



# Communiqué de presse

mai 2023



## LA BRETAGNE SUD EN MOUVEMENT : UNE SEMAINE DE RANDONNÉES ET D'ACTIVITÉS NATURE DU 10 AU 17 JUIN

Points de vue à couper le souffle, petits sentiers secrets, forêts domaniales, vallées, chaos rocheux, rias, plages, GR34®... la diversité naturelle du sud de la Bretagne se découvre du 10 au 17 juin à travers des randonnées accompagnées et un panel d'activités outdoor proposées par les offices de tourisme Quimperlé les rias et Lorient Bretagne Sud. Pendant une semaine, une quinzaine de randonnées thématiques pour tous les niveaux permet de sillonner la région et de découvrir les richesses patrimoniales côté mer et côté terre. Pour compléter le programme, des activités maritimes (paddle, canoë, longe-côte...) et en pleine forêt (Sylvothérapie, découverte des plantes...) promettent une semaine oxygénée en plein air avant l'été !

### Des randonnées thématiques accompagnées

De 9 à 20 km, les itinéraires ont été préparés par les associations locales de randonnées – partenaires de l'événement – pour permettre aux pratiquants de tous les niveaux de participer. Sur inscription à la journée (3€) ou à la demi-journée (2€), les thématiques sont variées ; découverte de la rade de Lorient, marche le long de la Laïta, paysages intérieurs autour de Bannalec... les randonnées sont accompagnées par des amoureux de la nature et/ou des guides du pays d'Art et d'Histoire, tous friands de partages autour de leurs passions le temps de la balade.

**À NOTER :** Randonnée accessible aux personnes en situation de handicap : L'itinéraire emprunte le nouveau tronçon – ouvert en avril dernier – du GR34® accessible aux personnes à mobilité réduite, offrant une vue imprenable sur la mer et l'embouchure de la Laïta.

*Samedi 17 juin - 3 départs dans la journée - 2€ par personne*

### Un large panel d'activités outdoor

Armor ou Argoat ? Le programme proposé par les professionnels des loisirs de la Destination Quimperlé les rias et de Lorient Bretagne Sud permet de découvrir des activités sur l'eau (paddle, canoë, bateau...), dans l'eau (longe-côte, rando palmée...) mais aussi de sillonner l'intérieur des terres à cheval, d'écouter les médiateurs du patrimoine dans les vallons, de visiter la Petite Cité de Caractère de Port-Louis ou encore d'apprendre à cueillir les plantes sauvages des rias pour en apprécier les bienfaits dans les assiettes.

**À NOTER :** Bain de forêt à Plömer : Plantes, Piafs & Cie propose une activité ressourçante en plein cœur de la nature. Le temps d'une marche lente, on écoute, on respire avec les arbres, on se reconnecte avec les éléments naturels...

*Dimanche 11 juin - 9h30 - 28€ par personne*

### SEMAINE DES RANDONNÉES ET DES ACTIVITÉS NATURE

Du 10 au 17 juin 2023

Sur réservation - 2€ la 1/2 journée et 3€ la journée pour les randonnées

Tarif variable en fonction des activités outdoor choisies.

Informations et programme détaillé sur [quimperle-lesrias.bzh](http://quimperle-lesrias.bzh) et [lorientbretagnesudtourisme.fr](http://lorientbretagnesudtourisme.fr)

Par tél au 02 98 39 67 28 et 02 97 84 78 00 et dans les offices de tourisme.



### CONTACT PRESSE

MARIE-JULIE GOUNIOT

[mariejulie@mariejuliegouniot.com](mailto:mariejulie@mariejuliegouniot.com)

06 43 05 62 90