

# COUTANCES TOURISME

L'essentiel grandeur nature



Magazine touristique · 2022

Coutances

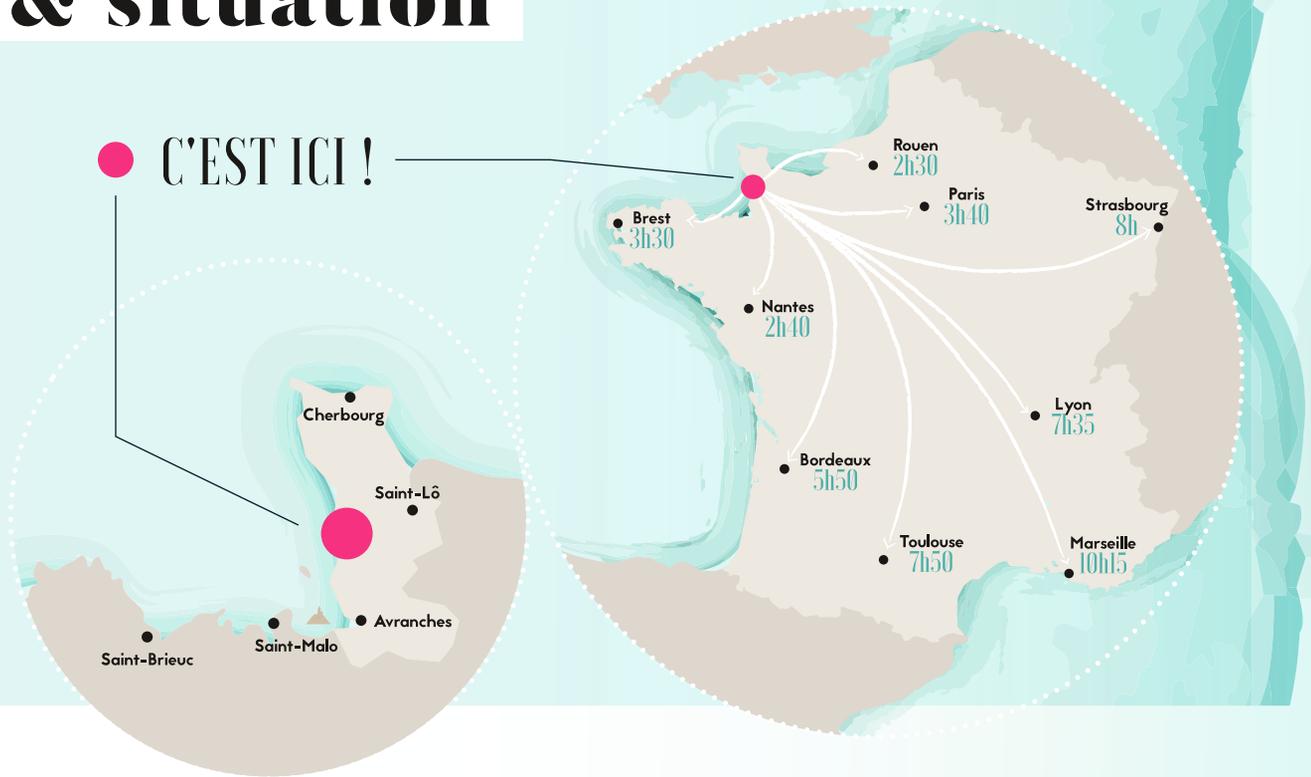
Agon-Coutainville

Hauteville-sur-Mer

Gouville-sur-Mer et Blainville-sur-Mer

De Gavray-sur-Sienne à Saint-Sauveur-Villages

# Cartographie & situation



## Les coins photo

### 1 Coutances

Découvrez la cathédrale et le jardin des plantes.

### 2 Les cabines de plage de Gouville-sur-Mer

Un petit village de cabines de plage aux toits colorés niché dans les dunes.

### 3 La station d'Agon-Coutainville

Découvrez l'architecture balnéaire et testez les sports nautiques.

### 4 La pointe d'Agon & le havre de Regnéville-sur-Mer

Un paysage qui évolue au rythme des marées.

### 5 Le village de Regnéville-sur-Mer

L'ancien village de pêcheurs et ses jolies petites ruelles.

### 6 Les dunes d'Annoville

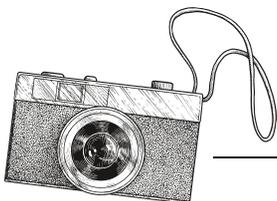
Pour les amoureux de la nature, de grandes étendues entre terre et mer.

### 7 La Baleine

Suivez les méandres de la Sienne, sortez des sentiers battus en vous laissant guider par ses charmantes petites routes de campagne.

