



Irás como turista.

**VOLVERÁS COMO  
UN BRETON.**

**BRETAGNE** <sup>BE</sup>



Empezaste tu viaje reticente. Bretaña está en los confines del mundo.

Asocias Bretaña con el mar, las borrascas y las galletas de mantequilla. Y con un sol que brilla por su ausencia.

Pero a medida que avanzas en tu periplo, te va embargando una extraña sensación.

No eres un turista más, eres un bretón entre los bretones. Visitas los lugares que tu amigo te recomendó. Ahora, Brocéliande no tiene ningún secreto para ti. En vez de una copa de vino, sostienes un cuenco de sidra. Al salir de un café, te despides con un tímido «kenavo».

Las mejores series de Netflix se quedan cortas ante el espectáculo de las mareas. Por fin, dejas que Bretaña te habite.

En el camino de vuelta, los recuerdos se confunden. Y te sientes invadir por una certeza.

Esta primera escapada no será la última. Porque siempre regresamos al lugar donde nos sentimos en casa.

**Irás como turista  
y volverás como bretón**

Arribas a esta tierra desconocida

# Y RETORNAS CON ALMA CELTA

Antes de llegar, seguro que habías caído en el estereotipo del tocado y la gaita típicos bretones. Al principio, para ti, eran el alfa y el omega de Bretaña.

Salvo que poco a poco te has ido impregnando de cultura bretona (no solo de sidra). Esperabas ver danzas con un deje trasnochado. Contra todo pronóstico, las danzas circulares celtas rezuman modernidad gracias a unos ritmos remasterizados y la juventud de los bailarines. Es cierto que antes ignorabas totalmente su existencia, pero a la vuelta de una esquina, estas escenas te llaman la atención. La tradición bretona en su máximo esplendor. Incluso te aventuras a entrar en uno de esos círculos. Ahora sabes que la mano derecha en la espalda simboliza el final de la cadena.

Y esos trajes, con redes y pedrería que no dejan indiferente. Auténticas obras de arte que trastocan los códigos del bordado. La esencia permanece intacta, a pesar de todas las libertades que se ha tomado la tradición. No se deja nada por el camino. Te llevas en la maleta el cuenco bretón revisitado con toques punk de la mano del artista Mathieu Pung.

La nueva guardia recupera los códigos tradicionales. Portavelas o gafas fabricadas con conchas. Vasos hechos con minerales bretones. Maestría y saber hacer con tintes locales. La inspiración se recoge a paladas en la zona intermareal y tierra adentro.

También has actualizado tu playlist. En tus oídos resuenan melodías de los mejores festivales bretones. Desde los Transmusicales hasta Astropolis, pasando por Mythos, auténticas instituciones con lo mejor de casa y del extranjero. Pop, rock, electrónica... Vibes y estilos en perfecta armonía.

Leyendas y saber hacer

# Inmersión en pleno corazón del alma celta

Una gran bocanada de magia.  
Creadores inspirados y paisajes irreales en los confines del mundo.

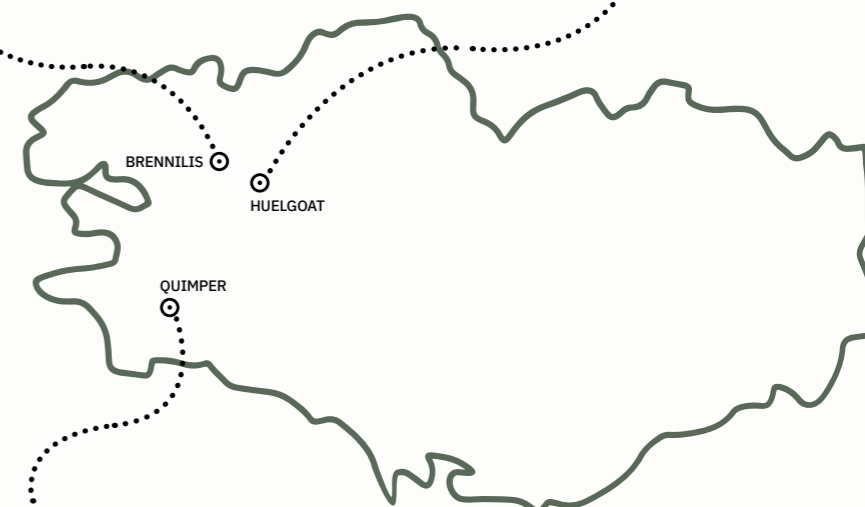
En pleno corazón de Finistère crepita la llama celta bretona.  
Desde Quimper hasta los Montes de Arrée, pasando por un bosque legendario,  
se fusionan naturaleza y saber hacer

DÍA 2

## BESTIARIO IMAGINARIO: ELFOS Y KORRIGANS

Bosque de Huelgoat

Te pones en modo místico y sigues a Pierre, el guía. Durante esta visita, escuchas nombres que resuenan en tu imaginario: río de Plata, molino del Caos, cueva de Artus... Cada roca tiene su historia y sus mitos. Acaricias estos bloques de extrañas formas geológicas, pulidos por el tiempo y casi suaves al tacto. Un decorado de sotobosque, claros cubiertos de musgo y agua. Oxigenación asegurada. ¿Cómo no detenerse ante la Roche Tremblante? 130 toneladas de granito. Intentas encontrar el punto de oscilación de esta «piedra tambaleante». Un asiduo del lugar comparte las técnicas para mover a la estrella de Huelgoat. Te enteras de que Huelgoat fue la cuna de la familia del novelista Jack Kerouac. Pero que jamás supo nada al respecto. Después del paseo, paramos en L'Autre Rive, un acogedor café-librería para picotear unas quichounettes de la mer (pequeñas quiches) y hojear unos libros.



DÍA 1

## SABER HACER Y DANZA

Quimper

Estás de visita en Quimper. Tenías una ligera idea en la cabeza: casas con entramado de madera, fábricas de cerámica... Pero ignorabas totalmente su talante creativo. En la fábrica de cerámica Henriot-Quimper, puedes contemplar las diferentes etapas de fabricación: todos los pasos entre los hornos y los moldes. Nos llama especialmente la atención el delicado trabajo de las «pintoras». No has podido sacar fotos. Es secreto de fabricación. Nos tomamos algo en el Café Céramique para ponernos a prueba con la pintura sobre loza. ¡Coge tus plantillas y disfruta! École de Broderie d'art Pascal Jaouen: un festín para la vista. Los cursos de verano te llaman la atención... ¡ánimate y agenda una fecha! Tu reto son los bordados Glazig. Como broche final de la jornada, nada mejor que un espectáculo callejero. El nombre de la compañía no es fácil de recordar: Eostiged ar Stangala. Ahí donde la ves, ha ganado 17 títulos de campeona de Bretaña. Seguro que ya estás siguiendo el rastro de su próximo espectáculo. Lo tiene todo para disfrutar al máximo: el ritmo, la energía de la juventud, los círculos abiertos y los movimientos que todos conocemos. Eso sí, con una esencia acorde a las tendencias actuales.

DÍA 3

## HIMALAYA BRETON

Montes de Arrée

El gusto por las leyendas te ha cautivado. Aquí, la belleza desconcertante de los paisajes ha ido forjando mitos. Roca, hierba y landa hasta donde alcanza la vista. Y además, la compañía de un cordero que cuida de la naturaleza. Caminas hasta Roc'h Trevezel. Frente a esta estepa bretona, la llamada del móvil es difícil de ignorar. Ante tus ojos, todo lo que querías capturar en una foto: ese cielo tan bajo y repleto de contrastes. Los senderistas te recomiendan no conformarte con las vistas y darte una vuelta por las rocas para apreciar el corte en zigzag. A mediodía, nos damos un respiro. En Brennilis, entramos en Le Youdig para probar un auténtico kig ha farz, cocido bretón con relleno de harina de trigo y sarraceno, cocinado a fuego lento durante 5 horas. Es copioso e ideal para compartir. De postre, cantos bretones. Intentas chapurrear algunas estrofas. No te preocupes, nadie te está escuchando. Todos están embriagados por el ambiente. Su carácter rústico y auténtico es innegable. Al caer la noche, ponemos rumbo a la capilla Saint-Michel de Brasparts (siglo XVII). Estar tan cerca del trabajo del diseñador Ronan Bouroullec es todo un privilegio. La ligereza del acero se fusiona con la solidez del granito. Al final del día, te animas a participar en una caminata narrada en versión nocturna, con la asociación ADDES, entre las cimas de los Montes de Arrée y las marismas de Yeun-Elez. Cuentos tradicionales. Se dibujan las formas de esas criaturas legendarias llamadas «lavanderas de la noche». A la luz de las lámparas de petróleo, no hay que esforzarse mucho para hacer volar la imaginación.

TIPS para disfrutones



### Tendencia veggie

La Maison Kerogan, en Quimper, nuevo establecimiento con brunchs, tapas y salón de té con vistas al río Odet. Con una auténtica oferta vegetariana.



### Productos de proximidad

L'Auberge du Menez en Saint-Rivoal. Una mesa comprometida con sus productores locales. Platos creativos alrededor de productos de la tierra.



### Dormir en un refugio de madera

Douarenn, madriguera en bretón, en Berrien. Casa acogedora de madera. Grandes ventanales donde el exterior se cuela en el interior. Una red colgante para soñar y disfrutar de un buen libro. En el exterior, un huerto, una naturaleza omnipresente en una superficie de 8000 m2 y un baño caliente revitalizante – desde 240 € la noche (2 noches mínimo).



### La maestría del trabajo del mimbre

El mimbrero-cestero Michel Le Guilcher, artista y artesano, hace maravillas con las cañas que él mismo recoge, corta, calibra y seca en su plantación de mimbreras en Plourac'h. Elegancia y alta cestería.

# Léxico bretón

En la tierra del biniou (gaita bretona) y de los bagadous (formaciones musicales), nos encanta el fest-noz (fiesta de noche) y el gouren (lucha tradicional). En cuanto a gastronomía, el kig ha farz (cocido típico), el kouign-amann (dulce tradicional) y la krampouezh (crepe) nos apasionan. Y nos fascina soñar frente al mor-bras (gran mar). ¿Cómo te quedas? Este pequeño léxico te enseñará más.

