau dans sa partie fluviale et canalisée, de Saint-Samson-sur-Rance à Evran : l'écluse du Châtelier (n°48), l'écluse de Léhon (n°47), de Pont Perrin (n°46), de Boutron (n°45), l'écluse du Mottay, (n°44), l'écluse de la Roche (n°43) et l'écluse à Evran (n°42).

Pratique : en période d'ouverture, les écluses fonctionnent de 9h à 18h30 ou 19h avec une interruption de 12h30 à 13h30. NB : l'ouverture de l'écluse du Châtelier est liée aux horaires de marée et aux niveaux d'eau (tél. 02 96 39 55 66).

J'AI MON MATÉRIEL, OÙ LE METTRE À L'EAU

Plusieurs cales jalonnent la voie d'eau

Port de Dinan : rive droite,

Lanvallay (stationnement compliqué)

- Port de Lyvet : rive droite,

La Vicomté-sur-Rance

- Cale de Mordreuc : rive droite,

Pleudihen-sur-Rance

Site de la Plaine : rive gauche, Taden

- Cale de Plouër-sur-Rance : rive gauche

- **Grève du Roué** : rive gauche

Langrolay-sur-Rance

mer: www.kayakalo.fr

Pour savoir où mettre à l'eau son kayak de

- En mer
- **Plage de la Banche** : côté Ouest de la Presqu'île de Saint-Jacut-de-la-Mer
- Port de la Houle Causseul : côté Est de Saint-Jacut-de-la-Mer (Baie de Beaussais)
- **Plage du Rougeret** : descente vers plage
- à Saint-Jacut-de-la-Mer
- Port du Guildo : au niveau du quai du Guildo
- **Cale de Canevez** : extérieur au port de plaisance de Saint-Cast-le Guildo payant
- Cale de l'anse du Croc : plage de l'anse
- à Pléhérel Plage Fréhel

Le lac de Bétineuc

A deux pas du canal et du port d'Evran, le lac de Bétineuc, d'une superficie de 40 ha, mêle ses eaux avec celles de la Rance et permet des activités nautiques (13) ouvertes à tous sur un plan d'eau paisible : kayak, optimist, dériveur, catamaran et voilier collectif.

Le lac de Dolo

Petit plan d'eau situé à 3 km du bourg de Jugon-les-Lacs équipé d'un téléski nautique. Le pratiquant est relié à un câble mis en mouvement par un moteur électrique permettant une vitesse de 28 km/heure.

Wake-board, ski nautique, knee-board.

Le lac de Jugon

Ce vaste plan d'eau (60 ha) alimenté par l'Arguenon est navigable et dispose de la « station sports nature » qui propose des activités nautiques en milieu protégé : dériveur, catamaran, kayak, paddle, pédalo...

L'ESPACE MER

Les activités nautiques sont présentées au sein de « l'Espace Mer » de Dinan Cap Fréhel. Initiée par Nautisme en Bretagne*, cette démarche vise des prestations de qualité, en ce qui concerne l'encadrement, le matériel ainsi que les conditions de pratique.

Les activités sont présentées selon 3 approches, de manière à convenir à toutes les demandes :

- « découverte » : de courte durée, ces activités sont accessibles à tous, avec des embarcations à prise en main rapide.
- « coaching » : il s'agit de prestations individualisées, dispensées par un encadrant qualifié, permettant l'initiation et la prise en main progressive d'un engin.
- « sport » : ces activités ont pour but le perfectionnement, elles se font avec des engins plus techniques et mobilisent davantage le pratiquant.
 - La location permet une pratique en toute autonomie.
- Les « balades et randos nautiques » sont des balades accompagnées par un encadrant qualifié. Elles ont pour but la découverte du milieu maritime quel que soit le support.



* Nautisme en Bretagne est une association régionale fédérant les activités nautiques organisées par les nombreux écoles et centres nautiques de la Région et engage des démarches de modernisation et de promotion de la filière

FAIRE SES PREMIERS PAS

A quel âge commencer?

On conseille généralement de commencer une activité nautique vers 5/6 ans, l'âge où les enfants savent nager et sont à l'aise dans l'eau.

