

TOUT  
commence  
en FINISTÈRE

# CARNET DE VOYAGE

Pointe du Raz  
destination Cap-Sizun



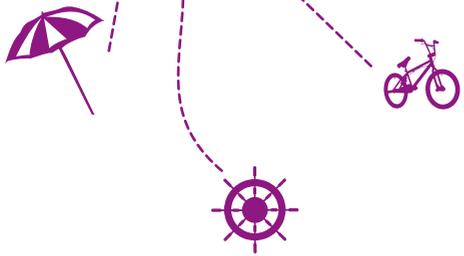
2014





# CARNET DE VOYAGE

## Balade au bout du monde !



**E**nfin ! Je vais pouvoir découvrir enfin la mythique pointe du Raz, carte postale du tonton Louis qui me faisait rêver, gamin. Le client brestois était pressé mais semblait intéressé, il avait d'ailleurs accepté de garder les échantillons. Du coup, j'avais une journée de rab avant mon rendez-vous à Nantes.

L'occasion ou jamais : Géraldine et les enfants pourraient m'en vouloir pour cette escapade buissonnière en solitaire, mais quand il s'agit de repérage pour d'éventuelles vacances, je suis prêt à tout...

Châteaulin, Douarnenez – tiens, bizarre ce panneau Bienvenue en Cap-Sizun, qu'est-ce que c'est le "Cap-Sizun" ? –, Confort-Meilars, Pont-Croix, ah, c'est bon, encore une demi-heure et je suis à la pointe du Raz...

### "Cap sur les embruns"



GREAT EXPERIENCES  
begin  
INFINISTÈRE

## Bienvenue en Cap-Sizun

Welcome to Cap-Sizun  
Herzlich willkommen am Cap-Sizun

Cap-Sizun historique ..... Quel héritage !	4
Le Cap-Sizun en vert et bleu..... La force d'une nature préservée	8
Une journée à Sein..... Petite île, grande aventure	15
Le grand bleu ..... Sans vague à l'âme !	18
Les plaisirs du terroir ..... Entre terre et mer	22
En famille ..... Le bon plaisir de chacun	24
L'été sera chaud ..... À fond la fête	26
Plaisirs variés ..... Une palette étendue	28
Plein les mirettes ..... Le Cap-Sizun inspire les artistes	30



## CARNET DE VOYAGE

# Cap-Sizun historique Quel héritage !



Un four à goémon

*J'ai cru à un vestige néolithique ! Jusqu'au <sup>xx</sup>e siècle, il servait à brûler le goémon séché pour en extraire la soude et l'iode. La côte sud en est constellée. La technique revit à l'occasion de la Fête du goémon (p. 27).*

**D**e passage en Bretagne pour le boulot, il voulait faire un crochet par la pointe du Raz. L'affaire de quelques heures, avant de repartir vers l'est...

### Quand le hasard...

En panne ! Le garagiste est formel : rupture du machin-truc de l'arbre à cames, le temps de commander la pièce, compter deux jours. Et j'ai de la chance paraît-il. C'est vrai : au siège, ils ont été compréhensifs, et j'ai trouvé facilement à me loger... Mais du coup, je n'aurai jamais assez de temps pour voir la pointe du Raz... Je décide de prendre les choses du bon côté et de visiter cette ville où le hasard m'a amené.

### ... fait plutôt bien les choses

On ne le voit pas de la route, mais Pont-Croix recèle des **trésors patrimoniaux**. J'y découvre un centre historique aux façades anciennes, une église du <sup>xiii</sup>e siècle aux caractéristiques architecturales uniques, dont le clocher, le porche et les vitraux sont magnifiques, un "marquisat" plein de charme et d'incroyables ruelles



### La grande rue Chère

*L'accès le plus direct à l'ancien port de Pont-Croix ! Un incontournable, à "dévaler" ou à "escalader", au hasard de l'exploration du labyrinthe des venelles. Quelques kilomètres en aval, et c'est le port d'Audierne (photo de gauche), dernière étape avant l'océan.*

terriblement pentues : je suis ici sur une colline escarpée qui domine le Goyen, discret cours d'eau qui se transforme entre Pont-Croix et Audierne en une majestueuse ria soumise à l'influence des marées.

### Le jour d'après...

J'ai dégoté un vélo, une carte, je pars voir la mer ! L'ancien chemin de halage du Goyen est de tout repos, comme les quais du port d'Audierne-Plouhinec et sa forêt de mâts. Ensuite ça monte sec, et m'apparaît alors l'immensité de la baie d'Audierne. La grande plage qui s'étire entre Audierne et Esquibien ressemble à une carte postale : les enfants seraient ravis...

### Visites guidées (juillet-août)

Et toute l'année sur réservation

#### • Audierne

**Le vieil Audierne**

Cap Accueil. Tél. 02 98 70 28 72

#### • Beuzec-Cap-Sizun

**Le circuit des Korrigans**

Office de tourisme. Tél. 02 98 70 55 51

#### • Clédén-Cap-Sizun

Chapelle Saint-They. Tél. 02 98 70 61 33

#### • Plouhinec

**Les sites archéologiques de la pointe du Souc'h**

Office de tourisme. Tél. 02 98 70 74 55

**Visite guidée de la criée de Plouhinec**

Office de tourisme. Tél. 02 98 70 74 55

#### • Pont-Croix

**La Petite Cité de caractère**

Office de tourisme. Tél. 02 98 70 40 38

**Église N.-D. de Roscudon**

Office de tourisme. Tél. 02 98 70 40 38

### Musées, écomusées et sites archéologiques

#### • Audierne

**Musée maritime du Cap-Sizun**

Rue Lesné. Tél. 02 98 70 27 49

*2 000 ans d'histoire maritime à travers le Cap-Sizun. La pêche, les conserveries, la révolution industrielle, le sauvetage en mer. De mi-juin à mi-septembre. Visite guidée groupe, toute l'année sur rendez-vous. [www.museemaritime.fr](http://www.museemaritime.fr)*

#### • Confort-Meilars

**La Forge** - Tél. 02 98 74 51 89

*Visite d'une forge d'un maréchal ferrant et découverte de sa colonie de chauve-souris (grands rhinolophes).*

*Toute l'année, le samedi de 9h à 12h.*

*Du 21 juillet au 23 août : du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 15h à 18h et le samedi de 9h à 12h. Fermé le dimanche.*

#### • Plogoff

**Musée des coquillages et des minéraux**

Tél. 02 98 70 60 54 - En juillet et août

*ouvert tous les jours de 15h30 à 19h.*

#### • Plouhinec

**Centre d'interprétation de Ménez-Drégan**

*Renseignements et informations :*

*office de tourisme de Plouhinec*

Tél. 02 98 70 74 55

*Le centre dévoile les spécificités des sites archéologiques et des hommes qui les ont fréquentés, et présente également les méthodes et les apports de l'archéologie.*

*Juillet et août : ouvert tous les jours*

*Visites guidées pour groupes, scolaires et individuels toute l'année.*

*et individuels toute l'année.*

*Magnifique demeure du <sup>xv</sup>e siècle, animée par l'âme de Bretons du siècle dernier, comme s'ils avaient quitté cette maison pour quelques instants...*

*Les dimanches des petites vacances scolaires (zone A), de 15h à 18h.*

*Du 15/6 au 15/9, t/lj de 15h30 à 18h30.*





### La nef de Notre-Dame-de-Roscodon

Une fois franchi le seuil de l'église de Pont-Croix, à la flèche et au porche surprenants, la nef m'a offert la surprise de son architecture si singulière et la chaleur de ses pierres baignées de la douce lumière des vitraux.

### 450 000 ans

Passés le pont et le port de pêche, voici les zigzags de la route côtière, et son **chapelet de plages** qui s'étire sur huit kilomètres : criques rocheuses, étendues de sable fin, rouleaux prisés par les surfeurs... Et là, pointe du Souc'h, sur le promontoire de



### La Route des moulins

À quelques pas de la Pointe du Milier, au cœur d'une vallée protégée, se dresse un impressionnant moulin à eau qui produit toujours de la farine aux saveurs incomparables. Un peu plus loin sur la côte nord du Cap Sizun, dans l'ancienne école de Goulien, suivez Aëlig qui vous guidera au travers d'une scénographie interactive et ludique pour découvrir toutes les facettes du vent.