<p>DEMAT <i>Buenos días</i></p>	<p><b>KALON DIGOR !</b> <i>¡Buen provecho!</i></p>	<p>Aquí no salimos de fiesta, <b>nos vamos de RIBOUL</b></p>
<p>Aquí no llueve, se dice que <b>CRACHINE</b></p>	<p>Aquí no eres un comilón <b>sino un GUELLE</b></p>	
<p> <b>ARMOR</b> <i>Mar</i></p>	<p> <b>DEGEMER MAT</b> <i>Bienvenid@</i></p>	<p>AN ARGOAT <i>En el interior (bosques y landas)</i></p>
<p>GWENN <i>Blanco</i></p>	<p>BIHAN <i>Pequeño</i></p>	<p> Si está lejos <b>Está a perpète o a Dreux.</b></p>
<p> <b>KRAMPOUEZH</b> <i>Creps</i></p>	<p><b>KER</b> <i>Ciudad</i></p>	<p><b>AMANN</b> <i>Mantequilla</i></p>
<p>TRUGAREZ <i>Gracias</i></p>	<p>DU <i>Negro</i></p>	<p>MOR-BIHAN <i>Pequeño mar</i></p>
<p><b>YEC'HED MAT</b> <i>¡Salud!</i></p>	<p> <b>MA DOUÉ !</b> <i>¡Dios mío!</i> Y su variante : <b>MA DOUÉ BÉNIGET !</b> <i>Si estás muy sorprendido</i></p>	<p> <b>BREIZH</b> <i>Bretaña</i></p>
		<p><b>KENAVO</b> <i>Adios</i></p>



# Hilo de seda

Mathias Ouvrard

Una suave luz matinal baña el taller. A esta hora, reina todavía una atmósfera tranquila. Una taza de té humeante espera cerca del maniquí con una pieza lista para bordar. Te presentamos a Mathias Ouvrard, artista textil y plástico, que nos revela su universo tan espléndido como resplandeciente.

El traje tradicional bretón no se reduce al icónico tocado bigouden. Mathias Ouvrard nos ayuda a descubrir los numerosos tesoros de un saber ancestral que se mantiene vivo.

Gracias a su ojo experto y la habilidad de sus gestos, crea diseños con una sutileza insólita, que trascienden cualquier noción del tiempo y devuelven su pedigrí a las artes textiles bretonas.

Si bien Mathias se crió entre las Antillas y Bretaña, en esta última es donde ha encontrado su lugar preferido de trabajo e inspiración. Su encuentro con el vestuario tradicional bretón se lo debe a su práctica de la danza regional, por la que pronto demostraría una gran pasión. En 2004, en la sección adulta del grupo, se le pidió que confeccionara una pieza textil para completar su traje.

Así pues, se lanzó a diseñar un sombrero, lo que le llevó a explorar la técnica de la cinta perlada. Esta requiere una gran habilidad manual, pero el joven Mathias no se desanimó: el bordado y sus agujas lo atraparon entre sus «hilos» para siempre.

Él, que soñaba con ser soplador de vidrio, se dejó llevar por los ánimos de sus profesores y se fue a la capital para estudiar en la Escuela Duperré. Allí obtuvo su diploma de oficios de artesanía. Sin embargo, su tesina abordó el tema del traje tradicional.



Siguió investigando, frecuentando los museos de Quimper y de Pont-l'Abbé y ampliando sus conocimientos de la estética bretona. Encontró su inspiración en la indumentaria tradicional del sur de Finistère de principios del siglo XX. Por aquel entonces, el bordado era más sofisticado y se desarrollaba en grandes volutas, palmeritas y círculos concéntricos. Estos son algunos de los elementos que caracterizan los diseños del artista, elogiados en el fragor del último Festival Intercéltico de Lorient.

En las creaciones de Mathias prevalece el ennoblecimiento del traje. El papel protagonista se lo lleva el terciopelo, un material ya omnipresente en los trajes de época, que también encontramos en sus mosaicos decorativos. Para Mathias, el terciopelo ofrece infinitas posibilidades, especialmente la de absorber y reflejar la luz. Regala un maravilloso espectáculo a quien se toma el tiempo de contemplarlo.

**« Quiero crear una prenda que no refleje una pertenencia férrea a un territorio, sino que, por el contrario, exprese una herencia y un saber hacer, y que celebre la diversidad »**

Reconocer lo hermoso de la vida diaria, saber valorar la necesidad de tener más tiempo en un mundo donde todo se acelera: esa es la invitación de Mathias Ouvrard quien, a través de su extraordinario trabajo demuestra el vanguardismo inaudito de la indumentaria tradicional bretona.

#### Información práctica

[mathiasouvrard.com](http://mathiasouvrard.com) / @mathiasouvrard



Lejos de la multitud

# Tesoros escondidos entre callejuelas

Entre callejones serenos y rincones olvidados por el paso del tiempo, los pueblos bretones esconden tesoros que solo los ojos más curiosos logran descubrir.

Cada piedra, cada esquina guarda el susurro de una Bretaña auténtica que solo aquellos caminantes dispuestos a perderse por sus calles pueden adivinar.

## ASCENSO A LAS TORRES DE LA CATEDRAL DE QUIMPER

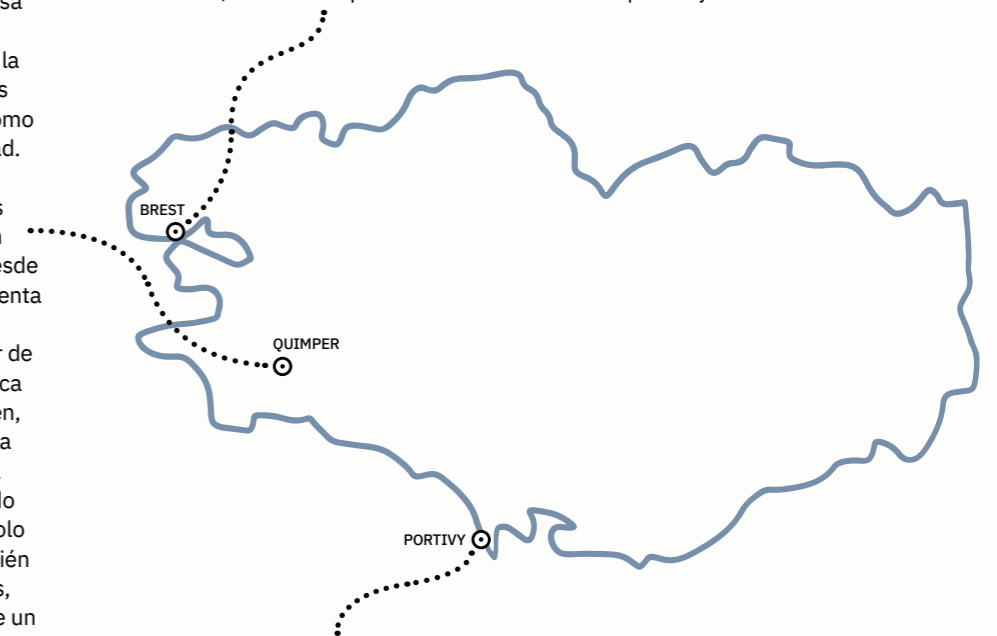
Quimper

En el corazón de Quimper, la majestuosa catedral guarda un secreto accesible solo para los espíritus más intrépidos: la cima de sus torres. Al ascender por sus escaleras empinadas, uno se siente como si se sumergiera en el alma de la ciudad. Una vez allí, el mundo se despliega en una danza de tejados de pizarra, calles serpenteantes y paisajes que susurran historias de siglos pasados. La vista desde lo alto es un canto silencioso que presenta el esplendor de Quimper, un cálido abrazo entre la piedra, el cielo y el mar de Bretaña. Y en medio de esta panorámica se alza la estatua del rey Gradlon, quien, según la leyenda, fue el último en ver la ciudad de Ys antes de que se hundiera bajo las aguas, arrastrada por el pecado de su hija Dahut. La figura del rey no solo simboliza su soberanía, sino que también guarda la memoria de la tragedia de Ys, vigilando Quimper con la mirada fija de un soberano que perdió su reino y su ciudad, y cuya historia recuerda una y otra vez la eterna conexión entre el hombre y el mar.

## LA CALLE SAINT-MALO: EL ALMA INTACTA DE BREST

Brest

En pleno corazón de Brest, existe un rincón de otra época: la calle Saint-Malo, un pequeño tesoro oculto en el barrio de Recouvrance. Esta calle, la única que permaneció en pie tras los devastadores bombardeos de la Segunda Guerra Mundial, guarda las huellas de un pasado olvidado. Construida en 1690 para los trabajadores navales, sus casas de piedra son testigos del viejo Brest popular. A lo largo de los años, ha resistido tanto a la destrucción como a la modernización urbana, y su conservación se debe a la labor de la asociación Vivre la Rue. Hoy en día, esta calle es un espacio vibrante donde el arte y los eventos callejeros reviven su esencia, atrayendo a aquellos que buscan autenticidad. Un lugar imprescindible para descubrir, a solo unos pasos de los Ateliers des Capucins y del teleférico.



## PORTIVY, UN TESORO ESCONDIDO EN LA BAHÍA DE QUIBERON

Portivy

Al final de la península de Quiberon, Portivy se presenta como un rincón auténtico donde el tiempo parece haberse detenido. Sin las aglomeraciones de los destinos más turísticos, aquí se respira una calma que te hace sentir como un bretón más. Los barcos de pesca se mecen suavemente en el puerto, mientras los pescadores locales relatan sus historias del día. Cada paseo por sus muelles, con el sonido relajante de las olas y el aroma del mar, invita a reconectar con la vida sencilla y genuina de la costa. La experiencia se completa con los sabores del lugar: en las pequeñas tabernas y restaurantes que rodean el puerto, los mariscos llegan a la mesa frescos y desbordantes de sabor. Desde Portivy, es fácil aventurarse hacia la emblemática costa salvaje de Quiberon, donde los acantilados dramáticos y las playas escondidas ofrecen paisajes que parecen sacados de un sueño. Cada rincón de este pequeño puerto tiene un encanto especial, dejando en el visitante la sensación de haber encontrado un secreto que pocos conocen. Portivy no necesita grandes adornos ni fama para enamorar. Es un lugar para desconectar, disfrutar de una buena comida y, sobre todo, para dejarse llevar por el ritmo pausado de la vida junto al mar. Un rincón que te invita a volver una y otra vez.