### 8 L'abbaye de Hambye

Découvrez la splendide abbaye de Hambye et le charme bucolique de sa campagne préservée.







#coutancesnormandie

## COORDONNÉES

### Coutances Tourisme

02 33 19 08 10

accueil@tourisme-coutances.fr

www.tourisme-coutances.fr

### Bureau de Coutances (D3)

6, rue Milon

### Bureau d'Agon-Coutainville (D1)

6, place du 28 juillet

### Bureau de Blainville-sur-Mer (C1)

12 bis, route de la mer

### Bureau de Gouville-sur-Mer (C1)

1, rue du Nord

### Bureau de Hauteville-sur-Mer (E1)

30, avenue de l'Aumesle

### Bureau de Gavray-sur-Sienne (G4)

12, place de l'Église

## BILLETTERIE

Une billetterie qui vous simplifie les vacances : prenez de l'avance en achetant directement vos billets dans l'un de nos bureaux d'information touristique pour : les Iles Chausey, les Iles Anglo-Normandes, la Cité de la Mer à Cherbourg...

## BOUTIQUE

Avant de repartir n'oubliez pas de faire un saut dans notre espace boutique, l'occasion de ramener avec vous un "bout" de Normandie. Vous y trouverez produits locaux et idées cadeaux.

**Coutances Tourisme** est immatriculé au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le numéro IM050150001 et dispose des licences d'entrepreneur de spectacles n°2-1085152 et n°3-1085153. Tirage : 20 000 exemplaires. Dépôt légal 2022. Diffusion gratuite.

**Rédaction** : Coutances tourisme / **Création** : Mélissa Langlois · www.melissa-langlois.com / **Impression** : Imprimerie Corlet



Droits réservés. Ne pas jeter sur la voie publique. La reproduction même partielle d'articles ou d'illustrations parus dans ce magazine est strictement interdite. Toutes les informations données dans ce guide n'engagent aucunement la responsabilité de Coutances Tourisme.

**Crédits photos** : Adobe Stock (2, 37, 38, 42, 45) · Aymeric Picot (pages 4, 6, 7, 8, 12, 16, 18, 20, 22, 23, 24, 26, 28, 29, 31, 32, 33, 36, 4<sup>e</sup> de couverture) · Best Jobers (page 47) · Coutances Tourisme (pages 27, 32, 33, 35, 41) · David Wooldridge (page 43) · Éric Quesnel (pages 25) · Francis Bellamy (page 9) · Hello Travelers (pages 10, 39, 46) · Jennifer Hillhouse (page 27) · Jim Prod (pages 6, 11, 25, 34, 35, 40) · Lila Azeu (page 43) · Manche Iles Express (page 46) · Mathieu Dutot (page 43) · Philippe Fauvel (pages 31, 33) · Samfaitvoyager (pages 8, 12) · Teddy Bear Photos (23, 25) · Thierry Houyel (pages 17, 21, 37) · Thibault Poriel (Couverture et pages 5, 10, 13, 14, 15, 16, 18, 26, 30, 31, 44)