#### Moulin de Keriollet à Beuzec Cap Sizun :

D'avril à octobre : ouvert tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 18h.  
Novembre, décembre, février et mars : ouvert tous les jours (sauf le lundi) de 10h à 12h et de 14h à 17h.  
Janvier : ouvert les samedis et dimanches de 10h à 12h et de 14h à 17h  
**Maison du vent à Goulien** : Ouvert du 15 juin au 15 septembre du mardi au dimanche de 14h à 18h et pendant les vacances scolaires.  
Pour le reste de l'année, nous consulter au 02 98 70 04 09.  
**Association Cap sur les moulins.**  
Tél. : 02 98 70 04 09 ou 02 98 70 53 99  
Site : www.moulinscapsizun.com  
**Moulins de Trouguer** : Ouvert en juillet et en août tous les jours sauf lundi et mardi de 15h à 18h.



### Le cairn de la pointe du Souc'h

J'aurais pu tomber sur quelques cailloux épars et un panneau explicatif. Mais ici, au cœur des sites archéologiques de Plouhinec, ce cairn reconstitué du néolithique vaut toutes les représentations 3D.

Menez-Dregan d'où je voulais revoir le vaste océan (et peut-être apercevoir, même de loin, cette chère pointe du Raz, mais elle s'obstine à rester cachée !), je tombe sur un fleuron du **patrimoine archéologique** mondial : il y a ici les vestiges d'une grotte où l'on a découvert parmi les plus anciennes traces de feu entretenu de l'humanité ! 450 000 ans, peut-être plus ! Et ce n'est pas la seule richesse de ce site préhistorique : allée couverte, dolmens et centre d'interprétation me retiendraient bien... Songeur, je regagne Pont-Croix, où j'apprends que la pièce mécanique est arrivée, que la voiture sera prête le lendemain matin... Comme je n'ai pas l'air particulièrement soulagé, le garagiste me regarde bizarrement.

### Le miracle !

C'est inespéré : en voulant me connecter au système d'optimisation des tournées, j'apprends qu'un énorme crash informatique bloque toute l'activité de la boîte ! Paniqué, Giraud me conseille de rentrer, mais j'arrive à l'embobiner : ne suis-je pas idéalement placé – car "tout commence en Finistère" – pour reprendre la prospection "grand Ouest" quand la panne sera réparée ? Et ça marche. Je vais donc pouvoir aller à la pointe du Raz !

### Quelques éléments du patrimoine religieux

- **Audierne**  
Église St-Raymond  
Clocher baroque.
- **Beuzec-Cap-Sizun**  
Chapelles de Sanspez et Lescogan
- **Cléden-Cap-Sizun**  
Chapelle St-They  
Perchée à la pointe du Van.
- **Confort-Meilars**  
Église N.-D. de Confort  
Calvaire, roue à carillon.
- **Église St-Meilars**
- **Esquibien**  
Église St-Onneau  
Chapelles Ste-Évette et Ste-Brigitte
- **Goulien**  
Chapelle St-Laurent-de-Lannourec
- **Mahalon**  
Église St-Magloire  
Chapelle St-Pierre
- **Pont-Croix**  
Église N.-D. de Roscodon  
Son histoire commence au XIII<sup>e</sup> siècle...
- **Chapelle St-Vincent**



- **Plogoff**  
Chapelle N.-D.-du-Bon-Voyage
- **Plouhinec**  
Églises St-Winoc et St-Julien  
Chapelles St-They et St-Tugdual
- **Primelin**  
Église St-Primel  
Chapelle St-Tugen
- **Circuits d'interprétation, visites libres**
- **Route du vent solaire**  
De la pointe du Raz à la pointe de Penmarc'h  
La baie d'Audierne en 13 étapes.
- **Circuit des ports-abris**  
L'histoire de 5 ports-abris  
Sur les communes de Primelin et Plogoff.
- **Audierne**  
"2 000 ans d'activités maritimes"  
Circuit d'interprétation du port d'Audierne.  
Les vieux quartiers de la ville  
Ruelles et venelles.
- **Plouhinec**  
Sentier d'interprétation du patrimoine archéologique  
Plusieurs stations, de la pointe du Souc'h à l'allée couverte de Pors-Poulhan : une plongée dans la préhistoire.
- **Conservatoire des bouées**  
11 bouées et un feu le long de la nouvelle desserte portuaire de Poulgoazec pour découvrir la richesse patrimoniale du balisage des côtes.
- **Pont-Croix**  
"Petits tours dans Pont-Croix"  
Circuit d'interprétation du patrimoine.

## CARNET DE VOYAGE

# Le Cap-Sizun en vert et bleu La force d'une nature préservée



**"Pressé de rentrer chez vous ?" Ce matin, le garagiste me regarde de nouveau d'un air bizarre. "Non, pas du tout !"**

### La Pointe, enfin !

Hilare, je le plante là en démarrant sur les chapeaux de roues : Primelin, l'anse du Loch, Plogoff, Lescoff... j'y suis ! Le parc de stationnement est délimité par des murets de pierres qui rappellent ceux des champs alentours, indispensables coupe-vents pour espérer cultiver quelque chose ici ! D'ailleurs, ça décoiffe aujourd'hui. Après une halte à la Maison du Site, c'est parti pour une petite marche par les sentiers bordés de lande. Il faut encore contourner le sémaphore, au pied duquel on garait sa voiture du temps du tonton Louis...

### Plein la vue !

J'ai le souffle coupé. À cause du vent ? Du paysage ? Le puissant courant du raz de Sein (on est à mi-marée) écume autour des écueils, la mer ondule étrangement, le vertige n'est pas loin. Sensations fortes, dépaysement assuré : la Pointe du Raz est un de ces lieux extrêmes qui résistent à la description. Hors du



Le phare de Tévenec

*C'est l'une des sentinelles du raz de Sein, automatisée au tout début du xx<sup>e</sup> siècle. En effet, il existe nombre d'histoires à propos de cet îlot : certaines m'ont fait sourire, mais beaucoup donnent le frisson.*

### Saint-They à la pointe du Van

*De l'autre côté de la baie des Trépassés, la chapelle Saint-They surplombe le raz de Sein à l'extrême bord de la falaise.*

temps, hors de l'espace... L'île de Sein, étonnamment proche, aligne avec bienveillance les maisons de son bourg. Je me rassure alors, en imaginant des situations familières derrière les fenêtres que révèlent les éclats du soleil. Je reprends mon souffle, je m'intéresse à la nature environnante : celle, fragile, des plantes "pionnières", qui reprend vaillamment ses droits depuis l'opération de réhabilitation du site ; celle, immuable, du paysage grandiose offert par la chaussée de Sein, par le raz entre le phare de la Vieille et l'îlot de Tévenec, et par les sœurs rivales, les pointes du Raz et du Van, enserrant la baie des Trépassés.

## Visites et randos

### Les visites et randonnées accompagnées du Grand Site de France

Sur réservation à la Maison de la Pointe du Raz au 02 98 70 67 18

- **Visite tous publics** : "Raz, conte-moi la Pointe"
- **Visite en famille** : "Le sentier des lutins" (6-12 ans)
- **Randonnée accompagnée\*** à la Baie des Trépassés : "Les trésors de la Baie"
- **Randonnée accompagnée\*** à la pointe du Van : "Les secrets du Van"
- **Randonnée accompagnée\*** à la pointe du Raz : "Le sentier des deux baies"

\*Recommandation : prévoyez de bonnes chaussures

La Pointe du Raz  
en Cap Sizun :  
le seul Grand Site  
de France en Bretagne

### Un Grand Site de France de plus de 2 000 hectares !

En 2004, la Pointe du Raz, avec la Baie des Trépassés et la Pointe du Van, figurait parmi les premiers sites à avoir été labellisés Grand Site de France avec 200 hectares d'espaces naturels protégés.

Depuis l'an dernier, le Grand Site de France "Pointe du Raz en Cap Sizun" s'est agrandi en intégrant les principales falaises du Cap Sizun.

### Qu'est-ce que le label Grand Site de France ?

Le label Grand Site de France a été créé par l'Etat pour garantir l'excellence de la gestion des sites classés de grande notoriété et de forte fréquentation. Il s'agit de lieux emblématiques dont les gestionnaires préservent les caractéristiques paysagères, naturelles et culturelles, en assurant l'entretien et la gestion au quotidien, proposent des activités compatibles avec les qualités patrimoniales, intègrent le développement économique local, veillent à ce que la fréquentation des sites concernés reste compatible avec le caractère patrimonial et les conditions de vie des habitants.