TIPS para disfrutarlos



### Creatividad y pausa en Quimper

Un espacio con la posibilidad de pintar piezas únicas mientras se disfruta de una pausa agradable.

+info: <https://lecafeceramique.fr>



### Escapada en velero por el Mor Braz

Navegar con Moana es adentrarse en el océano y descubrir sus paisajes, su historia y su esencia. Una experiencia única.

+info: [www.moanahistoiresdocean.com](http://www.moanahistoiresdocean.com)



### Carnac y sus 3000 megalitos

Carnac, tierra de misterios y leyendas, alberga los alineamientos de menhires más impresionantes del mundo. Un paisaje ancestral donde la historia y la naturaleza se encuentran.

+info: [www.ot-carnac.fr](http://www.ot-carnac.fr)



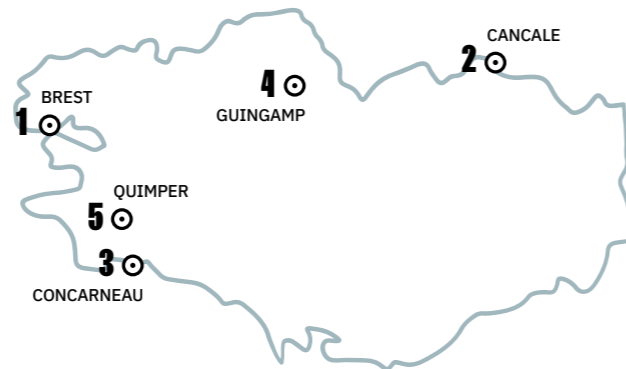
### Noche frente al océano

Le Barracuda & spa en Brest desde 126€ la noche en habitación doble.

+info: [www.barracuda-spa.com](http://www.barracuda-spa.com)

# Momentos únicos

que solo se viven en Bretaña



1.



## BREST, DONDE EL VIENTO CUENTA HISTORIAS DE MAR Y TEMPESTAD

*Brest*

Cuando el cielo se repliega en grises infinitos y el viento aúlla su sinfonía salvaje, los habitantes de Brest acuden a la costa, no como espectadores, sino como cómplices de la furia del océano. Hay algo ancestral en este gesto; es una respuesta a la llamada de las raíces marinas que sustentan la ciudad. Envueltos en abrigos que desafían el salitre y la humedad, los ojos de los paseantes se pierden en los rugidos del horizonte. Las olas estallan contra las rocas, trazando espumas de pinceladas blancas sobre el lienzo tejido por la borrasca. Entre los vientos se escuchan risas, murmullos y el eco de historias contadas de generación en generación, en las que cada tormenta lleva el nombre de un recuerdo.

No es temeridad ni simple curiosidad, sino un acto de comunión con la indómita naturaleza. Observar la tempestad es una forma de reafirmar la pertenencia a esta tierra enérgica, de rendir homenaje a los días en los que la pesca y el mar marcaban el ciclo de la vida.

2.



## CANCALE Y EL RITUAL DE LAS OSTRAS: UNA TRADICIÓN FRENTE AL MAR

*Cancale*

En la orilla de Cancale, donde la marea despliega sus misterios, los locales ofrecen ostras frescas en pequeños puestos frente al mar. Puedes comprarlas allí mismo, los pescadores te las abren con maestría. Disfrutarás de su frescura mientras las olas continúan susurrando su eterno vaivén, en un bocado que une al mar y al hombre: sal, frescura y vida. Con la concha vacía en la mano, los habitantes y viajeros celebran un rito ancestral. La lanzan al océano, en un gesto de agradecimiento y retorno, como si en cada carcasa devuelta resonara un pacto con la inmensidad. Las ostras de Cancale, reconocidas por su calidad excepcional, capturan la esencia pura del Atlántico. Criadas en un entorno natural donde las corrientes marinas y el plancton les confieren su inconfundible sabor, estas ostras son una joya de la gastronomía. Además, su cultivo sigue prácticas sostenibles que protegen los ecosistemas y aseguran su disfrute para futuras generaciones.



3.

## LES FILETS BLEUS DE CONCARNEAU, UN FESTIVAL CON RAÍCES BRETONAS

*Concarneau*

Bajo el cielo cambiante de Concarneau, cada agosto desde 1905, Les Filets Bleus transforman esta ciudad portuaria en un poema vivo de tradición y mar. Este festival, nacido del espíritu marinero, canta la historia de los pescadores y sus redes azules, símbolos de una época donde el océano lo era todo. Las calles se llenan de música celta y el eco de los binioùs, las gaitas bretonas, invita a los visitantes a unirse a la fiesta. Los trajes tradicionales, bordados con maestría, danzan al compás de los pasos transmitidos de generación en generación, mientras el aire se impregna de sal, algas y el aroma dulce de las crepes bretonas. Frente al puerto, los barcos se mecen como en un vals, testigos del desfile en el que la elegancia del pasado se entrelaza con el entusiasmo del presente. Aquí, el mar es el poeta, la música es su verso y el pueblo de Concarneau, su narrador. Les Filets Bleus no es solo un festival, es un homenaje eterno a la identidad bretona y a su romance con el océano.

4.

## LA FÊTE DE LA SAINT-LOUP: EL ALMA DANZANTE DE GUINGAMP

*Guingamp*

En el corazón de una Bretaña en la que la tradición se fusiona con el presente, cada año la Fête de la Saint-Loup renace en Guingamp como un himno a la danza y a la identidad. Desde hace siglos, este festival celebra las gavotas, las an dro y las fisel, esas danzas antiguas que narran historias de marineros y campesinos, y que configuran el alma colectiva de un pueblo. Las calles vibran al son de las bombardas y los binioùs, mientras los trajes de vivos colores y bordados ancestrales iluminan la ciudad. Niños, jóvenes y ancianos toman el pulso a la tradición, demostrando que lo antiguo encuentra siempre su lugar en el presente. Este festejo no es solo una mirada al pasado. Es un tributo vivo, una fiesta moderna que aúna a generaciones en un mismo latido bretón. Guingamp se transforma en un escenario, un abrazo cultural que acoge a todo aquel que quiera perderse entre las rondas, los mercados y el júbilo del pueblo.

5.

## EOSTIGED AR STANGALA: LA MODERNIDAD AL RITMO DE LA TRADICIÓN BRETONA

*Quimper*

En el corazón de Quimper, cuando la brisa trae ecos de gaitas y tambores, emergen los Eostiged ar Stangala, guardianes de la danza tradicional bretona. Este grupo de danza, cuyo nombre significa «Los ruiseñores del Stangala», no solo rinde homenaje al folclore, sino que lo renueva con cada movimiento, con cada giro de sus trajes bordados. Asistir a uno de sus ensayos es como abrir una ventana al alma de Bretaña. En la penumbra de la sala, los pasos resuenan como latidos, los giros se transforman en suspiros del pasado y el canto de las gaitas eleva el espíritu. Los bailarines, concentrados y llenos de pasión, dibujan en el aire las historias de su tierra, con una elegancia que parece suspendida en el tiempo.

Aquí no hay escenario, ni distancia: hay proximidad, hay calidez. Quien se detiene a observar no solo ve un ensayo, sino que se convierte en parte del latir de una cultura viva, en una conversación silenciosa entre el arte y el espectador.





Llegas con un  
paladar exigente

# Y REGRESAS COMO UN AUTÉNTICO GOURMET

Seguro que ya has probado las ostras alguna vez. Probablemente lo hagas cada Navidad. Pensabas que no descubrirías nada nuevo. Pero te equivocas. En el mar de la isla efímera Callot, en compañía de Christian, ostricultor, y con tus botas sobre la arena, recoges a mano unas ostras de Ile Blanche. Las que vas a degustar en la terraza. Con los pies en el agua. Sin platos, ni cubiertos. Y mucho menos el sacrilegio de echarles limón. Tan solo una puesta de sol. Sientes que la bahía al completo te estalla en la boca.

Tu paladar se activa y tus ojos rebuscan. La belleza de los gestos. La cosecha de la flor de sal. El manejo de la guadaña para recoger las algas. El laminado de la masa de kouign amann. Todo eso te transforma en un gourmet todoterreno.

Aquí proliferan las granjas-albergues. Deleita tu paladar con un tradicional kig ha farz. Cada textura esconde una nueva sorpresa. Elixir de chouchenn. Ahumados de pescado. El suave amargor de la col kale.

Madrugas para ir a la lonja. Una avalancha de salitre y yodo. Las últimas embarcaciones descargan la pesca de la noche. Doradas, lubinas y abadejos se clasifican. La experiencia en su máximo apogeo: la subasta comienza. Expresiones serias. La vista puesta en las pantallas para observar el precio del pescado. Un pescadero vivaracho acaba de apretar el botón de compra.

Las cocinas también alcanzan su paroxismo. El relevo generacional está asegurado. Antes de marcharte, reserva una mesa en Méréo, en Rennes. Japón se instala en Bretaña. Su nexa de unión: el trigo sarraceno.

# La maestría del gesto



## EL LAMINADO HIPNÓTICO DEL KOUIGN-AMANN

Se requiere cierta habilidad para elaborar esta delicia. Masa de pan, mantequilla y azúcar se mezclan para crear este dulce icónico. Tres pasos principales conforman el ritual: doblar, extender y voltear. Gestos para repetir en bucle hasta conseguir un sutil hojaldrado. Esta técnica, el «plegado», se basa en realizar pliegues sucesivos superpuestos con la mantequilla entre las capas de masa. «Lo hace quien quiere, lo logra quien puede», pero para comer... ¡todos somos iguales! Para degustar el auténtico kouign-amann bretón, confiamos en la asociación del «Véritable kouign-amann de Douarnenez». Allí lo prefieren caramelizado. También echamos un ojo al concurso del mejor kouign-amann con las mejores recomendaciones: Boulangerie des Plomarc'h en Douarnenez, Zeste de Gourmandise en Iffendic, Douceurs chocolats T' en Landerneau...



