

Le territoire offre une large palette de loisirs, que ce soit pour les amateurs de mer, de visites touristiques ou nature.

Tout pour la détente



Tous mousses

ÉVASION

Le nautisme fait partie de ces loisirs qu'on peut pratiquer sans avoir besoin d'être un spécialiste. La preuve avec les centres nautiques du territoire qui proposent, paddle, dériveur, voile en famille, plongée, marche aquatique et même yoga sur la plage. Reportage.

Ca s'affaire dans les vestiaires ! Enfants et adolescents enfilent combinaisons intégrales, gilets de sauvetage, chaussons de voile, se tartinent de crème solaire, mettent lunettes de soleil sur le nez et casquette sur la tête... C'est un temps idéal pour s'adonner au windsurf ou au catamaran, activités phares du centre nautique de Kerguelen. Tout le monde doit être prêt à 9 h 30 afin de préparer le matériel en extérieur. Les plus jeunes partent gréer leurs Bugs, successeurs du fameux Optimist, sous l'œil de leur moniteur. Leurs aînés préparent catamarans et planches à voile. C'est vendredi et les jeunes ont eu le temps de se roder toute la semaine. Aujourd'hui, les enfants gréent leur bateau de façon autonome sous l'œil attentif du moniteur. « *Super ton nœud de huit* », complimente Laurent Friry, moniteur de voile à la Sellor. La bonne humeur est au programme ! Les moniteurs encouragent les enfants qui doivent d'abord ▶



porter ou faire rouler les coques du sable jusqu'à la mer. Sur l'eau, chaque groupe évolue avec son moniteur qui se déplace à côté des stagiaires en bateau à moteur. Mélanie, monitrice, trace sur le plan d'eau et navigue d'un groupe à l'autre pour

La voile, c'est pour tous les âges et tous les niveaux

les bateaux commencent à avancer. Les sourires se dessinent sur les visages, les sensations de glisse et de liberté sont bien là. Un stage de voile, c'est du plaisir avant tout et ça se partage ! À deux par bateau, chacun a son rôle : un à la barre pour tenir le cap, l'autre à l'écoute pour régler les voiles. « *Pendant toute la durée de la séance, je reste à proximité des bateaux pour conseiller sur le réglage des voiles, note Mathieu Réfregier, responsable de l'offre voile à la Sellor. Au fur et à mesure, les apprentis navigateurs gagnent en assurance et en vitesse. Les sensations de glisse arrivent très vite.* »

« Ils doivent repartir en fin de semaine avec des images plein la tête »

intervenir si nécessaire. Les activités nautiques respectent un protocole de sécurité bien précis. « *Notre plan d'eau est assez étendu, mais selon les conditions météo, il peut être plus resserré. J'ai un œil sur tous les groupes en même temps, et chaque moniteur peut me rejoindre avec un talkie-walkie directement* », explique Mélanie.

Sur les Bugs, les plus jeunes apprennent à barer et à virer de bord. « *Ils doivent repartir en fin de semaine en ayant pris du plaisir et en étant sûrs d'eux à bord d'un voilier.* »

Le vent se lève, les voiles fassent puis se gonflent et

Un "fun camp" pour les ados

Sur le spot de Kerguelen, des stages enfants et adultes sont programmés durant les petites vacances scolaires et en juillet-août. Pour les habitants de l'agglomération, cela offre une large plage pour caler un stage. Les activités sont aussi proposées en formule sport/loisir à l'année, le mercredi et le samedi. Diverses formules de stages existent : à la journée, sur trois ou cinq jours. À Kerguelen, Port-Louis et l'été également à Gâvres, Guidel, Groix et au Fort-Bloqué (Plœmeur). Des cours particuliers sont aussi proposés,



+ DE VIDÉOS
lorient-agglo.bzh
en partenariat
avec Tébésud



Aurélien FLEURY

ainsi que de la location. Il est également possible de pratiquer la voile en famille avec un moniteur à la demi-journée ou sur plusieurs demi-journées afin d'aller plus loin dans l'apprentissage de la voile.