### Unique !

Il s'agit d'un ensemble **unique** en Bretagne de paysages remarquables de plus de 2 000 hectares. L'authenticité du Cap Sizun en fait une destination idéale pour les petites ou grandes randonnées (GR 34) libres ou accompagnées, et pour des séjours d'exception. "Les sentiers des lutins" sont particulièrement indiqués pour la découverte des lieux en famille.

À la Pointe du Raz, le centre d'interprétation invite les visiteurs à découvrir l'exceptionnel patrimoine du Cap Sizun. Un film y est présenté sous forme de carnet de voyage, enrichi de rencontres avec les habitants.

### Infos pratiques

- Horaires et dates d'ouverture de la Maison du Grand Site de France :**
- Du 01/04 au 06/07 de 10h30 à 18h
  - Du 07/07 au 24/08 de 10h30 à 19h
  - Du 25/08 au 28/09 de 10h30 à 18h
  - Du 19/10 au 01/11 de 10h30 à 18h
  - Du 26/12 au 30/12 de 10h30 à 18h

**Accès gratuits aux expositions.**

### Tarifs des visites

Visite accompagnée à partir de 4€ suivant le thème.

Randonnée accompagnée à partir de 6€.

### Accueil et renseignements

**Maison de la Pointe du Raz en Cap-Sizun - Grand Site de France**  
29770 Plogoff. Tél : 02 98 70 67 18  
www.pointeduraz.com  
contact@pointeduraz.com

**Pointe du Millier**  
En juillet et août



## Les pointes... une spécialité du coin

### Le sentier côtier (GR 34)

Selon les endroits, il peut être plus ou moins difficile d'accès, voire franchement vertigineux. Mais on peut aussi s'y promener en toute tranquillité, et il offrira toujours de splendides paysages, comme ici à Menez-Dregan, sur la côte sud.

Différente de la pointe du Raz, la pointe du Van m'impressionne pour ses vertigineux à-pics et ses rochers monumentaux. C'est là, depuis la falaise, que veille la chapelle Saint-They, une des plus emblématiques du Cap-Sizun. L'intérieur est apaisant. Quelques instants de calme dans une nature si belle mais si rude. Sur la côte nord, que se partagent les communes de Cléden, Goulien et Beuzec, j'apprends que Castelmur comme Kastel-Koz sont d'anciens "éperons barrés", des camps retranchés de l'âge du fer. Celle du Millier possède son phare et dans le bois à proximité se cacherait un curieux moulin, Keriolet. Brézellec, Penharn, Luguénez... chaque pointe a sa personnalité, offre son point de vue : qui sur la mer d'Iroise, qui sur les falaises du cap de la Chèvre, qui sur le sommet du Menez-Hom, de l'autre côté de la baie de Douarnenez...



### Le phare du Millier

Perchée sur une des pointes de la côte nord, c'est une maison-phare comme à Tévenec (p. 8), mais tellement plus relax pour son gardien ! La preuve ? Le phare n'a été automatisé qu'en 1993.



### Les événements rando et pédestres

#### 6 avril :

4<sup>e</sup> marathon du Bout du Monde au départ de la Pointe du Raz

#### 25 mai :

2<sup>e</sup> trail du Cap : 14,3 km

#### 1<sup>er</sup> juin :

Cap Rando VTT à Plogoff

#### 3 août :

Rando VTT à Primelin.

#### 6 et 7 septembre :

11<sup>e</sup> rando Santé à Mahalon.

### Crique, rocher, animal... ?

À chaque tournant, chaque passage de crête du GR, un nouveau paysage se révèle aux randonneurs, souvent à couper le souffle. À moins que ce ne soit l'envol soudain d'un oiseau.

## L'offre "rando"

[www.rando.cap-sizun.fr](http://www.rando.cap-sizun.fr)

175 km de sentiers pédestres,  
15 boucles d'itinéraires de promenade et randonnée,  
135 km d'itinéraires VTT,  
3 pistes VTT balisées,  
1 véloroute pour les VTC.

Fiches randonnées et circuits, cartes IGN et Topo-guides disponibles dans les offices de tourisme du Cap-Sizun.

## Le sentier de grande randonnée

Même si la plupart de ces pointes sont facilement accessibles par la route, j'ai tôt fait de découvrir que le sentier de grande randonnée – GR34 – est la voie royale pour les aborder. Et le seul moyen d'admirer les orgueilleuses falaises et de découvrir d'adorables – mais fort discrètes – petites plages. Techniquement facile, mais présentant par endroit un dénivelé important, ce qui peut allonger de beaucoup un temps de parcours estimé à la légère, il peut se déguster par petites tranches grâce à de nombreuses boucles balisées.

### Randonnées à pied

#### • Cap sur la pointe du Raz

122 km (7 jours) par le GR 34.

Libre ou accompagné. Se renseigner dans les offices de tourisme du Cap-Sizun.

#### • Circuit du Goyen

13 km (3 h). Faune et flore du Goyen, site gallo-romain de Plouhinec, port d'Audierne, Petite Cité de caractère de Pont-Croix.

#### • Audierne

**Le tour d'Audierne.** 10 km (3 h). De la plage au port de Plaisance en passant par le bois de Suguensou.

#### • Beuzec-Cap-Sizun

**La pointe de Beuzec.** 12 km (3 h). Le patrimoine du bourg, le sentier côtier, la pointe de Kastel-Koz.

**Le circuit des korrigans.** 9 km (2 h 30). Bord de mer exceptionnel, petit patrimoine bâti : moulin à eau de Kériolet, "barque" de pierre, chapelle St-Conogan, allée couverte de Kerbalanec.

#### • Cléden-Cap-Sizun

**Le circuit de Cléden.** 15 km (3 h 45). Un parcours vers la côte découpée de la baie de Douarnenez.

**Le tour de la pointe du Van.** 11 km (3 h). L'étang de Laoual, les chapelles St-Tugdual et St-They, "accrochée" au-dessus des flots, la pointe du Van et le port du Vorlenn.

#### • Confort-Meilars

**Le chemin de la rivière.** 4,5 km (1 h 30). Sortie familiale le long du Goyen pour découvrir vallée et lavoirs.

#### • Esquibien

**Circuits en bord de mer**  
1,5 - 2,6 - 4,6 - 5,7 et 10,5 km.  
De Ste-Évette vers l'île aux Vaches, Brigneoc'h et jusqu'aux dunes de Trez-Goarem.

**Le circuit des chapelles.** 7 km (2 h). Les chapelles de la commune et d'autres endroits préservés. Dépliants en mairie.

#### • Goulien

#### Le sentier de Goulien

13 km (3 h 15). Boucle au départ de l'église de Goulien par la réserve du Cap-Sizun.

#### • Mahalon

**La balade de l'étang de Poulguidou**  
11 km (2 h 30). Point infos tourisme.  
Tél. 02 98 74 52 76.

#### • Plogoff

3 circuits (8 / 12 / 8 km)  
– Tour de la pointe du Raz.  
– De la baie des Trépassés à la chapelle N.-D.-du-Bon-Voyage.  
– De N.-D.-du-Bon-Voyage au Loch et à l'intérieur du pays.

Téléchargeables sur  
[www.plogoff-pointeduraz.com](http://www.plogoff-pointeduraz.com)



### Pors-Poullan dans l'échancrure

Ici, le vis-à-vis avec les étendues sauvages de la baie d'Audierne ou, plus loin, les falaises de Plogoff et de la côte nord font prendre tout son sens au terme de "port-abri". Chacun a été une étape de choix lors de mes investigations.

## La réserve du Cap-Sizun



Chemin de Kerisit, Goulien.  
Tél. 02 98 70 13 53

[www.bretagne-vivante.org](http://www.bretagne-vivante.org)

Accès libre : livret de découverte en vente dans les offices de tourisme et à l'épicerie de Goulien (2 €).

Visites guidées :

– printemps Lu, Ma, Me, Je : 14h30.

– été Lu, Ma : 14h30 et Me, Je : 10h30.

## Nord-sud

Je me rends compte aussi qu'en fonction du vent dominant et d'une météo qui peut s'avérer bien contrastée entre les deux versants du Cap-Sizun, il est toujours facile de faire son choix. Je peux retrouver en quelques minutes de voiture la côte sud, ses plages ouvertes sur l'océan et les très belles promenades qu'offre un sentier côtier moins rude, en tout cas avant Plogoff. Et inversement.