Des formules adaptées aux plus petits, comme le « jardin des mers » ou le « club des moussaillons » permettent une initiation en douceur. Plusieurs activités sont proposées au cours d'un stage, comme une sortie en voilier collectif ou une séance de découverte du milieu marin... où le jeu favorise les premiers apprentissages. Certaines structures nautiques disposent également de matériel adapté aux tout-petits.

LE GUIDE DES ACTIVITES NAUTIQUES | DESTINATION DINAN-CAP FREHEL 5

LES ACTIVITÉS DE PAGAIE

Les activités de pagaie comme le kayak ou le paddle sont très faciles d'accès sur le plan technique et procurent le plaisir d'une activité physique dans l'environnement marin.

Centre Nautique Rance-Frémur

Terrain de l'enclos. 22213 PLOÜER-SUR-RANCE

Tél. 02 96 86 95 30/06 78 01 72 50

Activité : kayak de mer, paddle. Cours. Balades nautiques accompagnées. Location.

Tarif : à partir 14€ pour une 1h de location de kayak monoplace Ouvert de mars à décembre.

_

Club canoë-kayak de la Rance

13, rue du Four. 22118 LANVALLAY

Tél. 02 96 39 01 50 - cckrance@yahoo.fr

Découverte et pratique sportive du canoë, du kayak et du paddle. Location. Balade et rando nautique sur la Rance fluviale. Sorties "apéro".

Tarif : à partir de 10€ pour une personne pour 1h de location de kayak.

Ouvert du 15 juin au 15 septembre.

Chill in Rance

Cale de Plouër. 22213 PLOÜER-SUR-RANCE

Tél. 07 67 97 64 92/ 06 64 80 25 22

Location de kayaks et stand-up paddles à l'heure, à la demi-journée ou à la journée. Navigation en Rance maritime et fluviale.

Tarif : à partir 15€ pour une 1h de location de kayak monoplace ou SUP Ouvert d'avril à septembre.

Fauméa Stand Up Paddle & Yoga

LE MINIHIC-SUR-RANCE

Tél. 06 24 68 08 26 - contact@faumeasupyoga.com

Balades nautiques accompagnées sur la Rance maritime. Cours individuels et collectifs ; activité itinérante.

Tarif : à partir de 35€ pour une séance encadrée de 2h.

Ouvert d'avril à octobre

3 Canoë-Kayak Club de Plancoët

Allée des vergers. 22130 PLANCOËT

Tél. 02 96 84 16 12/06 17 76 37 99 - www.plancoet-canoekayak.org

Stages, sorties accompagnées, en rivière et en mer. Location en rivière (Arguenon) et sur le lac de Pléven.

Tarif : A partir de 20€ pour la descente de l'Arguenon de Plancoët au port du Guildo. Ouvert d'avril à octobre.

29 Cap à l'Ouest

22130 SAINT-LORMEL

Tél. 06 66 56 94 02 - www.cap-a-louest.bzh

Balades nautiques accompagnées en kayak en baie de l'Arguenon et en Rance. Accompagnement assuré par un guide diplômé, matériel et équipement fournis. Accessible à tous niveaux. Tarif : A partir de 25€ pour une balade de 2h. Ouvert toute l'année.

32 Emeraude kayak

Plage de la Mare 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO

Tél. 06 80 04 39 37 - www.emeraudekayak.fr

Location et balades nautiques accompagnées en kayak et canoë à Saint-Cast-le Guildo (plage de la Mare. Location kayaks équipés "pêche".

Tarif : A partir de 12€ pour la location d'un kayak monoplace 1h. Ouvert en juillet et août.

Les canoës du Guildo

Rue des quais. Port du Guildo. 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO Tél. 06 61 69 75 78 - contact@canoe-kayak-saint-cast-le-guildo.com

Location kayak et paddle sur l'Arguenon maritime.

Tarif : à partir de 25€ pour un kayak 1 place, pour 2h de location.

Fonctionnement aux heures de marées hautes.

Ouvert de fin juin à septembre.