\*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

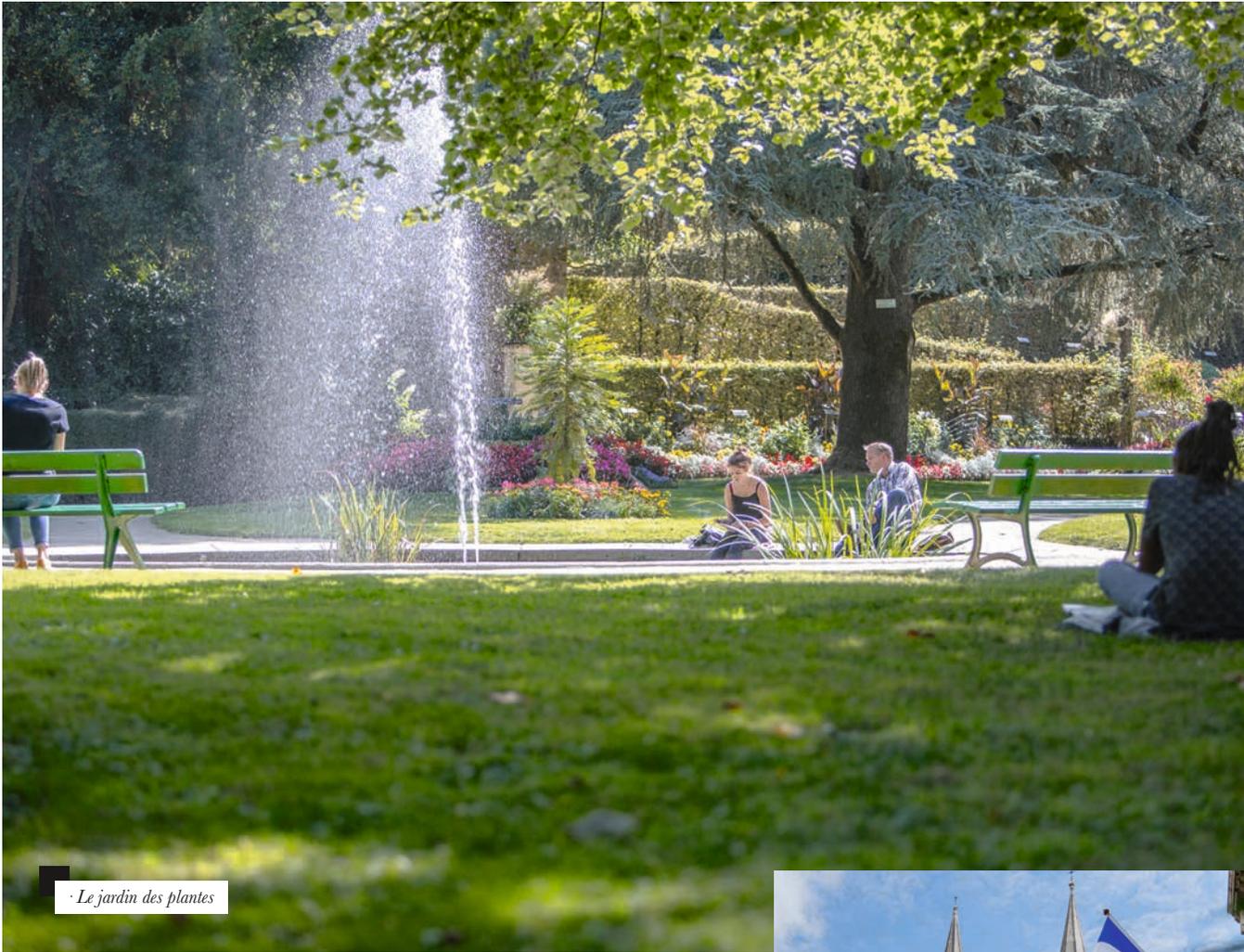




## \_Sommaire

<b>Coutances</b> .....	6
La cathédrale .....	8
Le festival Jazz sous les pommiers .....	9
<b>Agon-Coutainville</b> .....	10
La pointe d'Agon .....	12
L'appel des grands espaces .....	13
<b>Gouville-sur-Mer &amp; Blainville-sur-Mer</b> .....	14
<b>Hauteville-sur-Mer &amp; ses environs</b> .....	16
<b>Regnéville-sur-Mer, notre coup de cœur</b> .....	18
<b>De Gavray-sur-Sienne à Saint-Sauveur-Villages</b> .....	20
L'abbaye de Hambye .....	22
Le château de Gratot .....	23
<b>Sortir des sentiers battus</b> .....	24
<b>Vivre au rythme des marées</b> .....	26
<b>Les havres, une curiosité à l'état sauvage</b> .....	30
<b>Balades en pleine nature</b> .....	32
<b>Osez le terrain de jeu grandeur nature</b> .....	34
<b>S'amuser en famille !</b> .....	36
<b>100 % saveurs locales</b> .....	38
<b>Tout savoir sur les huîtres</b> .....	40
<b>Terre d'événements</b> .....	42
<b>48h</b> .....	44
<b>Il pleut ?!</b> .....	45
<b>Les îles</b> .....	46
<b>C'est beau la Manche</b> .....	47





· *Le jardin des plantes*

# COUTANCES <sup>(D3)</sup>

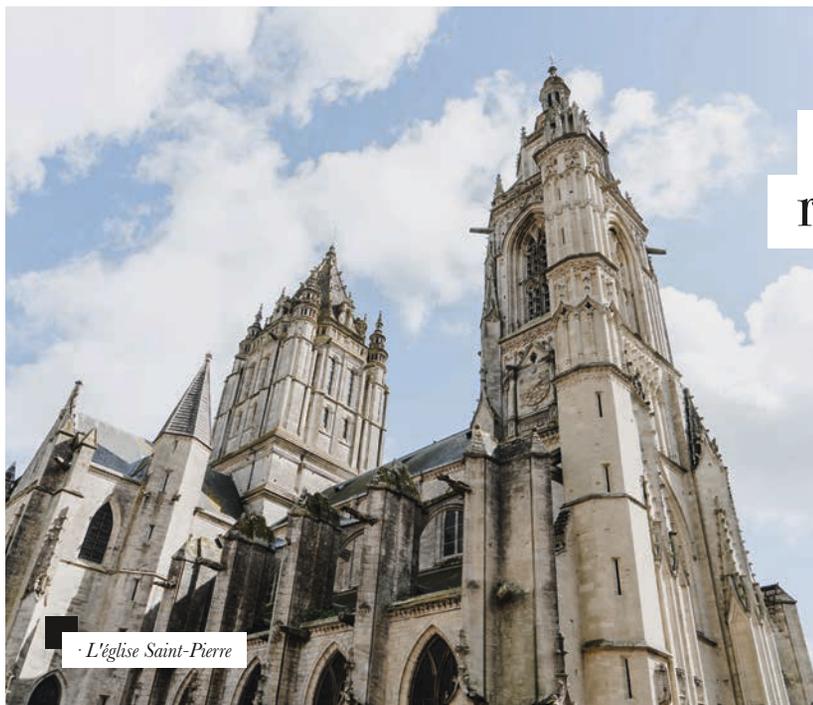
## À la rencontre des trésors de la cité historique