Nouveauté cette année : le "fun camp", pour les 8-14 ans. « C'est un produit que nous avons imaginé en pensant aux habitants du territoire qui travaillent l'été. Il permet de déposer son enfant pour la journée entière, plusieurs jours ou à la semaine », explique Mathieu Réfregier. Le "fun camp" permet de tester différents supports comme le Bug, l'Optimist, le catamaran, la planche à voile ou le stand-up paddle, et d'autres activités telles que la nage en mer, et même l'initiation au sauvetage côtier pour les plus de 14 ans. Le programme se décline en fonction de la météo et des envies des jeunes. Pour les petits de 5 à 8 ans, des sessions glisse et nage sont proposées. Elles permettent de découvrir le milieu aquatique et de devenir aussi à l'aise qu'un poisson dans l'eau ! ■

Centres nautiques de la Sellor à Larmor-Plage (site de Kerguelén), à Plœmeur (Fort-Bloqué), Guidel-Plages, Inzinzac-Lochrist, Port-Louis, Gâvres et Groix.

Une génération voile



Hervé Colomer

Aujourd'hui entraîneur au Centre nautique de Lorient (CNL) en voile habitable et catamaran de sport auprès de jeunes et d'adultes, Mathieu Leglatin a connu la voile très tôt grâce à l'école municipale du Ter, puis lors de stages au centre nautique de Kerguelén. « À 9 ans, j'ai fait deux stages à la Sellor en Optimist et en catamaran. À ce moment-là de l'été, la mer était assez formée et j'avais vraiment adoré les sensations ! » Séduit, Mathieu pratique ensuite la planche à voile en autodidacte avec son frère, Tanguy Leglatin, aujourd'hui entraîneur indépendant de skippers au pôle course au large de Lorient La Base. Puis vers 13-14 ans, Mathieu s'inscrit au club Tire-Veille de Larmor, qui a depuis fusionné avec le CNL. Il sera notamment sacré champion de Bretagne de planche à voile. C'est en 2010 qu'il passe son diplôme d'État d'entraîneur de voile et monte alors une entreprise, dont le concept repose sur des sorties et des croisières à bord d'un trimaran.

Tout comme Mathieu, de nombreux jeunes ont pratiqué et pratiquent la voile sportive et de loisir dans les centres nautiques de la Sellor*. L'objectif est d'apprendre à naviguer et d'être autonome dans diverses activités nautiques. « Nous sommes complémentaires avec les clubs ! souligne Emmanuel Lefeuvre, directeur des activités nautiques et hébergement de la Sellor. Les jeunes arrivent souvent chez nous via les séances scolaires, puis s'inscrivent à des stages ou à l'année, pour de la pratique sportive et de loisir. Puis ceux qui ont envie de faire de la compétition partent dans un club. Il n'est pas rare, comme les frères Leglatin, que l'on retrouve certains de nos anciens stagiaires moniteurs dans un club de voile, ou travaillant dans l'un des teams du pôle course au large de Lorient. »

* Kerguelén et Port-Louis, Gâvres, Plœmeur, Guidel ou Groix.

Profiter du littoral sous toutes ses formes

SELLOR

Kayak de rivière, kayak de mer, stand-up paddle, paddle géant, rando palmée, char à voile, yoga ou sophrologie sur le sable... Le catalogue des activités proposées sur le littoral est varié.

Paddle, plongée, windfoil...

Depuis Kerguelen, à Larmor-Plage, bien d'autres activités nautiques se pratiquent, comme la plongée ou l'apnée autour de l'île de Groix. Randonnée palmée, kayak de mer et paddle ont toujours autant le vent en poupe, que ce soit en stage ou à la location. Nouveauté : le paddle géant, à louer

Autre nouveauté, le sauvetage côtier dès 8 ans, à la séance ou en stage, pour s'initier aux techniques de base du secourisme et du sauvetage en mer.

Du kayak en rivière

Envie de sensations fortes ? Rendez-vous dans les courants du parc d'eaux vives d'Inzinzac-Lochrist. Si



Yvan Zedda



Yvan Zedda



Yvan Zedda

La mer offre de nombreuses possibilités d'activités ludiques et sportives

en groupe pour une bonne partie de rigolade en famille ou entre amis ! Le windfoil (planche à voile avec foil, cet appendice qui permet de décoller de quelques centimètres au-dessus de l'eau) plaît beaucoup à ceux qui ont déjà un bon niveau en planche à voile. Le char à voile se pratique à Gâvres ou au Fort Bloqué, l'été à marée basse et quand il y a assez de vent.