Mais aussi :

- Armor Surf School (page 7) : location de paddle à partir de 15€ pour 1h30.
- Storm Surfing (page 7): location de paddle à partir de 10€ pour 1h.
- Station Sports Nature (page 8) : location de paddle à partir de 10€ pour 1h.
- La plupart des centres nautiques (page 8) proposent de la location de kayaks et paddles.
- LE GUIDE DES ACTIVITES NAUTIQUES | DESTINATION DINAN-CAP FREHEL



LA GLISSE

Le kitesurf, le surf ou le wake board sont devenus très tendance ces dernières années et de nouvelles activités se développent comme le wing foil et le wind foil.

Le surf

Armor Surf School

Plage des grèves d'en bas. 22240 PLÉVENON Tél. 06 22 14 42 80 - armorsurfschool@gmail.com

Ecole de surf du Cap Fréhel au Cap d'Erquy. Cours de surf tous niveaux; Initiation, stages coaching, balades en Stand Up Paddle, location de matériel (surf, bodyboard, palmes) Tarif : à partir de 35€ la séance découverte. Ouvert de mars à décembre.

5 Storm Surfing

Plage des grèves d'en bas. 22240 PLÉVENON Tél. 06 65 20 67 35 - ecole@storm-surfing.fr.

Ecole de surf, stages, cours particuliers tous niveaux. Location (surf, paddle) Tarif : à partir de 35€ pour un stage de 2h. Ouvert d'avril à novembre.

Surf Harmonu

Plage de Longchamp. 35800 SAINT-BRIAC-SUR-MER Tél. 06 16 13 48 08 - surfharmony@gmail.com

La 1ère école de surf de la Côte d'Emeraude vous accompagne en cours, stage ou location de surfs, paddles et bodyboards.

Tarif: à partir de 40€ pour un cours de surf (1h30). Ouvert d'avril à novembre.

Le kitesurf

8 Kitecenter 22

Maison de la mer. Rue du port. 22430 ERQUY

Tél. 07 83 33 57 95

Ecole de kitesurf, wingfoil, windfoil

Tarif : à partir de 110€ la séance découverte. Ouvert d'avril à novembre.

© Club nautique de Saint-Jacut-de-la-Mer

Port de la Houle Causseul. 22750 SAINT-JACUT-DE-LA-MER Tél. 06 74 35 49 24

Cours de kitesurf (initiation, perfectionnement, activité à l'année) en baie de Beaussais. Encadrement assuré par un moniteur diplômé et expérimenté. Matériel et équipement fournis.

Ouvert de mars à novembre.

Le wakebord/kneeboard/ski nautique/wake skate

BZH Wake Park

Etang du Lou. 22270 DOLO Tél. 09 72 86 25 59.

bzhwakepark@gmail.com

Découvrez le ski nautique, le wakebord (téléski nautique) et le kneeboard. Espace restauration.

Tarif : à partir de 20€ pour 1h pour les - de 18 ans. Ouvert d'avril à octobre.

LES ACTIVITÉS DE VOILE

La plupart des centres nautiques proposent des activités de « voile légère » : organisées sur des embarcations légères (sans quille, c'est l'individu qui fait le lest), elles promettent au barreur et à son équipier une navigation tonique, au plus près de l'eau et du vent. Déclinées sur différents supports (catamaran, dériveur, planche-à-voile...) elles sont propices à l'initiation comme au perfectionnement.

Centre Nautique de Fréhel

Bd de la mer. Sables-d'Or-les-Pins. 22240 FRÉHEL

Tél. 02 96 41 55 47. cnfrehel@gmail.com

Activités nautiques : dériveur, catamaran, planche à voile, paddle, char à voile, wingfoil. Club de plage. Stages, cours particuliers, balades nautiques. Location. Résa en ligne Tarif: à partir de 39€ pour 1h de location de catamaran. Ouvert toute l'année.

LE GUIDE DES ACTIVITES NAUTIQUES | DESTINATION DINAN-CAP FREHEL



Labellisé Ecole Française de voile.