## Drôles d'oiseaux

Entre deux pointes de la côte nord, je découvre aussi la Réserve du Cap-Sizun, un petit coin de côte où tout est organisé pour observer d'au plus près, mais sans les déranger, les oiseaux marins qui nichent dans les falaises, comme la mouette tridactyle, le guillemot de Troil présent uniquement au printemps ou le cormoran... huppé ! Mais j'y vois aussi des "terrestres", faucon pèlerin ou crave à bec rouge. Ce dernier se maintient – complexité des écosystèmes – grâce aux moutons qui paissent alentour. J'apprends



### Le cormoran huppé

L'aurais-je comme autrefois apprécié en ragoût ou en pâté ? Il se laisse aujourd'hui observer à la jumelle – de préférence au printemps – sur les falaises du Cap-Sizun. Quant à son collègue le crave à bec rouge (en bas à gauche), extrêmement rare, il fait l'objet de toute l'attention de l'équipe de la réserve ornithologique.

au passage que la position avancée à l'extrême ouest du Cap-Sizun en fait une "correspondance" très prisée de nombreux migrateurs, qu'on retrouvera notamment (mais mieux vaut être matinal) aux étangs de Laoual (en retrait de la baie des Trépassés) et de Poulguidou (entre Plouhinec et Mahalon), ainsi qu'aux lagunes de Lespoul, au bord du Goyen.

## Les ports-abris

Entre deux pointes également, je peux trouver les ports-abris : généralement une anfractuosité du rocher, à laquelle on accède par un chemin vertigineux et des escaliers, équipée d'une cale en pente, tellement pour certaines qu'il faut un treuil pour hisser les bateaux au sec. Propices à des débarquements clandestins, certains ont été des hauts lieux de la Résistance. Au nord : Porz-Meilh, Pors-Péron, Pors-Lanvers, Porz-Loédec,



## Randonnées à pied

### • Plouhinec

**Circuit de Locquéran.** 13 km (3 h).

Le cimetière de bateaux, le lavoir, les vestiges de la chapelle St-Jean, le parc à huîtres, le site gallo-romain et le château.

**Circuit de Menez-Dregan.** 11 km (2 h 45).

La chapelle St-They, la fontaine de St-Winoc, les sites archéologiques, les plages de Gwendrez et Mesperleuc, le petit port de Pors-Poulhan.

**Circuit de Poulgoazec.** 9 km (2 h 30).

Le monument des périls en mer, l'église St-Julien, lavoirs et fours à goémon, le vieux quartier de Plouhinec.

**Parcours du bois de Bromuel.**

7 km et 2 km.

Sur le périmètre de protection d'un captage d'eau. Dépliants à l'office de tourisme.

### • Pont-Croix

**Sur les chemins du petit patrimoine.**

Accessibles à tous, pour amateurs du patrimoine et passionnés de la nature. Tél. 02 98 70 40 38.

### • Primelin

**Circuit de Primelin.** 13 km (3 h 20).

Pointe du Castel, Porstarz (grottes, minicalanques, four à goémon et son treuil), plage de Trez-Goarem, chapelles St-Tugen et St-Chrysanthe, anciens moulins.

## Randonnées à vélo

### • Audierne

**Ass. Vélo Cap-Sizun**

Tél. 02 98 75 09 33

Randonnée cyclotouristes.

**Cap Rando VTT**

Tél. 02 98 70 12 20

Sortie gratuite ouverte à tous les dimanches matin (juillet-août)

**Location vélos et VTC**

Tél. 02 98 70 07 98

Quai Anatole-France.

Adréaline Store & surf school

### • Plogoff

**Véloroute**

Infos page suivante.

Du Loch à la pointe du Raz.

**Location VTC**

Tél. 02 98 70 07 98

À la plage du Loch et à la baie des Trépassés.



### Sein, la légende

La traversée du raz de Sein, un brin de conduite des dauphins, à peine le temps de comprendre ce qui m'arrive et je suis à quai... mais pas au bout de mes surprises, car l'exploration de ce gracile bout de terre ne fait que commencer.



### À visiter sur l'île

(de mi-mai à mi-septembre)

- **L'Abri du marin**  
Vie des Sénans et histoire de la résistance
- **Musée du Sauvetage en mer**  
Avec une exposition d'objets de fouilles archéologiques sous-marines
- **La chapelle St-Corentin**
- **Le phare de Goulenez**  
Tél. 02 98 70 90 35

**Compagnie maritime Penn ar Bed**  
Embarcadère pour l'île de Sein à Ste-Évette (Esquibien).  
Tél. 02 98 70 70 70  
www.pennarbed.fr

Toute l'année. Billetterie à l'embarcadère et aux offices de tourisme d'Audierne et de Plouhinec. À partir de 23,20 €/adulte selon la saison.

Heign-Has, Brézellec (là où le dauphin Jean-Floc'h avait semé l'émoi entre 2003 et 2006), Théolen et sa « buvette » (je vous laisse la surprise), et le Vorlen, en contrebas de la pointe du Van. Au sud : Bestrée, Feunteun-Aod, Pors-Loubous, le Loc'h, Pors-tarz et Pors-Poulhan. Un régal de toponymie !

### On joue les prolongations

De retour à la "maison", j'appelle Giraud, au siège : "C'est toujours la pagaille ici, c'est aussi bien que tu restes." Je compatis autant qu'il m'est possible de le faire. La parenthèse enchantée continue. Alors, c'est décidé : demain, je m'offre Sein !

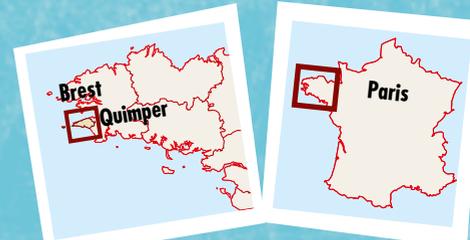


### La véloroute de Plogoff

La véloroute serpente entre les parcelles ; la parcourir à bicyclette est une façon bien agréable de traverser les villages aux maisons si typées. Ce circuit de 12 km entre le Loch et la pointe du Raz, familial et convivial, est également accessible aux handicapés.



# Pointe du Raz destination Cap-Sizun



Légendes			
Musée et écomusée	Port de plaisance	Cinéma	
Artisanat d'art	Centre équestre	Port de pêche	
Exposition	Piscine Aquacap	Patrimoine religieux	
Randonnée	Sport nautique	Monument historique	
Aire de service pour camping-car	Tennis	Site archéologique	
Centre de loisirs	Parc botanique	Office de tourisme	
Club de plage	Marché	Point infos tourisme	
Port abri	Plage surveillée	Chapelle et église	
Circuit de grande randonnée GR 34	Parking	Boucles de petite randonnée (voir pages 11 et 13)	
Maison du site de la pointe du Raz	Auditorium	Réserve du Cap-Sizun	
Site naturel du conseil général du Finistère		Cap sur les moulins	
Périmètre du Grand Site de France		Site naturel du Conservatoire du littoral	
		Pavillon Bleu	





## CARNET DE VOYAGE

# Le grand bleu Sans vague à l'âme !



**G**lisse, navigation, plongée... débutant ou confirmé, les ressources du Cap-Sizun sont considérables.

## De retour de Sein

Dommage, pas de dauphins en revenant, mais il est fréquent de les voir faire un brin de conduite au bateau. En revoyant la pointe du Raz sous un autre angle (j'étais là, hier !), je repense à la baie des Trépassés, nom sinistre (et, m'a-t-on dit, issu d'une traduction erronée du breton) pour une plage familiale et, paraît-il, un joyeux **spot de surf**. Je vais donc faire le mort (ah ah !) vis-à-vis de Giraud et évaluer demain les possibilités de glisse.

## Alors, ça farte ?

Ici, on voit toute l'année les fourgonnettes des surfeurs. Ils guettent



L'embouchure du Goyen

*Un "paysage de carte postale" et un formidable plan d'eau, que seule la brièveté de mon séjour ici m'a empêché de tester.*



### Un jardin extraordinaire

*Que recèlent les profondeurs sous-marines de la baie d'Audierne ou de Douarnenez ?*

"la vague", se déplaçant d'un spot à l'autre en fonction du vent, de la houle, de la marée. La baie des Trépassés, donc, est très prisée, de même que l'anse de Gwendrez, du côté de Menez-Dregan. Moi qui croyait qu'il n'y avait que la pointe de la Torche dans le coin (à l'autre extrémité de la baie d'Audierne) ! Et si l'on souhaite apprendre ou être encadré, deux écoles de surf sont présentes.