Nage en mer et sauvetage côtier

Pour pratiquer de la voile ou du kayak, il faut savoir nager 25 mètres. Si ce n'est pas encore le cas, la Sellor vous propose d'apprendre à nager en mer, avec l'aide d'un moniteur. Quoi de mieux, en effet, que de faire ses premières brasses directement dans la mer ? Cette activité est ouverte aux enfants dès 6 ans et aux adultes, en apprentissage ou perfectionnement, et, pour ceux qui le souhaitent, avec palmes à partir de 8 ans.

les formules avec moniteur permettent de progresser rapidement dans l'utilisation des pagaies, on peut tout aussi bien opter pour une formule simple de location. Nouveauté cette année : le "jardin de la rivière" qui s'adresse aux enfants de 4 à 7 ans et leur fait découvrir la rivière et son environnement, en cinq séances de deux heures. « Cette formule permet aux enfants d'apprendre à se déplacer sur la rivière tout en étant sensibilisés à la faune et à la flore locales. » ■

www.sellor-nautisme.fr

✦ Ar bageerezh zo unan ag an diverrañsoù n'eus ket ezhomm bout akourset-bras gante evit krogiñ a-barzh. E kreizennoù merdein an tolpad-kêrioù e kinniger, e prizioù a bep seurt, monet ar baddle, ar driverioù, bageal dre lien gant ar familh, splujiñ, bale en dour hag ober yoga àr an traezh zoken. Bro an Oriant zo bro ar mor a-dra-sur ha stank e vez an obererezhioù-mor evit razh an dud, kozh ha yaouank, en amen d'an holl hag e pep korn ag an tolpad-kêrioù. Bezit goundet gante !



Yvan Zerbida

MUSÉE

À l'occasion des 10 ans de la Cité de la Voile Éric Tabarly, pourquoi ne pas vous laisser tenter par les animations ? Elles vous permettront d'approfondir vos connaissances en voile sous un angle interactif et ludique.

Comprendre la voile en s'amusant

À la manière de "Questions pour un champion", des visiteurs se sont installés derrière des buzzers et doivent répondre aux questions sur la voile posées par un animateur un brin taquin. L'ambiance est bon enfant ! Le "Quizz" plaît beaucoup à la Cité de la Voile Éric Tabarly. Mathieu, le père d'un des jeunes "candidats", qui a abonné sa famille à l'année, y vient une fois par mois depuis Quimper. « C'est différent à chaque fois. Les enfants adorent ! »

Comme chaque été, la Cité de la Voile Éric Tabarly propose, en plus de la visite, des animations en extérieur. Ainsi, les enfants pourront s'essayer au dériveur sans craindre les embruns ou le mal de mer grâce à un simulateur sur vérins, installé sur le ponton. Mais naturellement, ils pourront se lancer dans le grand bain grâce à des baptêmes en Optimist organisés sur un plan d'eau sécurisé, au pied de la Cité de la Voile.

Les adultes qui souhaiteraient imiter les plus jeunes pourront opter pour le baptême en Mini J ou pour la "Balade sous voiles". Pendant une heure, vous naviguerez entre Port-Louis et l'île de Groix avec d'autres passagers et bien sûr un skipper, sur voilier amarré au pied de la Tour des vents. Cette option se fait soit en complément de la visite de la Cité de la Voile, soit séparément.

Également très prisée par les familles, l'exposition temporaire installée dans l'Annexe au rez-de-chaussée et dont l'entrée est indépendante. Cette

année, "Préhistoire(s) l'enquête vous invite à mener une investigation autour d'une enquête originale "un caveau préhistorique" (à partir de 7 ans). Les ateliers "Petit Archéo" s'adressent à un public jeune, voire très jeune, à partir de trois ans. "Fouille farfouille" consiste à découvrir comment vivaient nos ancêtres il y a plusieurs milliers d'années. À partir de 7 ans, un atelier pour archéologues en herbe permet de se prendre au jeu de la fouille archéologique. ■

L'été, la Cité de la Voile propose des animations gratuites incluses dans la visite



Yvan Zerbida

La Flore : pénétrer dans un véritable sous-marin !

HISTOIRE

Avec des témoignages vidéo et audio de sous-marinières, la projection d'images géantes sur le mur d'un bunker, le sous-marin *Flore* et son musée étonnent toujours et attirent jusqu'à 600 personnes par jour en été.

La visite du sous-marin *Flore* plaît vraiment à tous les publics et à tous les âges. Elle attire aussi de nombreux étrangers, souvent passionnés de patrimoine maritime. « *La Flore figure parmi la dizaine de sous-marins qui se visitent dans le monde. C'est un atout considérable pour le tourisme du Pays de Lorient* », souligne Mylène Huguët, responsable de la *Flore* à la Sellor.