Le port/Point plage (grande plage). 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO

Tél. 02 96 41 86 42/02 96 41 71 71.

contact@centre-nautique-saint-cast.fr

Activités nautiques (dériveur, planche à voile, catamaran, voile habitable, voilier traditionnel) Location (paddle, kayak, fun board). Stages. Cours particuliers. Le Dragous voilier traditionnel (sorties d'avril à octobre)

Tarif: à partir de 35€ pour 1h de location de catamaran pour les 12-14 ans. Ouvert toute l'année.

Ecole de voile Vitavoile

Plage de Pen Guen. 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO Tél. 06 72 93 89 83.

Stages, cours particuliers, location (planche à voile, catamaran, voilier collectif). Location (paddle, planche à voile, bateau moteur, wakeboard, kayak, voilier collectif).

Tarif : à partir de 50€ pour 1h de location de catamaran avec spi.

Ouvert du 25 juin au 4 septembre.

Club Nautique de Saint-Jacut-de-la-Mer

ZA des basses terres. 22750 SAINT-JACUT-DE-LA-MER Tél. 06 83 67 35 32

Activités nautiques (catamaran, planche à voile, char à voile, paddle). Stages, cours particuliers, location.

Tarif: à partir de 51€ pour 1h de location de catamaran. Ouvert toute l'année.

Centre Nautique Rance-Frémur

Terrain de l'enclos. 22213 PLOÜER-SUR-RANCE Tél. 02 96 86 95 30/06 78 01 72 50

Activités nautiques : dériveur, catamaran, kayak, paddle. Stages. Balades et randos nautiques en kayak. Location.

Tarif : à partir de 16,70€ pour une location de dériveur à la demi-

Ouvert de mars à novembre.

Centre Nautique de Bétineuc

Bétineuc. 22274 SAINT-ANDRÉ-DES-EAUX. Tél. 02 96 27 45 52 / 06 80 30 32 27

Activités nautiques : dériveur, catamaran, canoë, kayak. Stages, cours particuliers, location. Balades accompagnées en kayak sur le canal d'Ille et Rance.

Ouvert en été et pendant les vacances scolaires.

13 Station Sports Nature

Le bocage. 22270 JUGON-LES-LACS

Tél. 02 96 31 67 04

stationsportsnature.wixsite.com/jugon22

Activités nautiques: dériveur, catamaran, kayak, paddle, pédalo. Stages, cours particuliers,

Tarif: à partir de 17€ pour la location d'un pédalo pour 1h.

Ouvert toute l'année.

LE CHAR À VOILE

33 Avel Char à Voile

4, bd du bord de mer, Baie du Mont-Saint-Michel. 35120 HIREL Tél. 06 03 27 18 76 / 06 81 24 52 33.

avelchar@laposte.net

Stages, cours particuliers, location.

Tarif: 20€ par personne pour une séance d'1 h.

Ouvert du 9 février au 18 novembre.

Mais aussi:

- Centre nautique de Fréhel (page 7) : 30€ par personne pour une séance d'1h30.
- Club nautique de Saint-Jacut (page 8) 06 47 85 03 49 : à partir de 30€ par personne pour une séance de 2h.





EXCURSIONS MARITIMES ET FLUVIALES

La Rance

18 Le Jaman V

6 rue du Quai, Port de Dinan. 22100 DINAN

Tél. 02 96 39 28 41

Croisière commentée d'une heure vers Léhon. A voir en chemin : l'écluse de Léhon, l'Abbaye saint Magloire, les vieux ponts de Dinan et Léhon... .

Tarifs: 13,50€ pour les adultes et 5,50€ de 2 à 15 ans.

Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer.

19 Croisières Chateaubriand

Gare Maritime, Barrage de la Rance. 35800 DINARD

Tél. 02 99 46 44 40

Au départ du barrage de la Rance, sorties en Rance maritime et croisières déjeuner. Tarifs : à partir de 22€ pour les adultes et 8€ de 4 à 15 ans Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer. Ouvert d'avril à mi-octobre.

Le Maltess

Port du Lyvet. 22100 SAINT-SAMSON-SUR-RANCE Tél. 02 96 39 28 41.