En débarquant à la gare maritime de Sainte-Evette, je tombe sur le centre de **plongée**. Ici, les plongeurs disposent de la baie d'Audierne et de celle de Douarnenez : ils peuvent pratiquer dans des milieux variés – épaves ou roches –, à partir d'une plage ou d'un bateau.



### Surf

#### • Adrenaline Surf Shop

Tél. 02 98 70 07 98  
www.ecole-surf-bretagne.fr  
www.adrenaline-surfshop.fr  
École FFS. À la baie des Trépassés. Dès 5 ans. Initiation, perfectionnement, cours particulier, surfari.

#### • Soul Surfing Skol

Plages de Plouhinec (et Plovan). Tél. 06 98 16 28 29  
www.soulsurfindingskol.com  
Durant les vacances de Pâques, de la Toussaint et en juin, juillet, août, tous les jours. Formule journée, semaine ou week-end. Le lieu de rendez-vous est fixé par téléphone en fonction des conditions météo.  
contact@soulsurfindingskol.com

### Plongée

#### • Centre de plongée Les Plongeurs du Cap

Embarcadère de Ste-Evette (Esquibien).  
Tél. 02 98 70 24 10  
www.audierne-plongee.fr  
Baptême de plongée, balade palmée, apnée. Stage et exploration tout niveau.

### Voile, kayak...

#### • Centre nautique du Cap-Sizun

Plage de Ste-Evette (Esquibien).  
Tél. 02 98 70 21 69  
ou 06 81 89 78 83  
www.voile-capsizun.com  
Planche à voile, catamaran, dériveur, Optimist, stand up paddle.  
Point passion plage : location et cours particuliers d'avril à octobre.  
École de voile : stage du lundi au vendredi par demi-journée pendant les vacances scolaires.

#### • Centre nautique Plouhinec Cap-Sizun

Port de pêche de Poulgoazec (Plouhinec).  
Tél. 02 98 74 90 35 / 06 73 12 77 63  
centrenautiqueplouhinec@gmail.com  
www.centre-nautique-plouhinec.fr  
Remontée du Goyen en kayak ou en drakkar, location de kayaks, randonnée en kayak de mer et stages. Chasse au trésor, à la découverte des secrets du port de pêche et de plaisance. Toute l'année, tout public. À partir de 4 ans.  
Accueil des petits mousses dès 4 ans tous les après-midi. Activités proposées : chasse aux trésors et stage kayak.



### Zoom sur le môle

Attention au virement de bord !  
La griserie du paysage, le chuintement des coques sur l'onde ne doivent pas faire oublier les contingences de la navigation.



### Même le "stand up paddle"

La planche à rame connaît un regain d'intérêt depuis peu, mais se pratique d'ores et déjà dans le Cap-Sizun. L'embarras du choix, je vous dis...

## Voile et kayak

Un peu plus loin, toujours à Esquibien, je découvre un centre nautique flambant neuf : ici, je peux louer un catamaran, un dériveur ou une planche à voile, m'inscrire à un stage, voire pratiquer presque toute l'année le samedi avec l'école de voile (enfin, pour les veinards qui vivent ici). Et si le **plan d'eau** compris entre la plage et la jetée du port de Sainte-Évette est **idéal** pour démarrer en sécurité, le terrain de jeu est vaste.

Je peux aussi ramer, enfin, je veux dire pratiquer l'aviron ou le kayak, de mer comme de rivière. Il suffit de rejoindre le Goyen au port de pêche de Plouhinec : un peu en retrait de la criée, un centre nautique flambant neuf (décidément !) me propose initiation, perfectionnement et un large



### Retour de pêche...

... ou de promenade : on réduit sa vitesse, on longe le môle du Raoulic, on contourne le banc de sable, on passe la passerelle des Capucins et le port de pêche, et c'est le mouillage. Quelques pas sur le ponton, on est en ville.

éventail de prestations, de la plus relax, une visite guidée au ras de l'eau de la ria du Goyen (Pont-Croix, le cimetière de bateau de Locquéran et le port d'Audierne-Plouhinec), à la plus furieuse, la randonnée autour de la pointe du Raz, si si, à la rencontre des oiseaux de mer, des phoques, des dauphins... et des remous du raz de Sein.

## Promenades et croisières

Il existe d'autres possibilités : navigation en baie d'Audierne sur un voilier traditionnel, *Le Cap Sizun*, un sloup langoustier construit à l'identique en 1991, excursion et croisière en voilier, promenades et pêche en vedette à moteur. Et si ça me chante, je peux même passer mon permis bateau. Je m'attarde au **port de pêche**. Un bateau débarque du bar de ligne capturé dans le raz de Sein, la spécialité du Cap-Sizun.



### Permis bateau

• **Bateau école audierneais**  
Quai Jean-Jaurès à Audierne.  
Tél. 06 83 46 94 75  
www.bateau-audierneais.com  
Préparation de l'ensemble des permis, dans un environnement dédié à la pêche et à la plaisance.

### Sorties, excursions et pêche en mer

#### Au port de plaisance d'Audierne

• **Audierne voile**  
Tél. 06 62 44 26 62  
www.audierne-voile.com  
Embarquement sur un voilier habitable pour une demi-journée ou une journée. Croisières excursions à la pointe du Raz ou l'île de Sein. D'avril à octobre.

• **Bateau "Le Cap Sizun"**  
Tél. 07 81 16 37 29  
www.bateaucapsizun.net  
Sorties sur voilier traditionnel (sloup langoustier) en demi-journée, pour imaginer la vie à bord des anciens pêcheurs et vivre des moments inoubliables. De juin à septembre.

• **Farandole**  
Tél. 06 63 89 20 24 - 06 68 02 77 15  
www.farandole29.fr  
Balades et pêche en mer en baie d'Audierne, bateau-taxi (Audierne-île de Sein), location avec skipper. Toute l'année (selon conditions météorologiques).



## CARNET DE VOYAGE

### Les plaisirs du terroir Entre terre et mer



« Il est frais mon poisson ! »

Le Cap-Sizun a su conserver une flottille côtière qui débarque des espèces de très haute qualité. La vente a lieu dans l'après-midi, "à la criée", c'est-à-dire selon un système d'enchères expliqué lors de visites commentées.

**I**ci, il y a de la vie toute l'année. Les habitants du Cap-Sizun ont su nouer avec leur territoire une relation privilégiée et ils s'attachent à en révéler le meilleur.

#### Visites d'entreprises

Le poisson sera vendu le jour même sous la criée de Plouhinec, dont la visite, très complète, permet de vivre le suspense de la vente des produits débarqués comme si l'on était un mareyeur. Il est possible également d'explorer les parcs à huîtres du Goyen (affinées à l'île de Sein). De même, d'autres activités locales peuvent faire l'objet d'une **découverte** : biscuiterie, cidrerie, boulangerie, culture de fruits rouges, apiculture, exploitation agricole, torréfaction de café, et même élevage d'escargots...

#### Quand est-ce qu'on mange ?

J'ai beaucoup bougé depuis que je suis ici, et du coup je n'ai guère pris le temps de goûter aux **spécialités** locales, comme les crustacés, le fameux homard à la sénane (un



#### Les fruits de la mer

On en pince pour les coquillages et crustacés.



mélange d'épices dont la composition est un secret transmis de mère en fille), les langoustes et les araignées, et tous les poissons : le bar de ligne évidemment, le turbot, la lotte, la raie, le lieu jaune ou la daurade... D'accord, d'accord, tout le monde n'aime pas le poisson : j'entends déjà les enfants faire "beurk !", les ignares ! Et ils ne tiennent pas en place au resto... Pas grave, la production locale se trouve aussi sur les marchés du Cap-Sizun. Déjà, ils seront d'accord avec les crêpes, les biscuits et les confitures. Ensuite, il ne rechigneront pas devant un fromage de vache bretonne pie noire (une curiosité), ou encore une petite charcuterie, il y en a de très sophistiquées ici, comme l'andouille de langue ou le *coste-pen*... Késaco ? Vous verrez bien !



#### Savoir-faire

##### • Beuzec-Cap-Sizun

Initiation à la fabrication de crêpes

Tél. 02 98 70 55 51. Juillet-août.