Si la visite du submersible constitue le clou du parcours, celle du musée, situé au cœur d'une alvéole de l'ancienne base de sous-marins, s'avère tout aussi passionnante. Le public apprécie les images projetées qui ont été filmées à bord de différents sous-marins et qui racontent la vie quotidienne des hommes embarqués. Il est possible de tester quelques accessoires, dont le périscope qui intéresse beaucoup les enfants ! Ces derniers peuvent aussi tenter de déjouer un complot grâce à des jeux téléchargeables depuis les plateformes Google Play et Apple Store et auxquels ils peuvent jouer sur une tablette prêtée par le musée.

Dans la *Flore*, l'immersion dans la vie quotidienne des sous-marinières est aussi sonore.

Le film qui clôture la visite du musée, et précède celle du sous-marin, retrace l'histoire de la Seconde Guerre mondiale. Projeté sur plusieurs écrans qui montent et qui descendent, agrémenté de commentaires visuels graphiques et d'un montage musical savamment travaillé, il constitue une véritable performance artistique. ■

Sous-marin Flore S 645 et son musée interactif : 02 97 65 52 87. Entrée : gratuit pour les moins de 7 ans, 7 € pour les 7-17 ans, 9,50 € pour les adultes. Tarif réduit : 7,60 €. Famille (deux adultes et deux enfants) : 36 €. www.la-flore.fr

Durée moyenne de la visite : 1 h 15. - 10 % pour deux visites/activités sur Lorient La Base et - 15 % pour 3 visites/activités et plus sur Lorient La Base (*Flore* + bas et bunker K3, musée sous-marin, Cité de la Voile, visite du pôle de course au large, balade sous voile...). Acheter vos billets à l'avance (visite du sous-marin limitée à 35 personnes par départ).

Billetterie Lorient La Base : 02 97 65 56 56.



EN CHIFFRES

1960

lancement du sous-marin *Flore*

500 000

visiteurs depuis l'ouverture en 2010



Damien KILANI

La magie des chevaux opère à Hennebont

HARAS

Cet été, les Cavalcades estivales allient visite des Haras, expo photos, découverte de deux métiers artisanaux liés au cheval et spectacle de la compagnie Tempo d'Eole.

Pour profiter de votre journée sur le site des Haras d'Hennebont, le mieux est d'emporter un pique-nique et de démarrer la visite à 11 h 30 ou 12 h 30 afin de découvrir le parcours de visite intérieur, les deux selleries et la cour d'honneur, le tout guidé par un animateur. Ne ratez pas le "Lieu Mystère" ! À voir également : la très belle exposition photographique de Damien Kilaby et Herri Baron dans la cour d'honneur, qui retrace 15 ans de spectacles équestres diffusés aux Haras. De 14 h à 15 h 30, le public est invité à se rendre dans la cour d'honneur, aux ateliers sellerie et forge (30 minutes chacun), proposés par les deux artisans installés au sein des Haras. Vient ensuite le moment de la préparation du spectacle de Tempo d'Eole. La compagnie propose d'assis-

ter à l'échauffement des chevaux et d'échanger autour de la création. « *Les attentes du public ont évolué et nous avons souhaité y répondre*, souligne Jean-Marc Beaumier, directeur des sites muséographiques de la Sellor et responsable du site des Haras. *Comme chaque année, nous accueillons une compagnie équestre à renommée nationale. Cet été, Tempo d'Eole sera présente pendant deux mois. Il sera possible d'échanger en amont avec les artistes, avant le spectacle La Ville Bleue.* » Ce spectacle onirique est donné à 16 h 30 et dure une heure. Il est interprété par six acrobates voltigeurs, un musicien conteur et cinq chevaux. Journée mémorable aux Haras d'Hennebont ! ■

"Cavalcades estivales", du 9 juillet au 31 août, aux Haras d'Hennebont. Renseignements au 02 97 89 40 30. Du lundi au vendredi de 11 h à 19 h. Spectacle + expo + visites et animations : de 3 à 12 euros. Tarif famille 2 adultes et 2 enfants : 36 euros. Pour les enfants de 4 à 10 ans, les Haras proposent une balade à poney de 20 minutes pour seulement 5 euros (à partir du 4 juillet, du lundi au vendredi de 14 h à 17 h 30).

Billetterie web : frais de gestion en sus. www.haras-hennebont.fr

À chacun **selon son envie**

VACANCES

Le territoire compte de nombreuses propositions de loisirs l'été. Sans être exhaustif, voilà quelques suggestions.