Embarquez à bord du Maltess pour un repas à quai, vue sur Rance (cuisine traditionnelle - 5 menus), après une balade apéritive sur la Rance à bord du Jaman V.

Tarifs : à partir de 49€ pour les adultes et 23€ pour les - de 12 ans. Billetterie au bureau de Dinan.

Ouvert d'avril à octobre.

21 La compagnie Corsaire

Tél. 0825 138 100

Excursions en Rance et en mer pour Saint-Malo, Dinan, le Cap Fréhel... au départ de Saint-Cast-le Guildo, Dinan, Saint-Malo et Dinard

Pour les traversées sur la Rance tarifs à 28.30€ pour les adultes et 17€ pour les 3 à 15 ans. Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer. Ouvert d'avril à mi-octobre.

En mer

Emeraude Émotions

Bureau du port. 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO

Tél. 06 23 73 39 56

contact@emeraude-emotions.com.

Sur un semi-rigide de 12 places, balades commentées vers des sites de toute beauté comme le cap Fréhel, le Fort la Latte et les Ebihens...

Tarif': à partir de 30€ pour une sortie découverte sur la Côte d'Emeraude (1h30). Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer. Ouvert d'avril à octobre.

22 49ème Parallèle navigation

Rue du Port 22430 Erquy

Tél. 06 66 24 86 20

49emeparallele@gmail.com

Au départ d'Erquy, promenade en mer, location de bateaux (semi-rigides), bouée tractée, wakeboard, e-foil...

A partir de 29€ pour une balade en mer de 2h.

Ouvert d'avril à novembre

Les Vedettes de Bréhat

Pointe de l'Arcouest. 22620 PLOUBAZLANEC

Tél. 02 96 55 79 50

brehat-compta@wanadoo.fr

Découvrez Bréhat, l'île aux fleurs et aux rochers roses, nichée au coeur de l'archipel. Traversées directes, tour de l'île depuis la pointe de l'Arcouest ou du port d'Erquy Tarifs : 10,30€ pour les enfants à partir de 8,80 € à partir de 4 ans. Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer.

Toute l'année depuis la pointe de l'Arcouest.

25 Condor Ferries

Terminal Ferry du Naye, BP 30651. 35406 SAINT-MALO CEDEX

Tél. 0825 1325 135 (0,15€/min)

info@morvanvoyages.com

Excursion journée vers les îles de Jersey et Guernesey.

Tarifs : à partir de 49,90€ pour les adultes et 24,90€ pour les 4 à 15 ans. Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer. Ouvert toute l'année.

21 La compagnie Corsaire

Tél. 0825 138 100

Propose des excursions sur la Rance et sur la manche pour Saint-Malo, Dinan, le Cap Fréhel... au départ de Saint-Cast-le-Guildo, Dinan, Saint-Malo et Dinard Tarifs : à partir de 8€ pour les adultes et 5,40€ pour les 2 à 12 ans. Billetterie dans les bureaux de Dinan, Fréhel, Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut-de-la-Mer.



Ouvert d'avril à mi-octobre pour les traversées en mer.

OÙ LOUER MON BATEAU

Les centres nautiques assurent, à travers leur offre de location, une surveillance du plan d'eau et une assistance en cas de besoin : idéal pour vos premiers pas en autonomie. Cf. la rubrique "les activités de voile"

Un bateau à moteur ?

Faut-il un permis ? Le permis bateau sera exigé pour piloter un bateau de plaisance à moteur dont la puissance du moteur est supérieure à 4.5 kW (soit 6 CV).

26 Dina'Via

Rue du Quai, Port de Dinan - 22100 DINAN

Tél.: 06 21 14 16 70 agence@dinavig.com

Depuis le port de Dinan, partez à la découverte de la Rance à bord de nos bateaux électriques sans permis. De 5 à 9 places, vous pourrez partir pour une balade d'une heure à la journée.