##### • Esquibien

L'Abeiller

Tél. 02 98 70 07 86

Chez l'apiculteur, découverte de la vie des abeilles.

##### • Goulien

Cap'Helix escargots

Bréharadec. Tél. 02 98 70 25 83

<http://perso.wanadoo.fr/escargots.caphelix>

Visite guidée et dégustation possible de mi-avril à mi-septembre.

##### • Mahalon

L'art de faire du bon pain

Point infos tourisme.

Boulangerie traditionnelle de Kerrest.

Tél. 02 98 74 52 76. Juillet-août.

Cidrerie de Tromelin - Ferme Kan ar Mor

Tél. 02 98 74 55 08

Visite dégustation des produits. Juillet-août.

Les Chemins de ferme

Point infos tourisme. Tél. 02 98 74 52 76

Visite d'une exploitation agricole.

Juillet-août.

##### • Plogoff

Biscuiterie de la pointe du Raz

Tél. 02 98 70 60 73

Visite libre avec dégustation gratuite.

Ouvert toute l'année

##### • Plouhinec

Visite guidée de la criée

Inscription indispensable à l'office de tourisme de Plouhinec.

Tél. 02 98 70 74 55

Découverte du monde de la pêche professionnelle. Juillet-août.

En dehors de la saison : pour les groupes minimum 20 personnes sur réservation.

##### • Pont-Croix

Café Savina

Brûlerie du Goyen, Lanviscar.

Tél. 02 98 70 45 00

#### Marchés

##### • Audierne

Samedi matin, toute l'année (petit marché le mercredi matin).

##### • Plogoff

Vendredi matin, toute l'année.

##### • Pont-Croix

Jeudi matin, toute l'année.

#### Marché nocturne

##### • Audierne

Les Nocturnes d'Audierne

À partir du 9 juillet 2014.

Créateurs, artisans d'art, artisanat du monde, animations...

# CARNET DE VOYAGE

En famille

Le bon plaisir de chacun

## Espace aquatique Aquacap

Route de la Pointe-du-Raz, à Esquibien. Tél. 02 98 70 07 74 [www.aquacap.fr](http://www.aquacap.fr)

Paradis aquatique, Aquacap dispose d'un bassin sportif de 25 x 10 mètres à 28°, un bassin ludique à 31° avec geysers, banquettes massantes et nage à contre-courant, un toboggan géant de 50 mètres, un espace bien-être privatif avec sauna et spa à 33°, un solarium...

Toute l'année : aquafitness, aquabike, apprentissage et perfectionnement de la natation, aquaphobie, bébés nageurs (6 mois à 3 ans).  
Durant les vacances scolaires : stages de natation, jardin aquatique, apprentissage, évolution et perfectionnement sur 5 ou 10 séances.

Petites vacances scolaires (zone A) : 10h-12h30\*/14h-18h\*\*, 13h30 les lundis et jeudis  
Grandes vacances : 11h-19h\*\*

\*13 h 30 les lundis et jeudis des petites vacances.  
\*\*21h les mardis

**P**lage ou piscine ? Avec ou sans les parents ?  
Un large choix de réponses s'offre aux enfants.

## Mouillé ou au sec

Tant qu'à faire, j'ai commencé à me documenter sérieusement. La plupart des **plages** sont **surveillées** pour la baignade, c'est rassurant. Et si les enfants veulent alterner les plaisirs aquatiques, ils seront comblés par le grand toboggan de la piscine ludique Aquacap.

Pour ceux qui ne veulent pas se mouiller, l'Aquashow permet de découvrir les fonds marins bretons en aquarium (mais aussi un spectacle d'oiseaux en plein air !). La Maison du vent présente toutes les facettes du phénomène de manière scientifique et ludique.



## Amusant voire renversant

"J'm'ennuie..." Pas en vacances dans le Cap-Sizun en tout cas, qui propose aux enfants le choix des structures et des activités.

## Chacun de son côté

Une base de loisirs propose des jeux traditionnels bretons. Rallyes et concours divers sont proposés par les communes. L'**éventail d'activités** présenté par exemple par les Chemins de découverte de Mahalon est suffisamment large pour

que chacun y trouve son compte.

Et si l'on veut se séparer (ben quoi, on n'est pas que des parents !), mais pour mieux se retrouver (naturellement !), les centres de loisirs du Cap-Sizun redoublent d'activités au moment des vacances.



## Plages surveillées (juillet-août)

- **Audierne** - Trescaderc
- **Cléden-Cap-Sizun** - Baie des Trépassés
- **Esquibien** - Trez-Goarem
- **Plogoff** - Baie des Trépassés
- **Plouhinec** - Gwendrez, Mesperleuc  
Équipées d'un tire-à-l'eau. Pavillon Bleu pour les plages de Gwendrez et Mesperleuc.

## Activités

- **Audierne**

### Cap Jeux

Plaine de jeux couverte. 02 98 58 19 93 [capdesjeux.fr](http://capdesjeux.fr)

### Aquashow

Rue du Goyen. Tél. 02 98 70 03 03 [www.aquarium.fr](http://www.aquarium.fr)

Mystère des fonds marins bretons, spectacle d'oiseaux.

### Club de plage « Club des pirates »

[www.clubdeplage.pirates.sitew.com](http://www.clubdeplage.pirates.sitew.com)  
En juillet et août sur la plage de Trescaderc.

- **Primelin**

### Mondial Pupilles

Fête des jeunes footballeurs de tous horizons (en juin).

- **Plouhinec**

### L'heure du conte (5-10 ans)

Bibliothèque. Tél. 02 98 70 81 87

Tous les mercredis (vacances scolaires).

- **Mahalon**

### Base de loisirs. Jeux traditionnels bretons

Point infos tourisme Mahalon.

Tél. 02 98 74 52 76

### Le monde du cheval

Centre équestre du Goyen.

Tél. 02 98 70 51 04

Découverte en famille : différentes races, alimentation...

## Centres de loisirs

- **Cap-Sizun Animation (3-12 ans)**

**Pont-Croix** : Pôle enfance, place de la Métairie. Tél. 02 98 70 41 10 ou 06 81 04 67 72

Les mercredis et vacances scolaires.

**Confort-Meilars** : Maison de l'enfance.

Tél. 02 98 70 41 10

**Plogoff** : 29, rue Pierre-Brossolette.

Tél. 02 98 70 31 79

**Plouhinec** : Rue des écoles.

Tél. 02 98 70 76 73

Juillet-août. Inscriptions à la journée ou à la demi-journée.

- **Cap-Sizun Animation - Club ados (10-15 ans)**

Local place de la Gare, à Pont-Croix.

Tél. 02 98 70 41 10 ou 06 81 04 67 72

Après-midi du mercredi et du samedi.

Et les petites vacances scolaires.

- **Le Gapas (adolescents)**

Rue Ar-Veil, à Plouhinec.

Tél. 02 98 70 75 00

Activités de découverte culturelle, sportive, environnementale et sociale.

## Garde d'enfants à domicile

- **Baby-sitters**

Liste dans les offices de tourisme du Cap-Sizun.

# CARNET DE VOYAGE

## L'été sera chaud À fond la fête



La tradition à la pêche

La Fête des bruyères est, depuis 50 ans, un des temps forts de l'été dans le Cap-Sizun. Dans la pure tradition des réjouissances populaires, elle mêle authenticité et ambiance familiale.



**R**ock ou trad', évocation des paysans de la terre ou de la mer, courses déjantées ou fêtes nocturnes... : pas le temps de s'ennuyer.

### Tout pour la musique

La "haute saison" regorge d'animations en tout genre. Beaucoup de musique : les chapelles accueillent des concerts de musique classique et traditionnelle, le bagad Beuzeg et le cercle des Bruyères (champion de Bretagne) fêtent les Bruyères, le Festival des quatre clochers "fait la part belle aux artistes d'ici et d'ailleurs"...

### Les jours anciens

Mouezh ar Gelted fait revivre la foire de Pont-Croix de 1950 : il faut imaginer le bourg envahi de vieux tracteurs et de bestiaux, jonché de paille, les habitants costumés... Dans le Cap-Sizun, on se souvient également que le goémon était une ressource économique importante (en témoignent



Un truc de ouf'

Le Challenge du Finistère de course de triporteurs n'est que l'une des épreuves du Festival de l'insolite de Mahalon. Attendez de voir le Championnat du monde de course en lit à roulettes !

les restes de nombreux fours qu'on trouve le long de la côte sud). On en extrayait, jusqu'au milieu du xx<sup>e</sup> siècle, de l'iode. La technique revit à Esquibien en été, l'espace d'une journée, lors de la traditionnelle Fête du goémon.