Envie d'une étape culturelle pendant votre séjour ?

Si vous aimez les vieilles pierres, accordez-vous une étape dans cette ville à la campagne où il fait bon se balader. La cité conserve quartiers anciens, demeures particulières, églises et chapelles liées à son passé de capitale religieuse, autant de petits trésors à découvrir au fil des rues. Majestueuse et envoûtante, la cathédrale vous réserve une visite à couper le souffle.



· *La cathédrale Notre-Dame*



L'Église Saint-Pierre

## — Nous vous recommandons

### **\_ Visiter**

- > **Musée Quesnel Morinière** : dans un ancien hôtel particulier, collections d'art local et expositions temporaires.
- > **Église Saint-Pierre** : édifice de style gothique flamboyant au cœur de la ville.
- > **Circuit des trois vallées** : randonnée de 12 km offrant des points de vue inédits sur la ville.

### **\_ Manger**

- > **Côté Saint-Pierre** : cuisine du marché tout en poésie.
- > **L'Épicerie** : sur place ou à emporter, propositions savoureuses à l'ardoise.
- > **Kalamansi** : table raffinée pour une expérience bistro.

### **\_ Boire un verre**

- > **La Taverne** : terrasse face à la cathédrale et look art déco.
- > **Le Club** : adresse intimiste pour boire un bon cappuccino et apprécier les cocktails "création" du chef-barman Tomi.

### **\_ Dormir**

- > **Le gîte « La rose au bouais »** : à deux pas du centre-ville, une parenthèse au calme.
- > **Chambres d'hôtes de M. Forestier** : aux portes de la ville, une belle adresse pour se détendre.

## CIRCUIT DÉCOUVERTE DE LA VILLE

Arpentez la ville à votre rythme mais sans passer à côté de l'essentiel ! Demandez le circuit dans l'un de nos bureaux d'information touristique, il est gratuit.

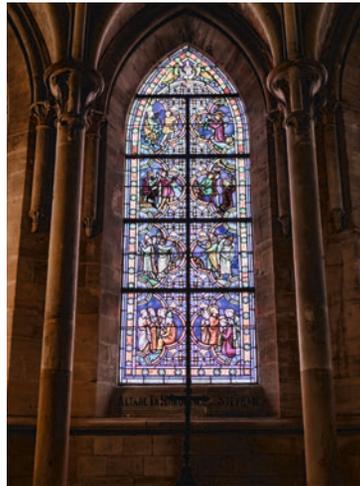
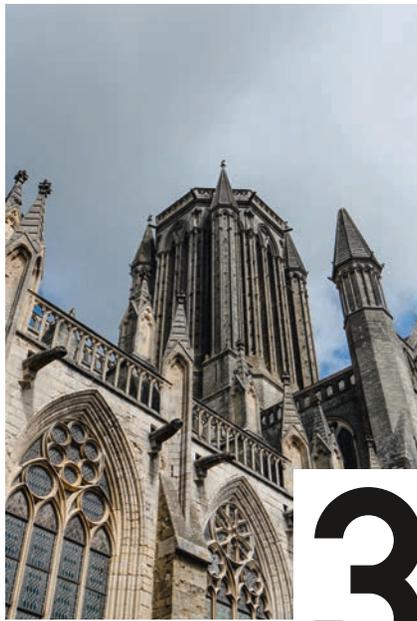
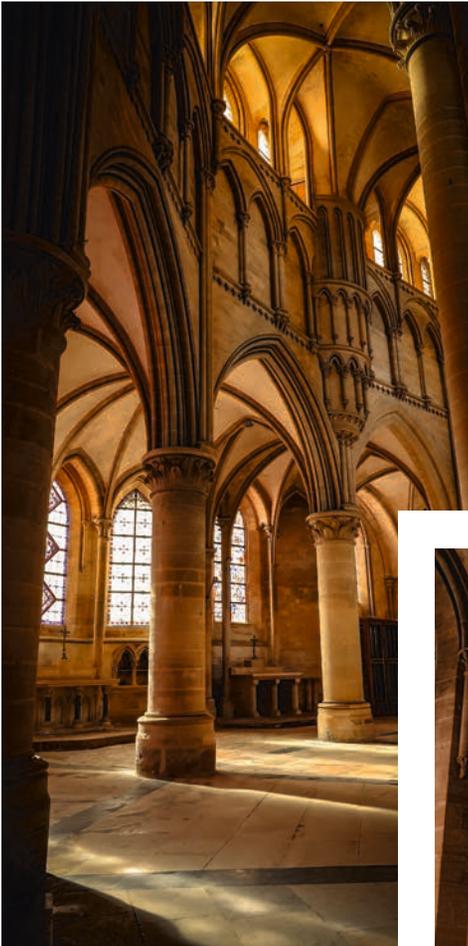
## JARDIN DES PLANTES