Tarif : à partir de 35€/h

23 Balades sur Rance

La Hisse. 22100 SAINT-SAMSON-SUR-RANCE Tél. 06 70 80 24 17

baladessurrance@orange.fr

Location de bateaux électriques (sans permis), de kayaks (sit in top), paddles. Navigation sur la Rance fluviale. Nouveauté 2022 : location de paddles à propulsion électrique "trottinettes des mers" et vélos aquatiques !

Tarif : à partir de 15€ pour 1h de kayak ou paddle, 35€ pour un bateau sans permis Ouvert d'avril à novembre

LES NUMÉROS DES BUREAUX DES PORTS

- Port de Dinan :

02 96 39 56 44 - 06 11 43 51 52

- Port du Lyvet - La Vicomté-sur-Rance :

02 96 83 35 57

- Port de Plouër-sur-Rance :

02 96 86 83 15

- Port de Saint-Cast-le Guildo :

02 96 81 04 43

Port de La Houle Causseul - Saint-Jacut-de-la-Mer :

06 29 31 09 00

- Port de La Hisse à Saint-Samson-sur-Rance :

02 96 39 16 05

LA PÊCHE EN MER OU AU BORD

Plusieurs prestataires de pêche en mer proposent des sorties découverte ou sportive sur la côte d'Emeraude. Avec eux, ayez l'assurance de ne pas revenir bredouille!

36 Fish & Sea

34 rue de la carquois. 22240 FRÉHEL Tél. 06 81 78 95 69.

claudelechvien:@orange.fr

Fish & Sea vous propose d'explorer les merveilles et les ressources d'Erquy à Saint-Castle-Guildo, de la côte au large, accompagné d'un guide de pêche expérimenté et diplômé. Tarif : à partir de 70€ pour la pêche côtière. Ouvert toute l'année

34 Pêche Passion

22430 ERQUY

Tél. 06 32 77 84 82.

jeanluc.ivain@gmail.com

Pêche en mer avec un moniteur quide de pêche diplômé (3h, 6h, 8h) pour découvrir, vous initier, vous perfectionner.

Tarif : à partir de 70€ pour une sortie baptême de 3h Ouvert d'avril à octobre.

Pêche Évasion en Mer ou du Bord

22430 ERQUY

Tél. 06 09 17 55 94.

evasion-22@orange.fr

Pêche en mer en bateau de 2h, 4h, 6h et 8h. Pêche du bord de mer de 3h ou 5h accompagnée par un moniteur quide de pêche. Du débutant au confirmé. Tarif : à partir de 50€ pour la pêche en mer et à partir de 75€ pour la pêche du bord de mer. Ouvert toute l'année.

37 Emeraude Sensation Pêche

22770 LANCIEUX

Tél. 06 40 65 31 02.

contact@emeraude-sensation-peche.fr

Découvrez la pêche sportive en mer au coeur de la côte d'Emergade. Du débutant au confirmé, à partir de 5 ans. Départs de Lancieux, Saint-Briac et Saint-Cast-le-Guildo. Tarif : séance de 2h 200€ pour 4 pers et 150€ la 1/2 journée pour 1 pers. Ouvert toute l'année.

38 Cap Fréhel Pêche Nature

22370 PLÉNEUF-VAL-ANDRÉ

Tél. 06 13 70 03 15.

capfrehel-pechenature@gmail.com

Venez vous initier, vous perfectionner à la pêche en mer ou depuis le littoral. Prestations adaptées en fonction de votre niveau et de vos attentes.

Tarif : à partir de 60€ pour un baptême de 3h.

Ouvert toute l'année.

LA MARCHE DANS L'EAU

La marche aquatique allie l'activité physique et les bienfaits de la mer, pour une sensation de bienêtre sans s'éloigner du rivage.

28 Les Pingouins Castins

Grande plage. 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO.

Tél. 06 62 95 80 75

catherinebossuyt@orange.fr.

La marche aquatique de santé en mer propose toute l'année, 4 séances collectives par semaine, sur la grande plage de Saint-Cast. Tarif : 20€ la séance avec prêt d'équipement. Ouvert toute l'année.

46 Sourire.Today

22650 BEAUSSAIS SUR MER.

Tél. 07 82 34 07 01

contact@sourire.todau.