### QUESERÍA LE GROS CHÊNE: TRADICIÓN Y CALIDAD EN CADA QUESO

A tan solo 3 km del mercado de Betton, uno de los más bellos de Bretaña, se encuentra la granja de Philippe y Emilien, dos apasionados productores que en 2019 decidieron emprender un proyecto quesero único. Para diferenciarse de otras iniciativas, optaron por especializarse en la vaca bretona pie noire, una raza histórica que llegó a estar a punto de desaparecer hace tan solo unos pocos años. Gracias a este esfuerzo, no solo contribuyen a preservar la especie, sino que obtienen una leche de alta calidad, rica en proteínas y grasas, ideal para elaborar productos lácteos de gran sabor. En su tienda, los visitantes pueden encontrar una variedad de productos frescos y locales: desde la tomme de leche cruda, el queso blanco y el yogur natural hasta el arroz con leche y crema. Además, colaboran con un productor local de frutas y verduras, ofreciendo mermeladas caseras y zumo de manzana. Todo ello se puede encontrar en la pequeña tienda de su granja, un lugar que invita a detenerse y disfrutar de productos artesanales de calidad. Y si estás recorriendo la vía verde que conecta Betton con el resto de la región, ni siquiera necesitas bajarte de la bicicleta.



### LES VIVIERS DE LA RIA: PASIÓN POR LAS OSTRAS Y LA NATURALEZA BRETONA

En el corazón de Locoal-Mendon, donde la Ría de Etel serpentea entre paisajes serenos, se alza Les Viviers de la Ria, un rincón donde el amor por el mar y la naturaleza se convierten en oficio. Soazig y Romain de Vargas, custodios de esta tierra marina, retomaron una explotación ostrícola con la determinación de fusionar tradición y pasión. En cada gesto, en cada marea, imprimen su respeto por el entorno que les rodea. Aquí, las ostras y mariscos nacen y crecen al compás de la naturaleza, acariciados por aguas generosas y cuidados con métodos ancestrales que preservan la esencia de la ría. Cada ostra lleva consigo el alma de las aguas bretonas: un sabor puro, fresco, intenso, como un susurro del océano mismo. Soazig y Romain, con su incansable dedicación, no solo cultivan productos de calidad excepcional, sino que también revitalizan una herencia ostrícola que respira al ritmo del mar, asegurando la armonía entre lo que se toma del hábitat marino y lo que se le devuelve. En Les Viviers de la Ria, la naturaleza y la tradición encuentran su equilibrio perfecto.

### EL SABOR AUTÉNTICO DE BRETAÑA EN LA FABRIQUE

En Chavagne, cerca de Rennes, se esconde el paraíso de las galletas. Al frente de esta pastelería artesanal está Stéphane Nicolazo, un apasionado pastelero que en 2015 regresó a su tierra natal con un proyecto lleno de sabor. Con un lema tan tentador como “la mantequilla salada es la vida”, nos hace salivar con solo imaginar sus especialidades. En su obrador se preparan kouign-amann en versiones familiares, individuales o mini, madeleines esponjosas, financiers, galettes de mantequilla, palets bretones, brownies, panes de especias y fondants de chocolate, entre otras delicias. Lo que comenzó como un regreso a los aromas y regustos de la infancia se ha convertido en una historia de pasión y dedicación por los sabores auténticos. Stéphane, inspirado por los recuerdos de su niñez y los entrañables momentos compartidos con sus abuelos, buscó recrear esa dedicación y disfrute por los productos de calidad que marcaron su pasado. Tras más de 20 años compartiendo su pasión por la repostería en ciudades como Rouen, Grenoble y la isla de la Reunión, Stéphane decidió regresar a Bretaña y abrir su propia biscuiterie en 2015. ¡Una gran alegría para todos los amantes de lo artesanal!



### KERNÉ, LA SIDRA QUE CUENTA LA HISTORIA DE LA TIERRA Y EL ALMA DE BRETAÑA

En el corazón del Finistère, cerca de Pouldreuzic, se encuentra Kerné, la sidrería más antigua de Bretaña. Fundada en 1947 por François Sehedic, esta empresa familiar ha mantenido intacta la tradición y el saber hacer artesanal, convirtiéndose en un verdadero emblema de la región. Cada botella de Kerné es una oda a la autenticidad bretona, elaborada con una selección exclusiva solo de manzanas locales, cultivadas en huertos tradicionales y cuidadosamente recolectadas para garantizar una calidad excepcional. En Kerné, la pasión por la sidra se siente en cada etapa del proceso. Las manzanas, procedentes de una treintena de variedades, son prensadas lentamente para extraer su jugo, que luego fermenta naturalmente sin añadidos químicos, preservando así los sabores auténticos y únicos de la sidra bretona. Ya sea seca, semisecca o dulce, cada sidra Kerné ofrece un equilibrio perfecto entre frescura, acidez y dulzura, evocando la esencia de los paisajes verdes y costeros de Bretaña. Su tienda y su sala de degustación invitan a locales y visitantes a conocer más sobre esta bebida icónica y a disfrutar de los matices que hacen de Kerné una marca legendaria.





Erwan Poudoulec

# Un chef inspirado por el viaje

Originario de Bretaña, desde muy joven su pasión por la cocina le llevó a viajar por todo el mundo, exportando el alma y los sabores de su tierra.

Dejó su tierra natal a los dieciocho años para sumergirse en una primera experiencia en Irlanda, en la ciudad de Cork, llevando consigo la esencia de Bretaña. Esta fue la primera parada en un recorrido de quince años en los que fue perfeccionando su arte mientras iba descubriendo nuevos horizontes culinarios: Irlanda, Andorra, España y las islas del Caribe, especialmente Saint-Kitts-and-Nevis y las Bahamas.

En 2012 decidió establecerse en España, donde ha consolidado su carrera como profesor de cocina en la prestigiosa escuela Le Cordon Bleu de Madrid. Desde allí, comparte su conocimiento y pasión por la gastronomía a las futuras generaciones de chefs, dejando una huella indeleble en el actual panorama culinario.

Viajar siempre ha sido una parte fundamental de su trayectoria profesional, un privilegio que ha convertido en una fuente inagotable de inspiración. Cada destino y cada cultura han enriquecido su visión gastronómica, haciendo de cada plato una invitación a recorrer el mundo a través de los sabores. Pero Bretaña siempre ha ocupado un lugar especial en su historia y su cocina.

## LA GALETTE CON ANDOUILLE DE GUÉMÉNÉ, SU MAGDALENA DE PROUST

Para Erwan Poudoulec, chef bretón y apasionado embajador de los sabores de su tierra, si hay un plato que define la esencia de Bretaña, ese es la galette con andouille de Guéméné. Este embutido tradicional, elaborado con precisión artesanal en la región de Guéméné-sur-Scorff, destaca por su inconfundible sabor ahumado y su textura en capas, que lo convierten en el acompañamiento ideal para una auténtica galette de trigo sarraceno.

*“La galette con andouille de Guéméné es un plato que adoro. Cada bocado es una conexión directa con mis raíces bretonas”, comenta Erwan quien, tras haber estado viajando por el mundo durante años, mantiene un cariño especial por los sabores de su infancia.*

La recomendación de Erwan es clara: probar una galette con andouille de Guéméné es la manera perfecta de experimentar los sabores auténticos de Bretaña, una región que sigue siendo su fuente inagotable de inspiración.

Más allá de su amor por la andouille, Erwan confiesa su debilidad por otro icono bretón: el kouign-amann, esa joya dulce que combina mantequilla, azúcar y tradición. Para él, estos productos representan no solo la riqueza culinaria de Bretaña, sino también un vínculo nostálgico con su tierra natal.



## KERROUX, UN REGRESO A LA INFANCIA

Cuando Erwan Poudoulec piensa en su lugar favorito en Bretaña, su mente siempre regresa al pequeño pueblo de Kerroux, en la península de Crozon, en el Finistère. Este rincón mágico, profundamente ligado a su infancia, alberga recuerdos imborrables de días pasados en la casa de su bisabuela, que aún pertenece a la familia.

*“Kerroux es un lugar que adoro, no solo por su belleza natural, sino también por el significado que tiene para mí. Siempre ha sido un espacio de conexión con la naturaleza y con mis raíces familiares”, comenta el chef.*

Uno de sus recuerdos más queridos es caminar por la costa de la Pointe de Kerroux en busca de amatistas, una actividad que mezclaba aventura y contemplación. Las impresionantes vistas de los acantilados, el rugir del mar embravecido y la serenidad de este paisaje intacto hacen de Kerroux un refugio único. Para Erwan, Kerroux no solo representa la esencia salvaje y auténtica de Bretaña, sino también un lazo con la simplicidad y la fuerza de su tierra natal. Un lugar donde las olas y el viento cuentan historias de generaciones pasadas.



Llegas por el paisaje

# PERO TE QUEDAS POR LA AVENTURA

Para ti, la aventura era sinónimo de lejanía, riesgo, mucho tiempo... Por lo menos, a 4000 km de tu casa.

Te apetece moverte sin coger el avión, pero con dos condiciones: sencillez y accesibilidad. No hay tiempo ni energía para andar buscando experiencias en la otra punta del mundo. Quieres reconectarte con la naturaleza sin gastar 15 días de vacaciones pagadas.

Es increíble lo que podemos hacer aquí durante un fin de semana o 4/5 días. Argumentos incontestables para hacerse un cuaderno de bitácora memorable. Coquetear con los acantilados al amanecer en modo coasteering. Sumergirse para contemplar los pecios. Hacer catamarán frente a las islas. Pedalear por las rutas costeras. Aventurarse en un trail tierra adentro. Practicar paddle surf a orillas del Rance. Conocer a un campeón del surf e iniciarse con él.

Y así habrás reducido tu equipaje, tu presupuesto y tu saldo de vacaciones. La tienes a la vuelta de la esquina.

La aventura en los confines del mundo

# Fiordos bretones estivales



La aventura salvaje en un combinado  
abers (rías) e isla Virgen.

