



Dunes de Sainte-Marguerite  
©Studio Jasequel



Le Sémaphore  
©A.Lamoureux



Abbaye Notre-Dame des Anges  
©T.Poniet



Île Vierge  
©M.Viezev



Maison des Abers  
©M.Rivrin



Fort Cézou  
©T.Poniet



Île Wrach  
©Studio Jasequel

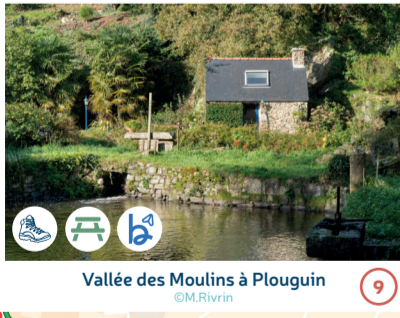
# PAYS des ABERS

De l'archipel à la rivière

LES INCONTOURNABLES à retrouver sur [abers-tourisme.com](http://abers-tourisme.com)



Dunes de Korn Ar Gazel  
©A.Lamoureux



Vallée des Moulins à Plouguin  
©M.Rivrin



Port de Paluden  
©A.Lamoureux



Lacs de Bourg-Blanc  
©M.Rivrin



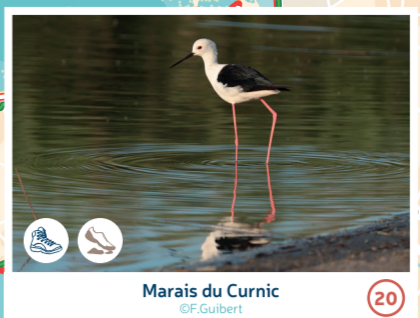
Zone humide de Kérivin  
©A.Lamoureux



Lac de Plabennec  
©M.Rivrin



Chapelle Saint-Joua  
©A.Lamoureux



Marais de Curnic  
©F.Guibert



Port de Koréjou  
©A.Lamoureux



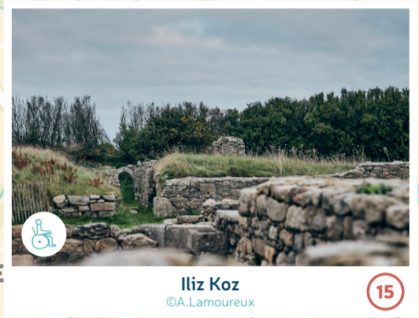
Ecomusée des Goémoniers et de l'Algue  
©Studio Jasequel



Phare de Lanvaon  
©A.Lamoureux



Vallon du Coat  
©M.Rivrin



Iliz Koz  
©A.Lamoureux

## LEGENDE

- Randonnée Hiking / Wandern
- Trail Trail running / Trailrunning
- VTT Mountain biking / Mountainbike
- Pêche Fishing / Angeln
- Accès PMR Accessible to people with reduced mobility / Zugang für Menschen mit eingeschränkter Mobilität

## LEGENDE

### LOISIRS

- Plage surveillée Juillet - Août Supervised beach (July - August)
- Überwachter (Juli - August)
- Location vélos, trottinettes, rosales et entretien Bike rental and repair
- Fahrradverleih und -reparatur
- Toilettes publiques Public toilets / Toiletten
- Centre équestre Equestrian centre / Reiterhof
- Piscine Swimming pool / Schwimmbad
- Aire de pique-nique Picnic area / Picknickplätze
- Aire de camping-car Camper van site / Wohnmobilstellplatz
- Camping Camping site / Campingplatz
- Plongée, balade nautique en apnée Diving, freediving / Tauchen, apnoetauchen
- École de surf Surfing school / Surfschule
- Voile Yachting / Segeln
- Kayak, paddle Kayaking, paddling / Kayak, paddeln
- Kite, wing foil Kitesurfing, wingfoiling
- Kitesurfer, wingfoiler Kitesurfer, wingfoiler
- City stade, skatepark, pump track City stadium, skate park, pump track
- City stadium, skatepark, pumptrack
- Produits de la mer Seafood / Meeresfrüchte