Une combi et hop c'est parti pour une heure de marche et d'exercices dans l'eau de mer avec Yasmina maître-nageur sauveteur. Tarif : 7 à 11€ pour un cours d'1h (non abonné). Ouvert toute l'année.

LE GUIDE DES ACTIVITES NAUTIQUES | DESTINATION DINAN-CAP FREHEL 11

LA VOILE TRADITIONNELLE

Les voiliers traditionnels sont généralement des répliques de voiliers de travail qui faisaient la pêche côtière, ou le transport de marchandises, comme le Dragous à Saint-Cast-Le Guildo et la Sainte-Jeanne à Erquy. Ces navires sont manœuvrés par des skippers professionnels qui peuvent inviter les passagers à participer aux manœuvres.

🍱 Le Dragous - Centre Nautique de Saint-Cast-le Guildo

Labellisé Ecole Française de voile.

Le port/Point plage (grande plage). 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO

Tél. 02 96 41 86 42/02 96 41 71 71

contact@centre-nautique-saint-cast.fr

Le Dragous voilier traditionnel. 8 places

Tarifs : 35€ pour les adultes et 25€ pour les - de 18 ans pour une séance de 2h30. Billetterie dans les bureaux Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut de la Mer.

Ouvert de Pâques à la Toussaint.

31 Excursions en mer à bord du Renard

Cale de la bourse. 35400 SAINT-MALC Tél. 02 99 40 40 72 / 06 77 08 62 54

individuel@etoile-marine.com

Au départ de Saint-Malo, embarquez à bord d'un voilier traditionnel d'exception. Découvrez la baie et l'histoire des corsaires et participez aux manoeuvres.

Tarifs: 37€ pour les adultes et 22€ pour les enfants pour une balade de 3h. Billetterie dans les bureaux Saint-Cast-le Guildo et Saint-Jacut de la Mer. Ouvert d'avril à octobre.



LA VISITE D'UN NAVIRE ANCIEN

39 L'étoile du Rou

Chaussée des corsaires. 35400 SAINT-MALO Tél. 02 99 40 48 72

saintmalo@etoile-marine.com

Visite à quai d'une réplique de frégate corsaire 3 mâts de 1745.

Tarif : à partir de 6€ pour une visite libre. Ouvert de novembre à mars.

LA PLONGÉE SOUS-MARINE

La plongée

Histoire d'Eau Plongée

Maison de la mer .Port d'Erquy. 22430 ERQUY Tél. 06 81 50 65 24 / 02 96 72 49 67

contacts@histoiredeauplongee.com

L'école de plongée propose des initiations, baptêmes, randonnées palmées, formations et explorations adaptées à chaque niveau.

Tarif : à partir de 55€ pour le baptême en mer. Ouvert du 1 er avril au 20 novembre.





BALADES NAUTIQUES ACCOMPAGNÉES

En toute sécurité grâce à un encadrement qualifié.

Plusieurs professionnels organisent des « balades et randos nautiques ».

Ces balades accompagnées par un professionnel "auide nautique" diplômé d'Etat, vous emmènent à la découverte de l'environnement et du patrimoine maritime avec des embarcations variées et respectueuses de l'environnement.

Plusieurs propositions de « balades et randos nautiques » sont disponibles :

- balade en kayak sur la Rance maritime (Plouër-sur-Rance) 6
- balade en kayak sur l'Arguenon et sur la Rance avec Cap à l'Ouest 29
- navigation en Baie de Saint-Cast en voilier traditionnel (Saint-Cast-Le Guildo) 45
- rando nautique accompagnée en paddle sur la Rance maritime 2
- descente de l'Arquenon en kayak 3
- balade en kayak sur la Rance fluviale (Lanvallay) 🚨
- balade nautique sur le littoral avec Emeraude kayak 32

D'autres balades accompagnées sont proposées par plusieurs clubs, comme à Fréhel 🤒, Plévenon

Plancoët

LE MATÉRIEL ET LES ÉQUIPEMENTS

42 Nord Ouest

2. allée des acacias. Sables-d'Or-les-Pins. 22240 FRÉHEL Tél. 02 96 41 52 70.

contact@sablesdorloisir.com

Location de surf et de paddle. Magasin d'articles de plage et de sports de glisse (surfs, windsurfs, combinaisons néoprène...).