Au cœur de la ville, le jardin des plantes est un écrin de verdure que l'on prend plaisir à visiter. Particularité, les jardiniers y perpétuent une tradition coutançaise : la mosaïciculture et ce, depuis la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Magnifique à toutes les saisons, les plus petits prennent plaisir à gambader dans le jardin et dans le labyrinthe végétal que des générations d'enfants ont parcouru.

## CATHÉDRALE NOTRE-DAME

Joyau de l'art gothique normand, visitez ce monument incontournable. Laissez-vous séduire par sa lumière et par ses proportions face auxquelles vous vous sentirez tout petit.

> *Pour en savoir plus, rendez-vous page 8.*



## 3 FAÇONS DE VISITER LA CATHÉDRALE

### Visite en autonomie des parties basses

Découvrez à votre rythme la cathédrale. L'accès au monument est gratuit et libre aux horaires d'ouverture.  
> Pour enrichir votre visite, un document est à retirer dans un de nos bureaux d'information touristique.

### Visite audioguidée des parties basses

Optez pour un audioguide : d'une durée de 45 minutes, ce parcours permet d'approfondir la visite autour de l'histoire et de l'architecture du bâtiment.  
> Disponible au bureau d'information touristique de Coutances toute l'année et en juillet-août auprès de l'agent d'accueil de la cathédrale au prix de 3€.

### Visite insolite

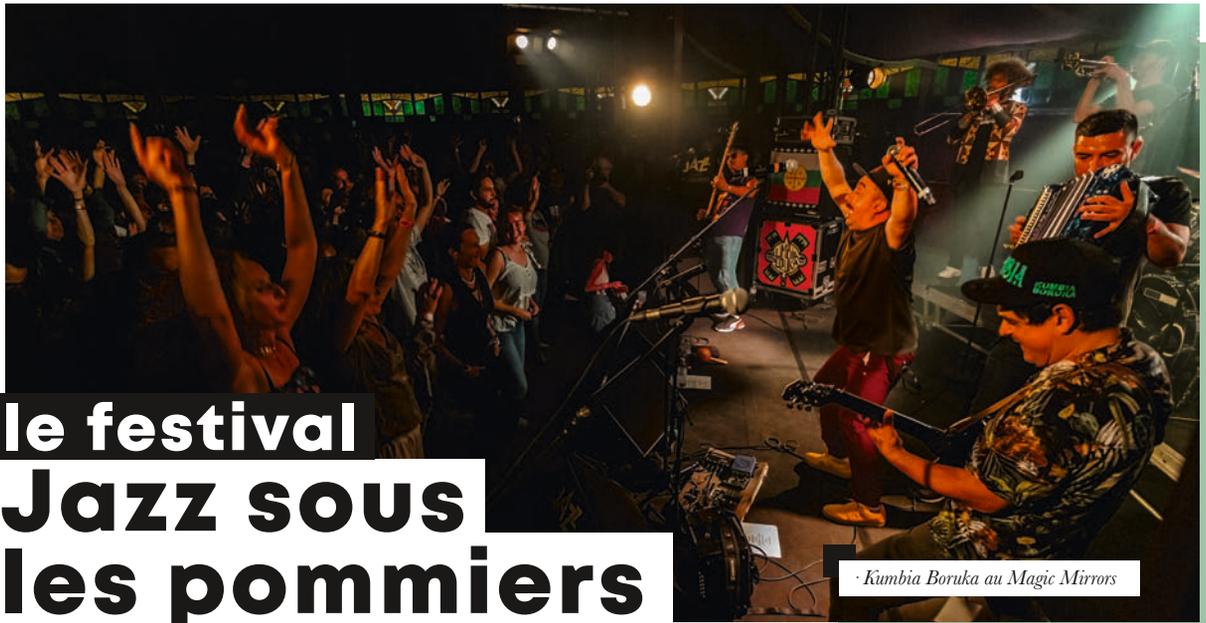
Visitez avec un guide conférencier les parties hautes de la cathédrale. Le Pays d'art et d'histoire du Coutançais propose une visite surprenante qui vous mènera à la découverte des coulisses de ce joyau typique de l'art gothique normand. La visite est à couper le souffle et offre une vision inédite de ce site incontournable.  
> Pour participer à ce tête à tête vertigineux, il est impératif de réserver auprès de Coutances Tourisme au 02 33 19 08 10 (la visite est interdite aux moins de 10 ans).