### TRÉGARANTEC

- Patrimoine
- Phare ou sémaphore Lighthouse or semaphore
- Leuchtturm oder Semaphor
- Jardin Garden / Garten
- Musée Museum
- Mégalithe Megalith
- Château, manoir Castle, Manor / Schloss, Herrenhaus
- Église, chapelle Church, chapel / Kirche, Kapelle
- Patrimoine remarquable Unique heritage / Ungewöhnliches Erbe
- Point de vue Viewpoint / Aussichtspunkt
- Tourbière de Longazel

### SE DÉPLACER & DÉCOUVRIR

- Office de tourisme Tourist Office / Touristeninformationsbüro
- Liaison maritime Water shuttle / Pendelschiff
- Port Harbour / Hafen
- Ligne de bus Breizh Go : Bus lines to Brest / Buslinien nach Brest
- Aéroport Airport / Flughafen
- Jeu de piste guidée via l'application Baludik Guided treasure hunt with the Baludik application
- Geführte Schatzsuche mit der Baludik-App

### ITINÉRAIRES

- 5km Sentier de Grande Randonnée GR®34 avec bornage tous les 5 km Long distance hiking trail GR®34 with markers every 5 km Fernwanderweg GR®34 mit Markierungen alle 5 km
- 10km Véloroute avec bornage tous les 10 km Coastal Cycle Path V45 with markers every 10 km Küstenradweg V45 mit Markierungen alle 10 km
- La route des phares The Lighthouse Route Die Leuchtturmroute

# carte



Veloroute des Abers | GR34 | Îles et plages | Sites remarquables

## ZOOM SUR : Le port de L'Aber-Wrac'h - Landéda



## ZOOM SUR : Lilia - Plouguerneau



- Location vélos, trottinettes, rosalias et entretien  
Bike rental and repair / Fahrradverleih und -reparatur
- Toilettes publiques  
Public toilets / Toiletten
- Aire de pique-nique  
Picnic area / Picknickplätze
- Aire de camping-car  
Camper van site / Wohnmobilstellplatz
- Plongée, balade nautique en apnée  
Diving, freediving / Tauchen, apnoetauchen
- Voile  
Yachting / Segeln
- Kayak, paddle  
Kayaking, paddling / Kayak, paddeln
- Artisans d'art  
Craftsman / Kunsthandwerker
- Produits de la mer  
Seafood / Meeresfrüchte
- Jeu de piste guidé via l'application Baludik  
Guided treasure hunt with the Baludik application / Geführte Schatzsuche mit der Baludik-App
- Phare ou sémaphore  
Lighthouse or semaphore / Leuchtturm oder Semaphore
- Mégalithe  
Megalith
- Église, chapelle  
Church, chapel / Kirche, Kapelle
- Patrimoine remarquable  
Unique heritage / Ungewöhnliches Erbe
- Point de vue  
Viewpoint / Aussichtspunkt
- Office de tourisme  
Tourist Office / Touristeninformationsbüro
- Liaison maritime  
Water shuttle / Pendelschiff
- Port  
Harbour / Hafen
- Parking  
Parking / Parkplatz
- Restaurant  
Restaurant / Restaurant
- Bar  
Bar / Bar
- Hébergement à la nuitée  
Ecoclodge per night / Ferienhaus pro Nacht
- Épicerie  
Grocery / Lebensmittelgeschäft

## Prenez l'air au Pays des Abers

**ABER KÉSAKO?**  
Aber : Ancienne vallée envahie par la mer, formant un bras de mer enfoncé dans les terres.  
Synonyme : ria, fjord, estuaires