DÍA 1

## TRAIL Y KAYAK EN MAR: DE UN ABER A OTRO

Plouguerneau

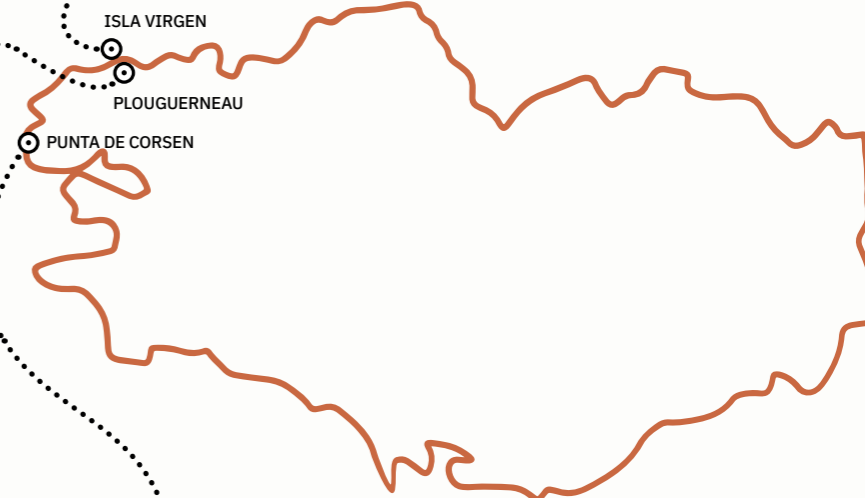
A media hora de Brest, un gran soplo de aire fresco en los abers. El mar se funde con los paisajes tierra adentro. Aventura a lo grande. Te apuntas a un trail frente a este laberinto de agua y rocas. ¿Por qué elegir entre el Aber Wrac'h y el Aber Benoît? La visita a la península de Sainte-Marguerite (circuito 11) ofrece unas vistas de ambos. Después de 5 km por las pequeñas carreteras rurales, pasas a la ruta costera a lo largo de más de 17 km. Inmensidad y naturaleza intacta. Un cuerpo a cuerpo con los elementos. En Landéda, tras los esfuerzos, una especialidad casera reconfortante: el kig ha farz de rape y su relleno negro con harina de sarraceno, en Le Pot de Beurre. Por la tarde, te apetece ver los faros desde el agua. Reserva una salida en kayak. ¡Dura 3 horas y es impresionante! Solo tienes que estirar los brazos para recoger los espaguetis de mar, que se comen crudos. Navegas hasta isla Virgen y su faro construido en piedra, el más alto del mundo. De lejos, solo lo vemos a él. 383 escaleras hasta la cima. El premio por alcanzarla son unas vistas impresionantes de la isla de Ouessant y la isla de Batz.

DÍA 2

## NÁUFRAGOS POR UN DÍA

Isla Virgen

Después de atracar en la isla en kayak, te pones en la piel de un guardián de faro. 6 hectáreas de tierra y roca tan solo para ti. La casa del guardián del faro se alimenta con paneles fotovoltaicos, mini aerogeneradores y agua de lluvia. En el interior, baúles de viajero, una gran mesa y una decoración cuidada al detalle. Un refugio elegante, cómodo y ecológico. Una noche arrullado por el ruido de las olas y los cormoranes, a 1500 m de la tierra. La casa tiene 4 habitaciones, con 2 camas cerradas en total. Esta vivienda marítima de finales del siglo XIX es un regreso a los orígenes. La guinda sobre el pastel: una puerta oculta conduce a la cúpula, a 33 metros del suelo. ¿No sería fantástico que se levantara una tempestad para ver el espectáculo en primera fila?



DÍA 3

## RUTA DE LOS FAROS AL ANOCHECER

Punta de Corsen

Última parada antes de tierra norteamericana. Sigues a Franck Gicquiaud, el guía naturalista de Iroise Sauvage, en un paseo por la ruta de los faros al anochecer. Acercarse al parque natural marino de Iroise, declarado reserva de la biosfera por la Unesco, es todo un privilegio. Con 3500 km<sup>2</sup>, el mar de Iroise es 2 veces más grande que Guadalupe. Corrientes refrenadas, elementos que despliegan toda su fuerza... Aquí está la mayor concentración de faros del mundo. Durante 2 horas, escuchas las palabras del guía, que comparte la historia y las anécdotas de estos faros míticos y sus guardianes. Aprenderás que cada faro tiene su firma y sus destellos luminosos. Los 5 faros de Ouessant, el faro de Saint-Mathieu, de Trézien, de Kermorvan... Al anochecer, el espectáculo del encendido de todos los faros al mismo tiempo es mágico. Una magistral sintonía en pleno mar.

TIPS para disfrutarlos



### Restaurante con vistas

Vete a la Maison Legris, restaurante y productor de ostras. Desde su inmensa cristalera se contempla un paisaje de islotes, el archipiélago Lilia. El abulón, la «trufa del mar», se cría justo ahí, en el Aber Wrac'h.



### Encuentro con un modista de algas

En su taller del Aber Wrac'h, el joven creador Tanguy Mélinand confecciona su tejido marino a base de algas creando unas prendas ricas en yodo.



### Salida en kayak por los abers

35 € (adulto) / 25 € (niño 12-17 años) con Glaz Évasion.



### Dormir en isla Virgen

La casa de los Guardianes del Faro. Oficina de Turismo de Les Abers. Reserva solamente online. Capacidad: 9 personas. 4 habitaciones. Desde 840 € las 2 noches el fin de semana.



### Encendido de los faros al anochecer

Con Iroise Sauvage. 7 €/persona.

# 4 aventuras para vivir solamente en Bretaña

## SURF INVERNAL EN EL SUR DE FINISTÈRE

Sol en su máximo apogeo, tabla encerada y protector solar en la cara: todo listo para una semana de pura diversión surfeando las largas olas izquierdas de la Torche. Actividades previstas: entrenamientos extremos con la Torche Surfschool & Shop de la mano de Aurélien Buffet, vicecampeón de Francia, curso intensivo para shapear tu propia tabla y noches de tapas en el bar donde recalán los surfistas. La esencia del surf más genuino. El fin de semana, nos vamos de shopping a Hoalen, para salir vestido como un auténtico marinero de agua salada.





### VÉLOMARITIME: UN FIN DE SEMANA PRIMAVERAL PARA HACER PIERNA

¡Los días de buen tiempo ya están aquí! Una bici de competición y una voluntad férrea son todo lo que necesitas para recorrer los 145 km que separan Lannion de St-Brieuc. Con cada pedalada, te olvidas de este falso llano del que tanto habías renegado y te dejas llevar por los paisajes. La costa de granito rosa es el mejor de los aperitivos. Calas de arena, el archipiélago de las Siete Islas y Ploumanac'h con sus impresionantes rocas en el punto de mira: la experiencia es fabulosa. Después del chute de naturaleza, ponemos rumbo a la pequeña ciudad con carácter de Tréguier. Cambio de decorado: piedras antiguas y estuario. Desde Paimpol hasta Saint-Quay-Portrieux, alcanzamos el clímax visual: acantilados de Plouha, los más altos de Bretaña, cabos rocosos y costa salvaje. El periplo finaliza con un cambio de color: después de Binic-Étables-sur-Mer y sus ventanas al mar, la vía verde. Llegamos al puerto de Le Légué, donde se cuece todo en Saint-Brieuc.



### MANTENER TU CUERPO DE OTOÑO: GR®340 EN BELLE-ÎLE

Desembarcas en Belle-Île, listo para conquistar el GR®340. El invierno ha transformado totalmente la mayor de las islas bretonas: salvaje, indomable, sorprendente... Equipado de la cabeza a los pies, recorres sus 87 km de senderos para descubrir de forma exclusiva todas sus maravillas insulares. Pequeños puertos típicos de Sauzon y Le Palais (con fuente de marisco para reponer fuerzas), casas de pescadores, turbulencias espumosas en la Pointe des Poulains, las agujas de Port-Coton... cada kilómetro revela paisajes versátiles y caprichosos. ¡La belleza del lugar hace incluso que te olvides de tus incipientes agujetas!

### DESCENSO ESTIVAL DEL RANCE EN TRAIL: 3 DÍAS ENTRE VERDE Y MAR

No es necesario aspirar al Ultra Trail de Mont-Blanc para disfrutar. Correr por las rutas bretonas es el cóctel perfecto para descubrir nuevos rincones con la fuerza de tus piernas. La prueba es este descenso de una parte del Rance, que desemboca en el canal de la Mancha entre Dinard y Saint-Malo. Nos esperan 54 km por bosque y camino de sirga hasta el estuario. Durante el recorrido, tenemos de todo para reponer fuerzas y disfrutar de lo mejor de la Bretaña: fuentes de marisco, galettes, kouign amann, pequeñas joyas de patrimonio, hospitalidad de tus anfitriones... e incluso una vuelta en kayak para refrescarse y admirar las cabañas sobre pilotes de los pescadores au carrelet, técnica que utiliza una red de pesca cuadrada. En la línea de meta, por un lado, Dinard y sus elegantes villas frente al mar; por el otro, Saint-Malo y sus míticas murallas. ¿Se te ocurre un mejor comité de bienvenida tras la competición? et ses remparts mythiques. Si c'est pas du comité d'accueil de compèt, ça !





Llegas sin energía

# Y REGRESAS CON LAS PILAS CARGADAS

¿Cómo explicar este sentimiento de renovación en Bretaña fuera de temporada? No encontramos palabras para definirlo. Pero te damos algunas pistas. El poder relajante de sus algas y su sarraceno, la dulzura de un tratamiento con caramelo de mantequilla salada, la delicia de un kouign amann...

Una masterclass para los sentidos. Bretaña apuesta por las experiencias exquisitas y revitalizantes. Alcanza su plenitud entre octubre y marzo. Cautiva tu paladar con una explosión de sabores y se funde en tu piel; la hace estremecerse cuando el relente del mar se cuele por tu jersey. Es el pequeño chute de energía que faltaba a tus paseos por la orilla. En su justa medida, ni más ni menos. Bretaña es una gran morada con sabor a sal y clorofila que te invita a bañarte en sus aguas y a explorar sus bosques legendarios.