# la cathédrale

**L**a cathédrale Notre-Dame de Coutances est un monument incontournable de la région que l'on visite avec émerveillement !

Véritable emblème de la destination, elle se dresse au cœur du centre-ville. Construite à partir de l'édifice roman du XI<sup>e</sup> siècle, la cathédrale telle qu'on la voit aujourd'hui fut élevée au XIII<sup>e</sup> siècle et est une réalisation majeure de l'art gothique normand (sobriété, tour-lanterne et

verticalité des lignes). Sa tour-lanterne est extraordinaire pour son vertigineux surplomb au-dessus du vide. Ayant échappé aux bombardements de 1944, la cathédrale conserve des éléments assez remarquables tel que son bel ensemble de verrières médiévales ; statuaire, mobilier et d'autres curiosités de la deuxième moitié du XX<sup>e</sup> siècle sont également à découvrir.



# le festival Jazz sous les pommiers

· Kumbia Boruka au Magic Mirrors

**J**azz sous les pommiers est un festival qui a lieu tous les **J**ans pendant l'Ascension à Coutances, depuis 1982.

Il a acquis une renommée internationale et avec plus de 80 000 spectateurs, c'est avant tout l'un des événements musicaux incontournables en Normandie. Pendant une semaine, la ville de Coutances résonne aux sons des concerts, des spectacles de rue et de l'ambiance chaleureuse de ce rendez-vous incontournable.

## JAZZ SOUS LES POMMIERS C'EST :

### Des concerts

Plusieurs salles de spectacle ouvrent leurs portes pour offrir une programmation très éclectique qui va du latin-jazz à la musique électronique. Les artistes invités sont aussi bien des musiciens locaux que de grandes vedettes internationales.

### Des spectacles et animations gratuites

Comédiens, funambules, acrobates et musiciens animent les rues durant la semaine du festival.

### Un village aux mille et une saveurs

Toute la semaine, de nombreux stands de nourriture proposent plats locaux et saveurs du monde, l'occasion d'apprécier un bon verre de cidre et une belle assiette de produits de la mer !

### Des bars animés

Groupes locaux et régionaux sont programmés gratuitement chaque soir dans les différents bistrot.

### Des afters aux caves des Unelles

Pour les noctambules, concerts jazz et dj sets animent les caves des Unelles jusque tard dans la nuit.

### Un dimanche en fanfares

Retrouvez plusieurs fanfares et groupes venus du monde entier pour vous faire bouger sur leurs rythmes endiablés. Pique-nique musical au jardin des plantes en préambule à cette journée festive et familiale.

### Et c'est aussi

Des activités pendant une semaine, des dégustations de produits locaux, une course « Jazz Colore », des expos, des lectures, des rencontres, une ville qui vit au rythme du festival, une ambiance inédite !

## Pratique

### Programmation

Retrouvez l'intégralité de la programmation sur :

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

> En 2022, rendez-vous du 20 au 28 mai pour la 41<sup>e</sup> édition de Jazz sous les pommiers !

> En 2023, du 13 au 21 mai.