### Insolite

C'est ici aussi qu'a lieu chaque année le Championnat du monde de course en lit à roulettes, point d'orgue du Festival de l'insolite, un joyeux cocktail de loughoeries. Assaïonnez le tout d'une flopée de fest-noz, spectacles, feux d'artifices et animations diverses, et, après tant d'excès, la saison peut se terminer par la Rando-santé !



## Juillet

- **Les 4,5 et 6 : Tournoi européen de Beach Soccer (Audierne)**  
Tournoi avec les internationaux européens et ambiance plage pendant la Coupe du monde ! Ambiance et grand spectacle garantis !
- **Les 19 et 20 : Festival de l'hortensia (Mahalon)**  
Point infos tourisme. Tél. 02 98 74 52 76  
Exposition de plus de 350 variétés de fleurs d'hortensia.
- **Le 14 : Festival de l'insolite (Mahalon)**  
Championnat du monde de course en lit à roulettes et Challenge du Finistère de course de triporteurs.
- **Le 27 : Fête du goémon (Esquibien)**  
Comité d'animation. Tél. 02 98 70 12 20  
Ramassage de goémon, brûlage et fabrication des pains de soude.
- **Fin juillet : Rencontres préhistoriques (Plouhinec)**  
Informations à l'office de tourisme de Plouhinec. Tél. 02 98 70 74 55

## Août

- **Début août (le week-end) : Festival des quatre clochers (Confort-Meilars)**  
Tél. 02 98 74 51 89  
Concert rock, musique bretonne et fest-noz.
- **Le 3 : Fête de la moisson (Clédén-Cap-Sizun)**  
Aux moulins de Trouguer.  
Défilé breton, battage à l'ancienne, exposition de matériel ancien, fabrication de casier, ramendage de filet de pêche, fabrication de sabots, concert, fest-noz.
- **Les 6, 7 et 8 août : Festival Mouezh ar Gelted (Pont-Croix)**  
Association War Raok. Tél. 02 98 70 40 38  
Conférence, foire à l'ancienne, concert, fest-noz.
- **Le 10 : Fête des bruyères (Beuzec-Cap-Sizun)**  
Pointe de Kastel-Koz. Tél. 02 98 70 55 51  
Messes avec chants en breton, aubades, noce bretonne, musique et danses. Les bagadou et les cercles se mêlent aux groupes internationaux.
- **Le 16 : Fête nautique (Beuzec-Cap-Sizun)**  
Pors-Lanvers. Tél. 02 98 70 55 51  
Promenade en mer avec la SNSM, fumage de poissons à l'ancienne, fabrication de casiers, matelotage, ramendage, souper du pêcheur, feu d'artifice, concerts chants de marins.

## Septembre

- **Les 6 et 7 septembre : 11<sup>e</sup> édition de la rando-santé (Mahalon)**  
Point infos tourisme. Tél. 02 98 74 52 76  
Rando-santé : pédestre, cyclo, VTT, foulées-nature et différentes animations.



# CARNET DE VOYAGE

## Plaisirs variés Une palette étendue



**La mer, les randonnées, les vieilles pierres, les fêtes... et si j'ai envie de loisirs plus "classiques" ?**

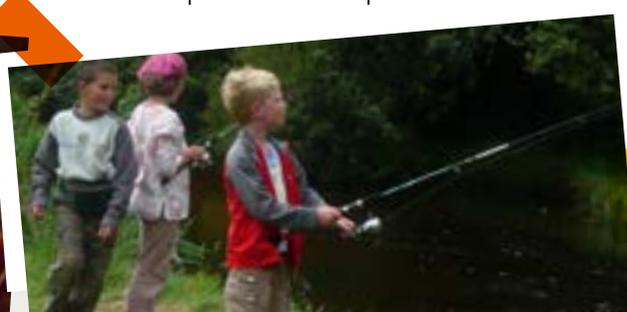
### Sortie ciné...

Me regarder le dernier blockbuster hollywoodien, c'est possible. Ici, pas de multiplexe, mais une **salle confortable** à Audierne, à taille humaine, qui offre toute l'année une programmation variée, permettant de voir la dernière sortie nationale comme de rattraper le film qu'on a raté il y a quelques semaines. Idem pour la salle de théâtre à Esquibien, dont l'affiche éclectique me permet de toujours trouver mon compte. Quant aux férus de pétanque et aux accros du tennis, ils trouveront leurs terrains.



On s'fait un ciné ?

Classé "Art et essai", le cinéma Le Goyen dispose de la projection et du son numériques HD.



### Le paradis des peintres

Marines ou paysages, le Cap-Sizun est source d'inspiration pour de nombreux artistes, professionnels ou amateurs. Ou motif de contemplation, car ici, ciel, terre ou mer, on en a toujours plein les yeux.

### Tennis, pêche, équitation...

Emprunter un bouquin ? Il y a des bibliothèques. Envie de partager un moment privilégié ? Je peux m'initier aux danses bretonnes, avant de me jeter dans le bain d'un fest-noz. Le cheval est mon dada ? Plusieurs centres équestres permettent des promenades sur la lande, dans la campagne ou dans les bois. Dernier point, mais non des moindres : lors de mes pérégrinations, j'avais remarqué de nombreux pêcheurs à la ligne rangés le long du parapet sur le pont entre Audierne et Plouhinec, taquinant les lieux piégés par le courant de marée. En d'autres endroits du littoral comme en amont du Goyen, ce n'est pas le poisson qui manque, et c'est un détail qui peut en intéresser plus d'un !

### Cinéma

- **Salle Le Goyen**  
Rue Louis-Pasteur, à Audierne.  
Tél. 02 98 70 22 30
- **Cinéma de plein air**  
L'été, séances nocturnes dans différentes communes du Cap-Sizun.

### Spectacles

- **Théâtre Georges-Madec**  
À Esquibien.  
Tél. 06 72 95 28 60 / 06 75 01 62 22  
www.sons-et-spectacles-esquibien.fr

### Bibliothèques

- À Audierne, Cléden-Cap-Sizun, Esquibien, Mahalon, Plogoff, Plouhinec, Pont-Croix, Primelin.

### Jardin botanique

- **Ar Paeron**  
21 bis, rue du Calvaire, à Esquibien.  
Tél. 02 98 70 24 06 / 06 63 58 54 82  
Nombreuses espèces de toutes régions du monde.

### Pêche en rivière

- **AAPMA du Goyen**  
M. Tréguer. Tél. 06 17 25 38 79  
Découverte du milieu aquatique du Goyen.
- **Point info pêche rivière**  
Poulhantic (Mahalon)
- **Vente des cartes de pêche**  
Bar Lak e Barzh, à Mahalon.  
Tél. 02 98 74 57 59

### Pétanque

- **Audierne**  
Club de pétanque. Tél. 02 98 70 89 33
- **Plouhinec**  
Place Jean-Moulin. Tél. 02 98 70 74 55  
Vers 17h, sur l'aire de pétanque, possibilité de jouer avec les habitués.
- **Pont-Croix**  
Pétanque club du Cap-Sizun.  
Tél. 02 98 70 51 16  
Stade municipal Henri-Kersual.

### Tennis

- **Audierne**  
Trescadedec. Tél. 06 67 36 27 35
- **Plogoff**  
Ouvert à tous. Gratuit. Réservation à la mairie de Plogoff.
- **Plouhinec**  
Ouvert à tous. Gratuit.  
Sans réservation.
- **Pont-Croix**  
La Métairie. Tél. 02 98 70 49 18
- **Primelin**  
Camping de Kermaléro. Tél. 02 98 74 84 75

### Équitation

- **Mahalon**  
Centre équestre du Goyen  
Tél. 02 98 70 51 04
- **Plogoff**  
Centre équestre de Feunteun-Aod  
Tél. 02 98 70 67 40.  
www.cheval-capsizun.com
- **Plouhinec**  
Centre équestre de Lanbabu  
Tél. 02 98 70 76 00 / 06 87 91 70 52
- Poney club de Kergoff**  
Tél. 06 74 11 60 68
- Locquéryânes**  
Tél. 06 89 50 09 85  
Balades à dos d'âne.