Los elementos son el factor sorpresa permanente: un cielo caprichoso, una luz invernal envolvente, un mar agitado... Al calor del fuego, frente al magnífico caos de las mareas, el único vecino ruidoso es el océano.

El invierno en la costa

# Grandes mareas y relajación junto al mar

«Está subiendo muy rápido», «¿Qué coeficiente dan para hoy?»,  
«A mal tiempo, buen paraguas»...

De repente, hablas como un lugareño, opinando sobre mareas vivas, paseos a orillas del mar y tratamientos de bienestar con oligoelementos.

DÍA 2

## GRANDES MAREAS EN SU MÁXIMO ESPLENDOR

Ploubazlanec, vistas al archipiélago de Bréhat

Desde la Croix des Veuves, a 60 metros sobre el nivel del mar, observamos un patchwork de islotes diseminados como si de un puzzle se tratara. Fiesta de la espuma y baile de olas en el archipiélago de Bréhat. A tu derecha, la isla Saint Riom, totalmente descubierta. Como un lugareño que se precie, nunca nos perdemos una gran marea.

Horas más tarde, cuando el mar se ha retirado, sacas las botas que has comprado en la tienda de la esquina. Cuando se libera, la zona intermareal se convierte en una auténtica despensa. Rascas un poco, sin convicción... Pero una vez que la pesca es buena, los gestos se vuelven más rápidos y precisos. Esta noche al calor del fuego, te animarás a cocinar almejas y navajas.

Al final, no es tan complicado. Un plato exquisito con productos de cosecha propia.

DÍA 3

## UNA AUTÉNTICA GOZADA

Acantilados de Plouha en Paimpol

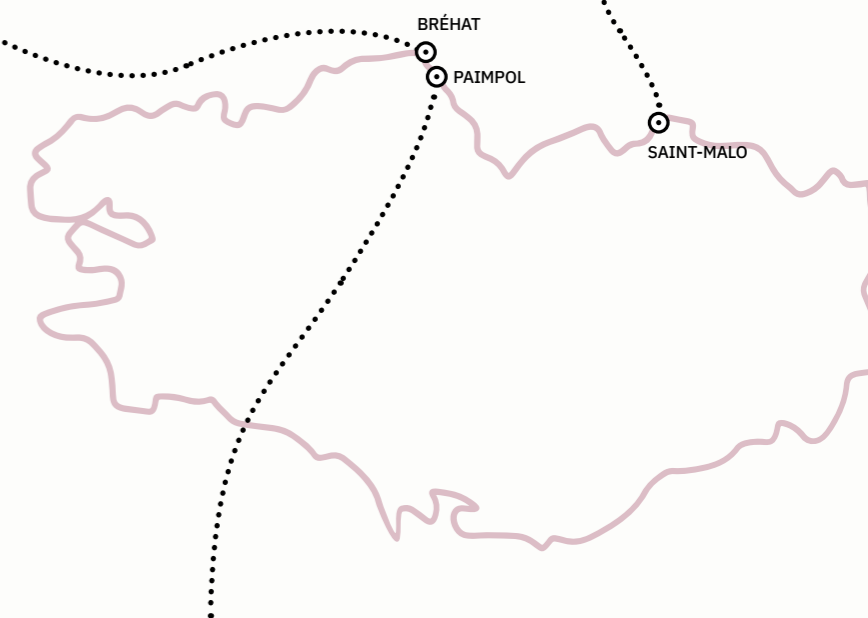
Escapada por la costa de Goélo. Sonidos con reverberaciones marinas. Y el mejor de los escenarios... las grandes mareas. Un espectáculo bretón con fama mundial. Un paseo por el GR®34 desde los acantilados de Plouha, los más altos de Bretaña, es la mejor idea para renovarse. Al ritmo de la naturaleza, sin darte cuenta, has pisado el freno. El viento sopla y el caché de la ruta de los acantilados sube como la espuma. A sus pies, el puerto de Gwin Zégal: uno de los pocos que quedan en Francia con pilotes de madera. ¡De lo más original! Árboles plantados en la arena para amarrar los barcos. Después de esta belleza en estado bruto, nos vamos a Paimpol. Fachadas de colores y casas de armadores. Vistas al mar desde la ruta de los senderos hacia la abadía de Beauport. Ponemos rumbo a Les Petites Maisons Arin, en la punta de Kerarzic. En esta antigua casa de pescadores, al lado de la Ferme Marine, Soizic te recibe con una cesta de ostras. Tras los ventanales, en un ambiente cálido y acogedor. ¡Fíjate! La península parece una colmena con la marea baja. Los ostricultores se afanan. Una vez que el mar se ha alejado, prometes que probarás la pesca a pie. Es ahora o nunca.

DÍA 1

## EXPLORA LA FAUNA Y LA FLORA MARINA

Saint-Malo

En Saint-Malo, las grandes mareas crean un fenómeno natural único, con una diferencia entre las mareas de hasta 13 metros, lo que la convierte en una de las mayores de Europa. Durante los períodos de mayores coeficientes, como las mareas de equinoccio, la playa del Sillon y lugares como el Fort National se transforman con la marea alta arrastrando la arena y cubriendo las islas cercanas. El mar recobra su fuerza, rodeando las murallas de la ciudad y cambiando por completo el paisaje. Cuando la marea baja, la costa de Saint-Malo se convierte en un paisaje casi lunar, con rocas cubiertas de algas. Caminando hasta el Grand Bé, accesible solo durante la bajamar, aparecen los tesoros que dejó el mar al retirarse, una fauna y una flora marina excepcional. Algunas algas, de sabor sutilmente picante, se usan incluso en repostería.



TIPS para disfrutones



### Iniciarse al carrovelismo

Iniciarse en el carrovelismo en Saint-Malo con Surf School es sentir la velocidad y la libertad sobre la arena, guiado por expertos.

+info: [www.surfschool.org](http://www.surfschool.org)



### Noche frente a las grandes mareas

El hotel Les Charmettes en Saint Malo desde 87,70€ la noche en habitación doble.

+info: [www.hotel-les-charmettes.com](http://www.hotel-les-charmettes.com)



### Un trocito de Bretaña en la maleta

Los caramelos de mantequilla salada de L'Ambr1 y sus galletas de mantequilla pura.



### Una visita bien calentita

Descubrir los secretos de la icónica chaqueta Dalbard Marine en Paimpol, comprometido con los circuitos de reciclaje.



### Refugio marinero

Les Petites Maisons Arin, antiguas viviendas de pescadores en la bahía de la Abadía de Beauport – desde 70 € la noche (4 noches mínimo)

# Un soplo de aire marino

Agathe Chardon, fundadora de la escuela de apnea Liquide

Agathe Chardon pasó gran parte de su infancia bajo el agua, entre el canal de la Mancha y el golfo de Guinea. En la actualidad, este elemento sigue acompañándola en su vida y comparte esta pasión en su escuela de apnea, Liquide, al tiempo que conciencia de las valiosas riquezas del ecosistema marítimo bretón.



## DE LAS PROFUNDIDADES EMANA LA LUZ

Agathe tenía 18 años en su bautizo de submarinismo en piscina. Por aquel entonces no sabía que esta experiencia, que esperó durante años al no tener el permiso de sus padres, se convertiría en su modo de vida.

Sin embargo, aunque no tuviera ascendencia marinera, Agathe siempre había sentido esta atracción por el mar. A los 7 años, redeño en mano, esperaba impaciente la marea baja para coger camarones.

Después de seis años de trabajo ultramarino entre Tailandia, Indonesia y Mozambique como guía de submarinismo, Agathe nadaba entre dos aguas. Decidió regresar a Bretaña, cerca del nido materno, con el fervoroso deseo de convertir para siempre el submarinismo en su profesión.

Así pues, volver a examinarse para poder ejercer era el reto que tenía por delante. Tras sacarse su título de marino y su certificado de apnea en tan solo seis meses, fundó en Saint-Briac-sur-Mer Liquide, una de las pocas escuelas de apnea bretonas permanentes y no asociativa.

Enseguida, Agathe trató de dar un impulso a su escuela. No quería limitarse a la mera enseñanza de técnicas de apnea pura y pesca submarina.

Cuando ya no pueda sumergirse tanto como quiera, Agathe desearía transmitir lo que sabe de los beneficios de la apnea en la salud, especialmente para el estrés y la depresión, gracias al poder de la respiración.

Además de su actividad pedagógica, Agathe practica la pesca submarina y la pesca de vieiras. Disfruta de sus encuentros con tiburones, ballenas, rayas mosaico y sus favoritos... los peces rubios. Háblale de su cara a cara con un rape local en Saint Quay Portrieux: ¡la impresión que le causó fue tremenda! Tampoco oculta su placer por explorar los pecios, como el de Fetlar, detrás de la isla de Cézembre, al oeste de Saint-Malo. Visitas que se convierten además en momentos de submarinismo oníricos.

Agathe ha hecho suyo este lugar fuera del ruido y el bullicio de la vida terrestre. Este tiempo precioso, en plena naturaleza y en espacios abiertos le ofrecen auténticos momentos revitalizantes. Todo lo que necesita para reponer fuerzas y sumergirse aún mejor. ¡Plof!