### 5 IDÉES DE RANDO : lacez vos chaussures et sortez!

- À pied : À la découverte du Pont du Diable à Plouguerneau : 6,5 km  
Le + : le pont du diable à marée basse
- À vélo : Rand'Abers 6 à Plouguerneau : 14 km  
Le + : le phare de Lanvaon
- À cheval : Rand'Abers 10 à Coat-Méal : 20,8 km
- En trail : Rand'Abers 5 à Bourg-Blanc : 14,7 km
- En poussette : Balade de Troménec à Landéda : 4,5 km  
Le + : la chapelle de Troménec



©A.Lamoureux



©A.Lamoureux



©A.Lamoureux

### 3 CONSEILS POUR SE MOUILLER : explorer les abers depuis la mer

- **Initiation** : balade en bateau ou sortie pêche
- **Immersion** : balade en kayak ou en paddle
- **Sensation** : balade en plongée ou en kite-surf



### LES PARCOURS BALUDIK POUR UNE VIRÉE EN FAMILLE :



En collaboration avec l'application Baludik, nous vous invitons à vous laisser guider lors d'une randonnée ludique gratuite. Explorez le Pays des Abers et participez aux aventures de la jeune Naïg.

- La vallée des moulins, Plouvien : 6 km = 2h30
- L'île Viegre, Plouguerneau : sur l'île = 15 min
- Le scientifique de la plage, Saint-Pabu : 2,5 km = 1h30
- Louarnik le petit renard, Plouguin : 3 km = 1h30
- L'étang des Korrigans, Bourg-Blanc : 2,5 km = 1h30

Disponible sur l'App Store et le Google Store, il vous suffit de télécharger l'application Baludik et de choisir le parcours qui vous intéresse sur la carte.

## À la rencontre des perles du territoire

Plongez dans l'univers captivant de nombreux artistes et artisans qui ont élu domicile au Pays des Abers. Avec une passion débordante, ils vous partageront les secrets de leur métier, vous dévoilant la magie opérant sous leurs doigts habiles. Laissez-vous emporter par leurs univers artistiques et gastronomiques, prenez le temps d'observer, d'écouter, de toucher, de sentir et de goûter ces trésors... Imprégnez-vous de l'atmosphère unique de ce petit coin de paradis où la créativité des artisans se mêle harmonieusement aux délices gourmandes. Un coup de cœur assuré pour un souvenir authentique des Abers!



pour en savoir plus sur les visites et découvertes des savoir-faire



## Les gens d'ici vous parle de là-bas

Prolongez l'expérience avec À l'ouest, le podcast de l'Office de Tourisme du Pays des Abers.



pour écouter les épisodes c'est par ici!



## LES MARCHÉS du territoire

- LUNDI**  
• Lesneven : le matin
- MARDI**  
• Landéda : le matin du 8 juillet au 19 août 2025  
• Plouguin : à partir de 15h30 (petit marché de producteurs)  
• Tréglonou : à partir de 16h30 du 8 juillet au 26 août 2025 marché à la ferme au Manoir de Trouzillit
- MERCREDI**  
• Lannilis : le matin
- JEUDI**  
• Plouguerneau : le matin
- VENREDI**  
• Plabennec : de 15h30 à 19h (petit marché de producteurs)
- VENREDI**  
• Port de l'Aber Wrac'h - Landéda : à partir de 14h30 du 11 juillet au 22 août 2025 (petit marché d'artisans)
- Lanvaon - Plouguerneau : marché à partir de 18h du 18 juillet au 22 août 2025
- SAMEDI**  
• Saint-Renan : le matin
- DIMANCHE**  
• Brest Halles Saint-Louis : le matin  
• Saint-Pabu : le matin en période estivale  
• Lilia-Plouguerneau : de 9h à 13h du 13/07 au 24/08/2025



## PALUDEN.

LANNILIS

10, RUE DE LA ROCHE

VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES PERSONNALISÉS  
HOMME-FEMME-ENFANT



WWW.PALUDEN-SHOP.FR

## À marée basse

Quand la mer se retire, on se tourne vers les embouchures. En fonction du coefficient, l'estran découvre s'explorer bottes aux pieds, ou pieds nus! Rochers, algues, coquillages... Il y a beaucoup de choses à observer. Dans la rivière, les berges se découvrent et offrent un excellent garde-manger pour les oiseaux que l'on observe en toute discrétion!