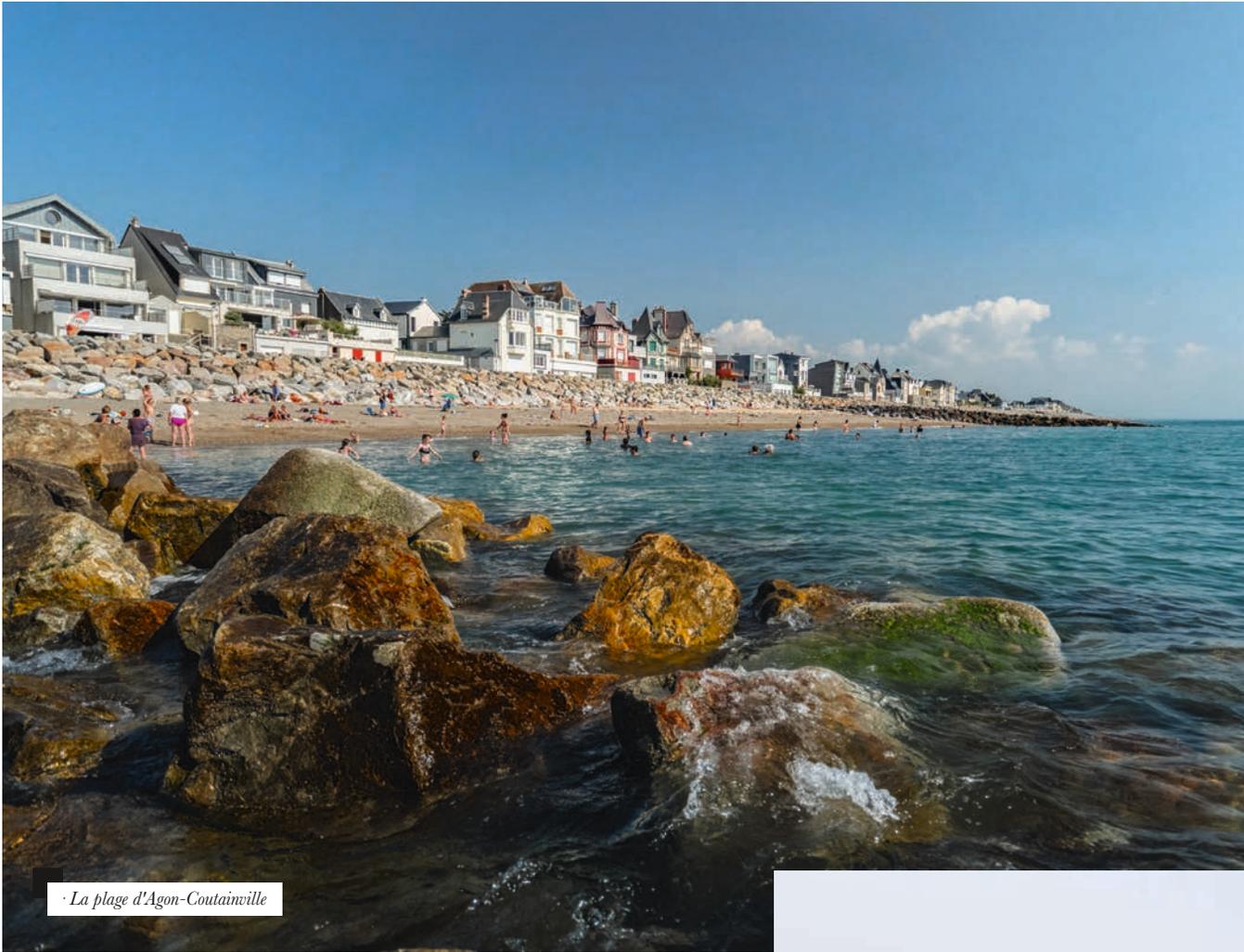
### Hébergements

Trouvez votre hébergement au plus près du festival sur :

[www.tourisme-coutances.fr](http://www.tourisme-coutances.fr)

### Déplacements

Pour parer aux difficultés de stationnement, favorisez la déambulation piétonne en centre-ville, optez pour les navettes gratuites pour rejoindre le cœur de Coutances, suivez les panneaux !