## Datos prácticos

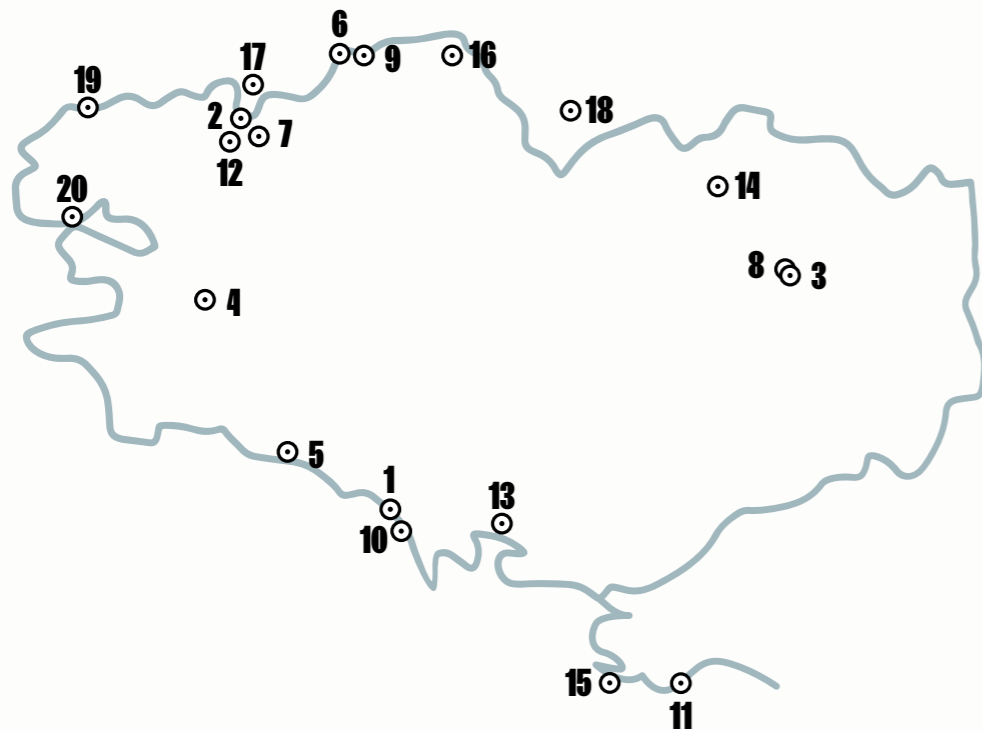
liquideapnee.com / @liquide.apnee / en Saint-Briac-sur-Mer



*«Con Liquide, he querido crear una escuela familiar, accesible a todo el mundo. Que contempla la apnea como un medio, no como un fin en sí. El punto central de la enseñanza es el ecosistema submarino bretón. La apnea sirve para concienciarnos de su carácter inestable y precioso. Nos invita a protegerlo» .*

Novedades bretonas

# Recién salidas del horno



1.

## UN BAZAR DE ANTAÑO

Port-Louis

A medio camino entre restaurante, salón de té, concept store y B&B, entramos en un elegante bazar de antaño regentado por la diseñadora de papel pintado Antoinette Poisson que reedita el papel dominoté de época. En esta casa típica del siglo XVIII encontramos artículos de papelería, objetos de mercadillo y tapicerías.

**+info:**

[www.antoINETTEpoisson.com](http://www.antoINETTEpoisson.com)



2.

## CASA SOLARIEGA EN LA BAHÍA DE MORLAIX

Morlaix

Los Manoirs du Frouit son 2 castillos marinos que dominan la bahía de Morlaix: el Vieux Frouit y el Château Blanc con su terraza privada con vistas al mar. Philip Beesley, famoso arquitecto canadiense, diseñó una obra maestra: convirtió una sala, cuyos techos y suelos se habían derrumbado, en una sola estancia en forma de catedral.

**+info:**

[www.chateauxdufrouit.fr](http://www.chateauxdufrouit.fr)



3.

## BAR DE SIDRA

Rennes

Brasserie bretona y bar de sidra: en Monsieur Arthur encontramos más de 15 sidras diferentes. Aciduladas, infusionadas, extrabrut... ¡Encantarán a aficionados y expertos! Puedes consumirlas in situ o llevártelas a casa. El concepto incluye una crepería que ofrece también galettes desestructuradas.

**+info:**

[www.monsieurarthur.bzh](http://www.monsieurarthur.bzh)

4.



## TRAS LOS PASOS DE LOS SÉRUSIER

Châteauneuf-du-Faou

En Châteauneuf-du-Faou, Paul y Marguerite Sérusier encontraron su inspiración en los paisajes y la vida cotidiana bretona. En el otoño de 2025, el museo Sérusier abrirá sus puertas para celebrar este episodio de sus vidas, a menudo olvidado. Con más de 100 de sus obras, el recorrido explorará el contexto histórico y artístico de cada creación.

**+info:** <https://bretagnemusees.bzh/un-musee-dedie-a-paul-et-marguerite-serusier-en-2025/>

5.



## EL RENACIMIENTO EN LE POULDU

Clohars-Carnoët

De aquí al verano de 2025, Gauguin regresará a Pouldu con la apertura del Centre d'interprétation Gauguin, que hará renacer aquella época y su herencia artística gracias a una reproducción de los lugares y un recorrido inmersivo. Rías, preciosas calas, playas acogedoras... Visitamos puntos de vista inspiradores para el artista y sus amigos. El espíritu de Gauguin deambula por la Buvette de la Plage.

**+info:** <https://www.clohars-carnoet.fr/centre-dinterpretation-gauguin-latelier-du-pouldu/>



6.

## LAND ART FRENTE AL MAR

Costa de Granito Rosa

Como cada dos años, a principios del otoño, del 13 al 28 de septiembre de 2025, la Costa de Granito Rosa se transforma en una sala de exposiciones efímera. Con motivo del festival de l'Estran, se exponen obras de arte contemporáneo por toda la costa. El recorrido suscita un diálogo entre el arte y los paisajes.

**+info:**

[www.festivaldelestran.com](http://www.festivaldelestran.com)



7.

## ARTE CALLEJERO SUBTERRÁNEO

Morlaix

Después de más de un siglo en el olvido, ¡el túnel del funicular Morlaix vuelve a dar que hablar! A iniciativa de ZAG, artista y fundador del festival de street art Morlaix Arts Tour, el lugar se convierte en el único de este tipo en Francia. Explora y descubre obras expuestas en la intimidad de un túnel.

**+info:**

[www.takad-grafan.bzh/actus/categories/mx-arts-tour-2024](http://www.takad-grafan.bzh/actus/categories/mx-arts-tour-2024)



8.

## CUARTA EDICIÓN: EXPOSICIÓN PINAULT EN EL CONVENTO DE LOS JACOBINOS

Rennes

No te lo puedes perder el próximo verano. A partir de junio de 2025, el convento de los jacobinos de Rennes acogerá, por cuarta vez, una exposición del famoso coleccionista. La exposición «Les yeux dans les yeux» contará con unas 80 obras: pinturas, esculturas, dibujos... sobre el tema de la figura humana, el rostro y, más concretamente, la mirada.

**+info:**

[www.pinaultcollection.com/fr/saison-culturelle-2024-2025](http://www.pinaultcollection.com/fr/saison-culturelle-2024-2025)

9.

## UN HOTEL FRENTE AL MAR

Perros-Guirec

Situado en lo alto de la playa de Trestrignel, el hotel Manoir du Sphinx, una de las primeras villas de Perros-Guirec, ofrece 19 habitaciones frente al mar con unas vistas espectaculares del archipiélago de las Siete Islas, la mayor reserva ornitológica del litoral francés. Apertura prevista en la primavera de 2025.

+info: [www.lemanoirsphinx.bzh](http://www.lemanoirsphinx.bzh)

10.

## LA CASA DE UNA GRAN DAMA

Plouhinec

Alejada del bullicio de la ciudad, renace la casa donde Germaine Tillion, etnóloga y gran figura humanista, cuyo cuerpo reposa en el panteón, pasó 30 años de su vida. El lugar revive a través de exposiciones, residencias de artistas y actividades pedagógicas.

+info: [www.maison-germaine-tillion.fr](http://www.maison-germaine-tillion.fr)

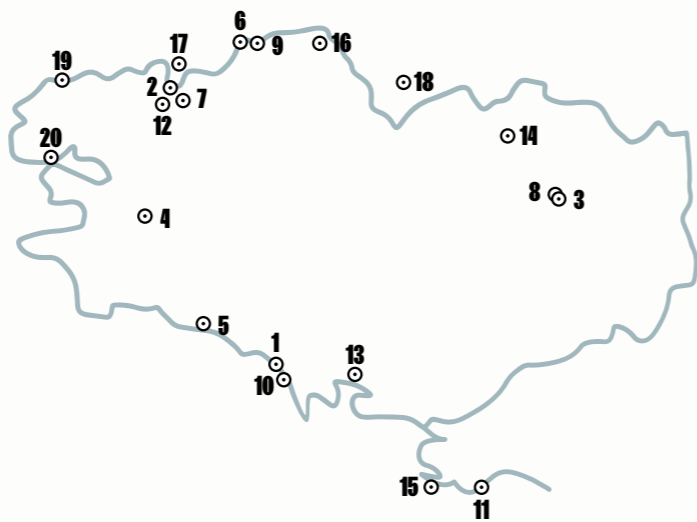
11.

## FAST-GOOD BRETON

Saint-Nazaire

En Ker Juliette, no hay pizzas ni hamburguesas, solo crepes y galettes para llevar. 10 recetas tradicionales para disfrutar in situ o en casa: las crepes se hacen en el momento para que la experiencia gustativa sea inigualable.

+info: [www.kerjuliette.fr](http://www.kerjuliette.fr)



12.

## EL LINO REGRESA A BRETAÑA

Pleyber-Christ (bahía de Morlaix)

Primera hilatura de lino en Bretaña desde 1891, Linfini tiene la intención de recuperar el tiempo perdido. Símbolo: Morlaix es una comarca histórica de fabricación del lino. Con un planteamiento ecológico y artesanal, este proyecto valoriza el lino como materia prima sostenible y local, reconectando la región con una cultura ancestral. Apertura de la fábrica prevista en otoño de 2025: un recorrido sumergirá a los visitantes en la historia del lino en Bretaña desde el siglo XV.

16.



## UN SALÓN DE TÉ BY CHRISTIAN LOUBOUTIN

Trédarzec

En los jardines Kerdalo, imaginados por el príncipe Peter Wolkonsky y adquiridos por Christian Louboutin, se oculta una cristalera rodeada de más de 5000 plantas, cascadas y estanques. Cherree on the Cake tiene aires bucólicos con sus sillas de colores y su vajilla elegante. Un auténtico jardín del Edén con mucho encanto. Déjate seducir por una repostería anglo-bretona entre cafés de Menez Bre e infusiones de Kaouenn.

+info: [www.lesjardinsdekerdalo.com](http://www.lesjardinsdekerdalo.com)

17.