Petit secret : idéal à marée basse ou à mi-marée, une cabane d'observation vous attend au pont de Tréglonou, n'oubliez pas vos jumelles!

Sur le territoire du Pays des Abers, de nombreuses îles sont accessibles à pied. Elles sont nombreuses, parfois invisibles, mais les îles de l'archipel des Abers sont bien là. Parsemées dans les eaux de la mer Celtique. Chacune avec leur histoire et leur patrimoine. Néanmoins, il faut surveiller la marée, voici quelques conseils :

Accessible à chaque marée basse, l'île Wrac'h est une petite oasis aux portes de l'Aber Wrac'h. 15 minutes de marche vous séparent de ce petit havre de paix entre refuge et paradis. Pour vous y rendre, surveillez les horaires de marées : accès 3 heures avant et jusqu'à 3 heures après la marée basse.



## Échappez-vous sur la route des phares, quelle idée lumineuse!



La Bretagne abrite à elle seule plus de 75 % des phares de France. Cependant, c'est spécifiquement sur la pointe du Finistère, que l'on découvre la concentration la plus importante de ces édifices, véritables témoins de l'histoire et de la culture de notre région.

**SUR LES ÎLES :**  
Démarez par l'île Viegre et ses deux phares. Le 1<sup>er</sup>, haut de 33 m, fut mis en service en 1845. À ses pieds, l'ancienne maison des gardiens, devenue écogite d'exception. Le 2<sup>e</sup>, mis en service en 1902, est le plus haut phare d'Europe avec ses 82,5 m. Il offre un panorama exceptionnel sur la côte et se visite d'avril à octobre. Sur l'île Wrac'h, le phare est aujourd'hui une résidence d'artistes en plus d'être un feu d'alignement, qui ouvre ses portes l'été afin d'observer leurs œuvres.

**À TERRE :**  
Découvrez le sémaphore de Landéda implanté sur un site exceptionnel avec son panorama sur l'entrée du chenal de l'Aber Wrac'h. Il a aujourd'hui perdu sa fonction originelle et est devenu un centre culturel où sont présentées des expositions durant la période estivale. Enfin, laissez-vous séduire par le phare de Lanvaon, à Plouguerneau. Considéré comme un paradis pour les gardiens de phare, aujourd'hui il demeure un feu d'alignement. Durant la période estivale, découvrez une exposition dans les jardins du phare.

## Passez la porte de l'Office de Tourisme!

- LANDÉDA L'ABER WRAC'H**  
Port de l'Aber Wrac'h  
+33 (0)2 98 04 05 43
- PLOUGUERNEAU**  
6 Place de l'Europe  
+33 (0)2 98 04 70 93
- LANNILIS**  
1 Rue Jean Trémelin  
+33 (0)2 98 04 05 43



**BILLETTERIE :** À l'Office de Tourisme, on vous simplifie la vie! Réservez vos excursions et visites en un seul endroit. De l'île Viegre à l'île d'Ouessant en passant par Océanopolis, événements et transports... Notre service de billetterie vous offre toutes les possibilités en un seul point. Plus pratique, non? Et qui sait, nous avons peut-être aussi des bons plans à vous suggérer!

**BOUTIQUE :** Ne rater pas l'occasion de découvrir des souvenirs uniques et des idées cadeaux exclusives, ainsi que nos fiches de randonnée! Nous proposons des affiches, des livres, des puzzles, de la petite décoration et bien plus encore... Rendez-vous à l'office de tourisme et n'oubliez pas de repartir avec une carte postale!

### DÉCOUVRIR LES BONNES ADRESSES DU TERRITOIRE POUR :



www.akers-tourisme.com - office@akers-tourisme.com