Fanch Galluel

La rando connectée

Lorient Agglomération a lancé au printemps une appli baptisée Rando Bretagne Sud qui réunit une trentaine de circuits rando et VTT dans le Pays de Lorient et le Pays de Quimperlé. Outre la cartographie, elle intègre de nombreuses fonctionnalités comme le guidage routier jusqu'au point de départ du circuit, un guidage vocal en temps réel avec les changements de direction, une alerte en cas de sortie du sentier, un signal sonore pour attirer l'attention sur un point d'intérêt ou encore des informations sur le patrimoine, la faune, la flore.



Fanch Galluel

Les golfs

Le territoire compte deux golfs 18 trous, l'un situé à Plœmeur avec un parcours qui surplombe l'océan, l'autre à Quéven, dans la charmante vallée du Scorff. Ils sont ouverts à tous, habitants du Pays de Lorient comme visiteurs de passage, joueurs occasionnels comme pratiquants chevronnés. Et pour ceux qui voudraient faire en famille leurs tout premiers pas sur un green, une formule découverte leur est proposée avec apprentissage des bases et accès aux zones d'entraînement (practice et petit parcours neuf trous).



Hervé Cohermer

Les marchés

Après la plage ou la balade...

Port-Louis : marché semi-nocturne le mardi à partir de 18h dans le centre-ville.

Guidel : marchés de producteurs locaux le mercredi de 17h à 20h, ferme de la Saudraye

Quéven : marché bio et produits locaux, jeudi de 17h à 19h, place Toulouse

Locmiquélic : marché de producteurs locaux, mercredi 17h-20h, place du Bourg



Michel Jamoneau

Un voyage dans le temps

Blotti dans la vallée du Blavet, à une trentaine de kilomètres de Lorient, le village de Poul-Fétan invite à un véritable voyage dans les couloirs de l'Histoire. Entièrement restauré par les habitants de Quistinic, ce petit hameau breton aux chaumières caractéristiques est un reflet fidèle de la vie paysanne au XIX^e siècle. On peut y fabriquer soi-même son pain, mouler le grain, jouer à d'anciens jeux en bois.



Anthony TUAL

Le zoo de Pont-Scorff

C'est dans un écrin de verdure de 12 hectares que le zoo de Pont-Scorff vous présente plus de 600 animaux de 120 espèces différentes. Pendant près de 5 heures de visite, vous voyagez au travers des 5 continents à la découverte des girafes, éléphants, panthères, rhinocéros, singes, ou des majestueux lions blancs... Vous découvrirez le monde fantastique des otaries, des perroquets et des oiseaux marins grâce aux spectacles ludiques et pédagogiques. Une aire de jeux composée d'une structure solide avec toboggan et des petits équipements est mise à la disposition des enfants sous la surveillance de leurs parents, à côté de l'aire de pique-nique située près des éléphants.



Hervé Cobanner

La patinoire

Située à Lanester, la patinoire du Scorff est ouverte toute l'année. Elle accueille les groupes scolaires et le grand public, que ce soit en séance libre ou en cours encadrés pour tous les niveaux, tous les âges (hockey sur glace, patinage). C'est l'endroit idéal pour une sortie en famille à deux pas de Lorient. De nombreux événements à thème (soirée freestyle, tempête de neige...) y sont organisés toute l'année, et elle se transforme en lieu de fête grâce à des animations son et lumière. La patinoire du Scorff est un équipement de Lorient Agglomération, géré et animé par l'UCPA.



Michel Lamoneau

Le musée sous-marin

Au cœur du site historique de l'ancienne base des sous-marins de Lorient-Keroman, découvrez le plus vieux centre de sauvetage pour sous-mariniers au monde et le seul accessible au public ! Laissez-vous guider pour une visite unique en Europe, à la découverte des étonnantes techniques de survie en grande profondeur et des traces immergées des vestiges de la bataille de l'Atlantique au Pays de Lorient. Visites guidées ou audioguidées multilingues (français, anglais, allemand, espagnol, italien). Projections d'images d'archives et sous-marines sur les épaves englouties de la Seconde Guerre mondiale. Audioguide et parcours multimédia spécial enfants.



Ainhoa Sanchez

La Citadelle de Port-Louis

Élevée sur une pointe rocheuse à l'entrée de la rade de Lorient, la citadelle de Port-Louis est un imposant édifice marqué par les événements de l'histoire bretonne des XVI^e et XVII^e siècles. Elle abrite le musée de la Compagnie des Indes, un musée d'art et d'histoire classé Musées de France. Il évoque, à travers ses collections, l'histoire des Compagnies des Indes françaises. Depuis son ouverture, près de 1,5 million de visiteurs ont découvert la richesse et l'homogénéité des collections du musée, le plaçant parmi les établissements muséographiques les plus fréquentés de Bretagne.