## EN LA PIEL DE UN GUARDIÁN DE FARO

Casa rural faro de Île Noire

Deshabitado desde 1938, el faro de Île Noire vuelve a la vida. A partir de 2025, los amantes de las experiencias insulares podrán ponerse en la piel de un guardián de faro, alojándose aquí durante la noche. Con unas vistas que quitan el sentido y una decoración bretona refinada, esta insólita casa rural promete una experiencia memorable.

+info: <https://www.morlaix-communaute.bzh/mon-agglo/les-projets/projet-experience/lile-noire>



13.

## UNA MANSIÓN HISTÓRICA TRANSFORMADA EN HOTEL DE LUJO

Vannes

El Domaine du Liziec, nuevo hotel MGallery, reabre a finales de 2024 después de 4 años de reforma. Entre naturaleza y bosque, su castillo del siglo XVI está rodeado de un parque de más de 6 hectáreas, sotobosque, jardines franceses y japoneses, y un huerto. Sus fachadas tradicionales contrastan con las construcciones cúbicas y sus ventanales. Con 71 habitaciones, un chef bretón con estrella, una piscina y un spa de 300 m2, este magnífico establecimiento orientado al exterior invita a una auténtica desconexión.

+info: [www.ledomaineduliziec.com](http://www.ledomaineduliziec.com)



14.

## UN B&B MUY ARTY

Dinan

El Clos du Cèdre, B&B en pleno corazón de la ciudad medieval de Dinan, bordea el jardín inglés. Cada habitación rinde homenaje a una artista: la cantante y bailarina Joséphine Baker, la fotógrafa Anita Conti, la poeta Anjela Duval, la pintora Jeanne Manivel, la actriz Juliette Drouet... Artistas bretones también han participado con su mano experta, como por ejemplo, en las dos vidrieras, Lucile Viaud o el trabajo del metal de Anouchka Podevin. El desayuno es 100 % a base de productos locales. Desde 270 € la noche.

+info: [www.closducedre.com](http://www.closducedre.com)



15.

## DESCUBRIR LAS DELICIAS DE LA PENÍNSULA

Food tour en La Baule

Degustación de ostras en Pen-Bé, visitas «saladas» en Guérande, encuentros con los productores... ¡y todo en un escenario de villas belle époque de arquitectura ecléctica y salinas!

+info: [www.labaule-guerande.com/les-degustations-saveurs-et-richesses.html](http://www.labaule-guerande.com/les-degustations-saveurs-et-richesses.html)



18.

## ENCUENTRO CON GIGANTES DE LOS MARES

Parque eólico, bahía de St-Brieuc

A unos kilómetros del cabo Fréhel y la isla de Bréhat, visita un parque eólico en la bahía de Saint-Brieuc. Durante 2 h y 30 min, súbete a bordo de una lancha motora para disfrutar de una excursión insólita cerca de estos 62 gigantes cuya altura alcanza los 200 metros y que deberían satisfacer a largo plazo el 9 % de la producción bretona.

+info: [www.vedettesdebrehat.com](http://www.vedettesdebrehat.com)



19.

## LA JUNGLA ACUÁTICA DE LOS ABERS

Plouguerneau

¡Una experiencia perfecta para frioleros! Sin mojarte ni un pelo y cómodamente instalado delante de unas cristaleras con efecto lupa, disfruta de una inmersión en el océano gracias a Spluj, un semisubmarino. Lechos de zosteria, bosques de laminarias... observa una de las faunas más exuberantes de la costa oeste.

+info: [www.spluj.bzh](http://www.spluj.bzh)



20.

## DE BREST AL ÁRTICO: EXPLORACIÓN POLAR

Brest

A partir del 2 de abril de 2025, el Museo Nacional de la Marina en Brest presenta De Brest al Ártico, una exposición sobre las expediciones polares. Destaca la obra Los Glaciares, mar de Kara (1906) de Borisoff y explora el papel de Brest en la exploración ártica. Disponible hasta el 2 de julio de 2025.

+info: [www.musee-marine.fr/nos-musees/brest.html](http://www.musee-marine.fr/nos-musees/brest.html)



# DOSSIER DE PRENSA

Editado por el Comité Regional del Turismo de Bretaña • 2025

## CONTACTO PRENSA

**Florence Gaulupeau**

Tourisme Bretagne

+33 (0)6 17 96 88 96

f-gaulupeau@tourismebretagne.com

**Delphine Martins**

+ 34 629 12 69 45

dmartins@dmturismo.com

## ¡SÍGUENOS EN FACEBOOK & INSTAGRAM!

📷 visitbretagne\_official

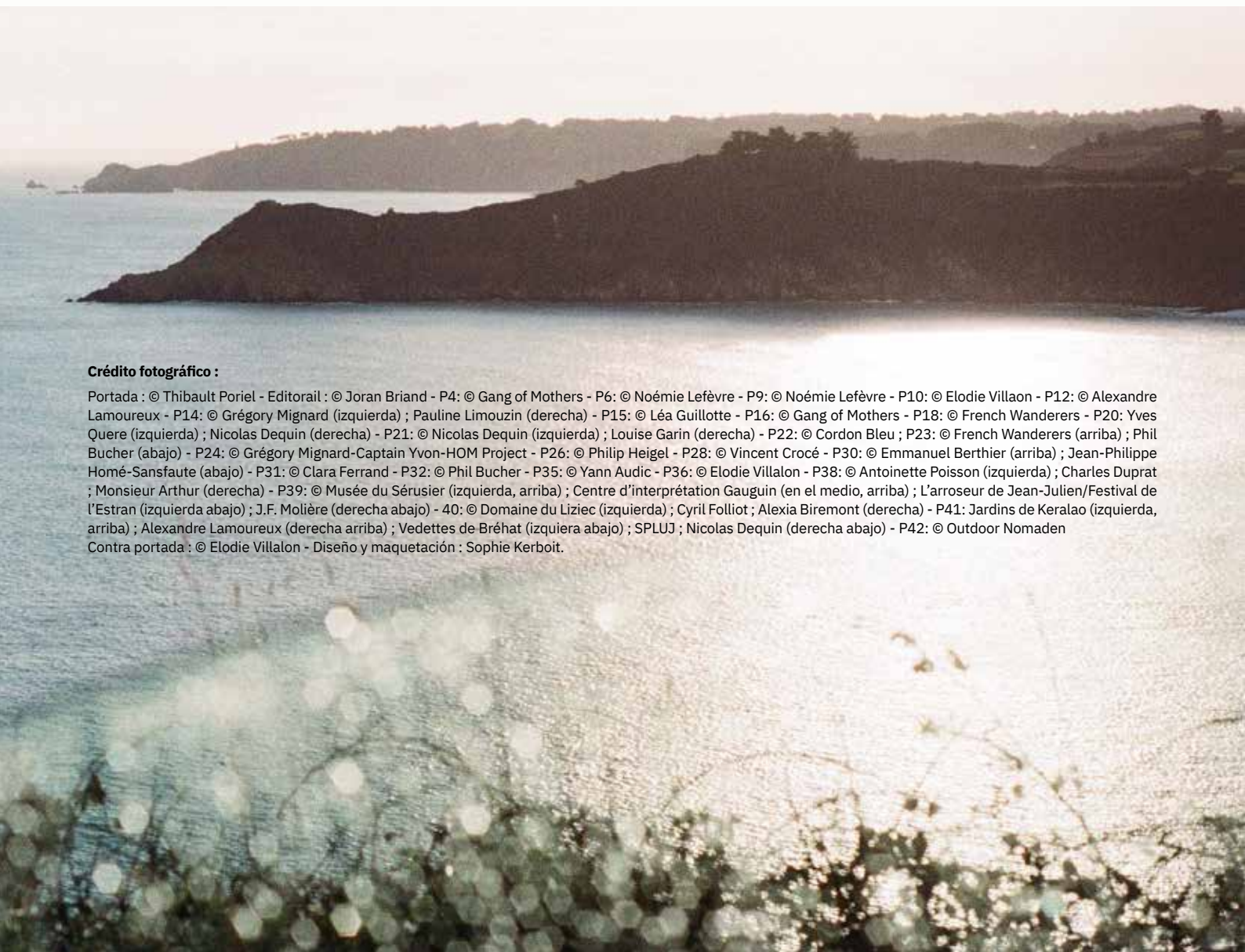
📌 @TurismodeBretana

#VisitBretagne

[vacaciones-bretana.com](http://vacaciones-bretana.com)



Tourisme  
**BRETAGNE**



### Crédito fotográfico :

Portada : © Thibault Poriel - Editorail : © Joran Briand - P4: © Gang of Mothers - P6: © Noémie Lefèvre - P9: © Noémie Lefèvre - P10: © Elodie Villalon - P12: © Alexandre Lamoureux - P14: © Grégory Mignard (izquierda) ; Pauline Limouzin (derecha) - P15: © Léa Guillotte - P16: © Gang of Mothers - P18: © French Wanderers - P20: Yves Quere (izquierda) ; Nicolas Dequin (derecha) - P21: © Nicolas Dequin (izquierda) ; Louise Garin (derecha) - P22: © Cordon Bleu ; P23: © French Wanderers (arriba) ; Phil Bucher (abajo) - P24: © Grégory Mignard-Captain Yvon-HOM Project - P26: © Philip Heigel - P28: © Vincent Crocé - P30: © Emmanuel Berthier (arriba) ; Jean-Philippe Homé-Sansfaute (abajo) - P31: © Clara Ferrand - P32: © Phil Bucher - P35: © Yann Audic - P36: © Elodie Villalon - P38: © Antoinette Poisson (izquierda) ; Charles Duprat ; Monsieur Arthur (derecha) - P39: © Musée du Sérusier (izquierda, arriba) ; Centre d'interprétation Gauguin (en el medio, arriba) ; L'arroseur de Jean-Julien/Festival de l'Estran (izquierda abajo) ; J.F. Molière (derecha abajo) - 40: © Domaine du Liziec (izquierda) ; Cyril Folliot ; Alexia Biremont (derecha) - P41: Jardins de Keralao (izquierda, arriba) ; Alexandre Lamoureux (derecha arriba) ; Vedettes de Bréhat (izquierda abajo) ; SPLUJ ; Nicolas Dequin (derecha abajo) - P42: © Outdoor Nomaden  
Contra portada : © Elodie Villalon - Diseño y maquetación : Sophie Kerboit.