## CARNET DE VOYAGE

# Plein les mirettes Le Cap-Sizun inspire les artistes

**L**umières propres au littoral, beauté sauvage du cadre, chaleur des petits bourgs... : de nombreux artistes vivent et exposent ici.

### Touche finale

Je ne pense pas avoir fait pour autant le tour de ce que le Cap-Sizun peut offrir. Témoins de ce foisonnement, beaucoup d'artistes et artisans ont cédé au charme des lieux : les expositions, galeries et ateliers abondent. Ce sont des lieux de rencontre autant que de contemplation, une autre façon d'aller à la découverte du Cap-Sizun. Et si j'hésite à franchir le seuil d'une galerie, je peux me laisser embarquer l'été par la manifestation Arts à la pointe qui, à l'image de ce Cap-Sizun si varié, fait entrer l'art contemporain dans une quinzaine de lieux pas nécessairement prévus pour : choc des cultures garanti !

Tandis que mon esprit vagabonde, le portable sonne. C'est Giraud, tout content de m'annoncer qu'il est temps pour moi de reprendre la route. "Oh !... Super !" Je ne sais pas si j'ai été très convaincant !

#### • "Arts à la pointe"

Cap Accueil.  
Tél. 02 98 70 28 72.  
www.artsalapointe.com  
- Cet événement mêle avec audace art contemporain et lieux patrimoniaux sous forme de circuit. Du 17 juillet au 24 août.  
Thème 2014 : "Le dur désir de durer".

- Arts à la pointe, c'est aussi un festival de musique classique et traditionnelle (tout l'été, série de concerts dans les chapelles du Cap-Sizun et autres lieux).

#### • Audierne

La Galerie, Au Gai sabot, Le Dessus des halles, Jacques Aubry, Beurre et œufs, À l'ancre de Chine...

Circuit artistique en juillet-août.

#### • Confort-Meilars

Exposition Fañch Moal, galerie La Corne au fer

#### • Plogoff

Exposition de peintures, musée des Coquillages et des Minéraux.

#### • Plouhinec

Expositions de peintures, ancienne école de Pors-Poulhan, la maison des archéologues (pointe du Souch).

#### • Pont-Croix

Ateliers et expositions

En flânant en juillet-août dans le cœur de ville, vous pourrez admirer le travail du bois (ébéniste, sculpteur sur bois), de la terre (potier), du verre (maître verrier) et les tableaux des artistes peintres (Vonnick Caroff, Raymond-Louis Quillivic, Stéven Pennaneac'h, Mathieu Le Brun, Nicolas Bourhis...).



## Finistère ou Penn-ar-Bed ?

En breton, l'extrémité occidentale du continent européen est considéré selon le point de vue des marins : c'est le début de la terre, le commencement du monde.

## Kenavo ar wech all

Tandis qu'il laissait derrière lui les beaux ciels changeants du Cap-Sizun, ses pensées vagabondaient. Il se sentait plein d'une énergie nouvelle, teintée d'un zeste de mélancolie : "Si je reviens... Non ! Quand je reviendrai... ce sera avec Géraldine et les enfants."

Kenavo disent les Bretons pour prendre congé poliment. Et ils ajoutent *ar wech all* car ils comptent bien vous revoir bientôt.



Bien qu'elle vous présente les multiples centres d'intérêt du Cap-Sizun, cette brochure n'est pas un guide exhaustif, juste une mise en bouche. Vous avez tout le loisir de compléter votre information auprès des offices de tourisme et de la Maison de la pointe du Raz (coordonnées en dernière page), avant et pendant votre séjour.



# Infos accueil Offices de tourisme



## • Audierne

[www.audierne-tourisme.com](http://www.audierne-tourisme.com)  
[accueil@audierne-tourisme.com](mailto:accueil@audierne-tourisme.com)  
8, rue Victor-Hugo. Tél. 02 98 70 12 20

Ouvert toute l'année.

- Basse saison (d'octobre) mars : du lundi au vendredi : 9h30 à 12h et de 14h à 17h30, le samedi 9h30 à 12h30
- Moyenne saison : du lundi au samedi : 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h
- Haute saison : du lundi au samedi : de 9h à 13h et de 14h à 19h.
- Le dimanche 10h à 13h

## • Beuzec-Cap-Sizun

[www.beuzec-cap-sizun.fr](http://www.beuzec-cap-sizun.fr)  
[ot.beuzec-cap-sizun@wanadoo.fr](mailto:ot.beuzec-cap-sizun@wanadoo.fr)  
64, rue des Bruyères. Tél. 02 98 70 55 51

Ouvert toute l'année : du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h à 17h.

En juillet et août : du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h30 et le dimanche (du 13/07 au 24/08 inclus) de 10h à 12h30.

## • Pointe du Millier

Ouvert tous les jours en juillet/août de 14h à 18h.

## • Plogoff

Maison de la Pointe du Raz et du Cap-Sizun  
[www.pointeduraz.com](http://www.pointeduraz.com)  
[contact@pointeduraz.com](mailto:contact@pointeduraz.com)  
Tél. 02 98 70 67 18

Du 01/04 au 06/07, du 25/08 au 28/09, du 19/10 au 01/11 et du 26/12 au 30/12 de 10h30 à 18h.  
Du 07/07 au 24/08, de 10h30 à 19h.

## • Plouhinec

[www.plouhinec-tourisme.com](http://www.plouhinec-tourisme.com)  
[contact@plouhinec-tourisme.com](mailto:contact@plouhinec-tourisme.com)  
Place Jean-Moulin. Tél. 02 98 70 74 55

Ouvert toute l'année.

- Basse saison (janvier, février) : lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.
- Moyenne saison (mars, avril, mai, juin, septembre, octobre, novembre, décembre) : lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h. Le samedi matin de 9h à 12h.
- Haute saison (juillet, août) : lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30. Le dimanche matin de 9h30 à 12h30.

## • Pont-Croix

[www.pont-croix.fr](http://www.pont-croix.fr)  
[otsi.pontcroix@wanadoo.fr](mailto:otsi.pontcroix@wanadoo.fr)  
Tél. 02 98 70 40 38

Ouvert toute l'année : du lundi au vendredi, de 10h à 12h30 et de 14h à 17h30, le samedi de 10h à 12h30.

En juillet et août : du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h30 et le dimanche de 10h à 12h30.

Des "points infos tourisme" sont à votre disposition à Mahalon, Primelin, Confort-Meilars, Esquibien, Île-de-Sein et à la pointe du Van (Cléden-Cap-Sizun), pointe du Souc'h (juillet et août) et à la Pointe du Millier.



**Crédits photographiques** : offices de tourisme d'Audierne / Christophe Thomas, Beuzec-Cap-Sizun, Plouhinec, Pont-Croix et le syndicat mixte de la pointe du Raz et du Cap-Sizun, Le Studio T, Isabelle Guégan, Jean-Patrick Gratiien, Emmanuel Berthier, Isabelle Kirschner/CRTB, George Fisher/CRTB, Studio Diaphane, Jacques Bozec, Maurice Tristan/Grand Site de la Pointe du Raz, Thinkstock, François Le Divenah, réserve du Cap-Sizun / Bretagne vivante-SEPNB, ESB Audierne, Erwan Kersaudy, Fête des bruyères, Cap sur les moulins, J.-P. Foucaud, CNPCS, hôtel de la Baie, centre équestre de Feunteun-Aod, Cap-Sizun Animation, Les Plongeurs du Cap, CNCS, les maires du Cap-Sizun, Aquacap, compagnie maritime Penn ar Bed, cinéma Le Goyen, communauté de communes du Cap-Sizun-Pointe du Raz, Yvonnick Merhand.

**Remerciements** : nous remercions tous ceux qui ont contribué à l'élaboration de ce guide : le syndicat mixte de la pointe du Raz et du Cap-Sizun, les offices de tourisme (Audierne, Beuzec-Cap-Sizun, Plouhinec, Pont-Croix), les associations et les communes du Cap-Sizun.

Document non contractuel. Imprimé en France par un imprimeur Imprim'vert sur papier PEFC issu de forêts gérées durablement.

**Édition-coordination** : communauté de communes du Cap-Sizun-Pointe du Raz, Jacques Dyoniziak. **Conception-réalisation** : Phileas Quimper.



PHILEAS RCS 926950312 B PS1310017