43 Comptoir de la Mer

Port de plaisance. 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO Tél. 02 96 41 88 24.

Matériel de pêche et nautisme. Vente d'articles sports nautiques, vêtements marins, déco et pêche.

44 Rouxel Mer Diffusion

Résidence La Capitainerie, Le port. 22380 SAINT-CAST-LE GUILDO Tél. 02 96 41 90 47.

Prêt-à-porter, pêche, accastillage.

45 DB Marine

25, rue du lac. Sables d'Or les Pins. 22240 PLURIEN Tél. 02 96 41 42 32.

Chantier naval, vêtements marins, accastillage, pêche.

41 Comptoir de la Mer

88, rue du port. 22430 ERQUY

Tél. 02 96 72 32 39.

Matériel de pêche et nautisme. Vente d'articles sports nautiques, vêtements marins, déco et pêche.



Respect de l'environnement

Certaines activités nautiques, considérées comme non polluantes car non motorisées et à faible impact sur l'environnement, peuvent cependant provoquer des dérangements sur la faune et la flore. Ainsi, en kayak ou en paddle, longer de trop près le rivage peut gêner les oiseaux qui s'y abritent...



Pour préparer vos navigations, n'oubliez pas de vérifier la

www.meteofrance.com/previsions-meteo-marine/marine/



En cas de problème

shop

Numéro national d'urgences en mer : 196





BATEAU A BORD DU JAMAN V

balades commentées d'1h le long de la Rance au départ de Dinan.





DEPUIS SAINT-CAST en direction du Cap Fréhel ou de Saint-Malo



croisière sur la Rance maritime au départ de la Richardais. Croisières et repas croisière.



voyage en ferry de Saint-Malo en Bretagne vers Jersey, Guernesey



Croisières au large d'Erquy, autour de l'archipel de Bréhat ou de l'archipel des



LES VEDETTES DE

Croisière pour découvrir les îles de Bréhat. Billetterie uniquement au bureau de Fréhel



Excursions en semi-rigide pour (re) découvrir la Côte d'Emeraude.





Embarquez pour un repas à quai, vue sur la Rance fluviale après une balade apéritive à bord du Jaman V. Cuisine traditionnelle (5 menus).



Initiation à la voile traditionnelle au départ de Saint-Cast-le-Guildo.



Au départ de Saint-Malo, embarquez à bord d'un voilier traditionnel. Découvrez la baie et l'histoire du côté corsgire

Nos 7 bureaux d'information touristique «

DINAN

9 rue du Château 22105 Dinan

Ouvert toute l'année

FRÉHEL

Place Chambly 22240 Fréhel

Ouvert toute l'année. sauf janvier

PLÉVENON

3 rue du Cap 22240 Plévenon

Ouvert d'avril à septembre

MATIGNON

Place du Général de Gaulle 22550 Matignon

Ouvert d'avril à octobre

PLANCOËT

1 rue des venelles 22130 Plancoët

Ouvert d'avril à octobre

SAINT-CAST-LE GUILDO

Place du Général de Gaulle 22380 Saint-Cast-le Guildo

Ouvert toute l'année

SAINT-JACUT-DE-LA-MER

Lotissement du Châtelet 22750 Saint-Jacut-de-la-Mer

Ouvert toute l'année

NOS POINTS INFORMATION OUVERTS UNIQUEMENT **EN JUILLET ET AOÛT:**

Sables-d'Or-les-Pins et Plouër-sur-Rance

DINAN CAPFRÉHEL TOURISME

RETROUVEZ TOUTES LES ACTIVITÉS NAUTIQUES SUR NOTRE SITE INTERNET





WWW.DINAN-CAPEREHEL.COM RUBRIQUE "SUR PLACE"

INFORMATION & CONSEIL

DINAN CAP-FRÉHEL TOURISME

0 825 95 01 22

9, rue du château BP 65 261 22105 DINAN Cedex