· La plage d'Agon-Coutainville

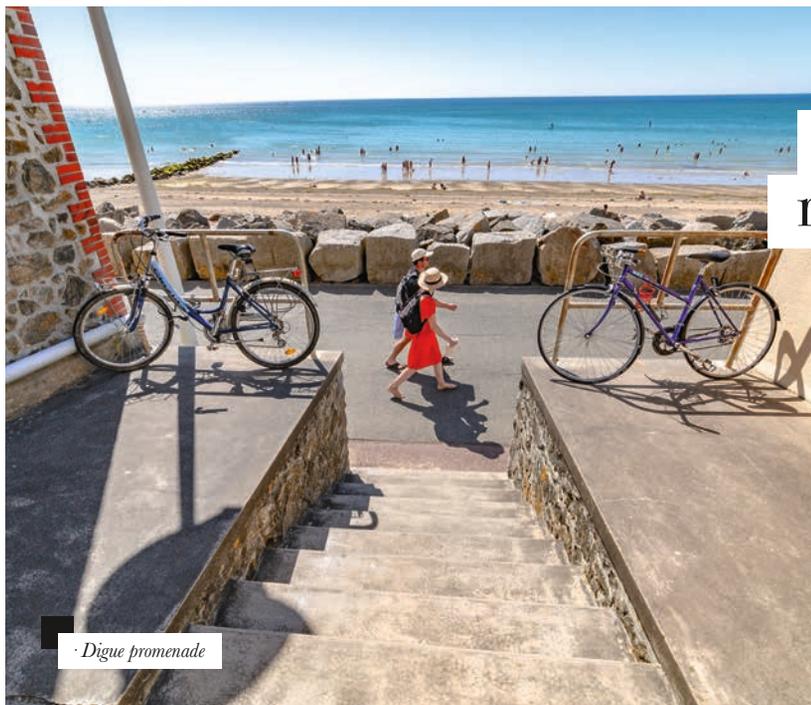
# AGON-COUTAINVILLE <sup>(D1)</sup>

## Le bonheur à partager en bord de mer

Agon-Coutainville est une station balnéaire familiale, tantôt dynamique et animée, tantôt sauvage et naturelle qui offre un bel éventail d'activités à expérimenter. Que vous soyez plutôt farniente ou vacances actives, ses grandes plages de sable sauront vous séduire. Au programme : baignade et châteaux de sable, marché haut en couleur, promenade à bicyclette dans les petites ruelles cachées ou balade face à la mer au coucher du soleil, et pourquoi ne pas se laisser prendre au jeu des courses à l'hippodrome ou au casino.



· Cabane "La poulette"



· Digue promenade

## — Nous vous recommandons

### — Visiter

> **Petit musée du littoral et de la mer** : ouvert l'été, pour tout savoir des espèces de notre littoral et les bonnes pratiques à adopter pour la pêche à pied.

> **La Poulette** : depuis 1926 cette petite cabane de plage résiste aux assauts de la mer. Prisée des photographes, elle est l'un des emblèmes de la station.

> **La mare de L'Essay** : parfaite pour partager un bon moment en famille à l'ombre des pins.

### — Manger

> **Salicorne** : expérience bistrannique dans un décor contemporain.

> **L'écume** : cuisine de la mer et vue imprenable.

### — Boire un verre

> **La Plancha** : sur la digue, parfait pour des tapas et un verre au coucher du soleil !

> **La Belle Ostréa** : dégustation iodée en plein centre de la station balnéaire.

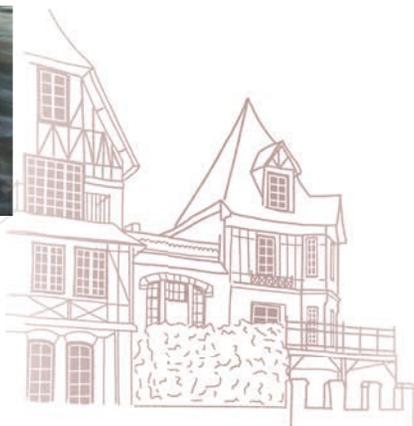
### — Dormir

> **Hôtel les Coutainvillaises** : au cœur de la station, petit hôtel parfait pour une escale à deux.

> **La villa douce** : maison joliment rénovée avec petite vue mer et borne de recharge pour véhicule électrique.

## L'ARCHITECTURE BALNÉAIRE

Une balade en front de mer sur la digue permet d'admirer les maisons typiques et les villas contemporaines qui s'alignent le long de la plage. Un petit voyage dans le temps pour apprécier l'évolution de l'architecture du XIX<sup>e</sup> siècle à nos jours.

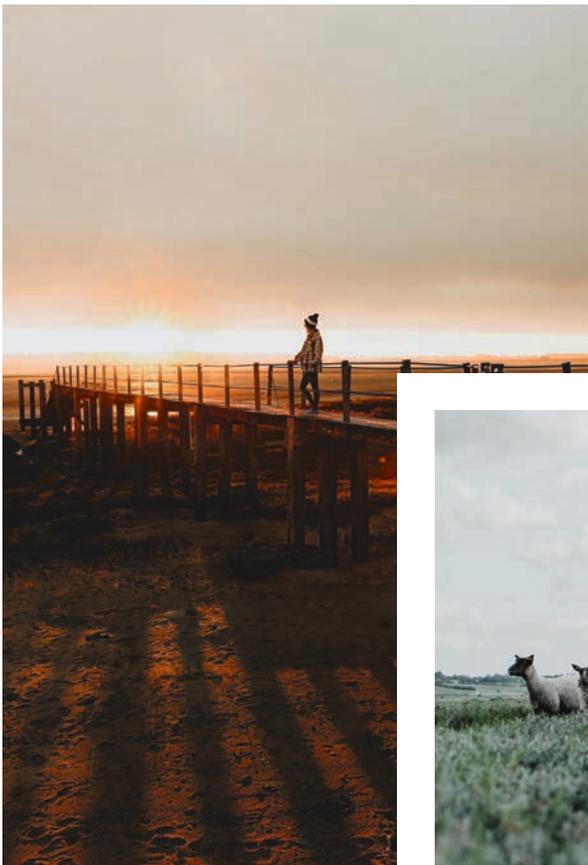


## LE VIEUX COUTAINVILLE ET LE VIEIL AGON

La rue d'Agon et la rue de Blainville font partie des rues anciennes de la commune et ont conservé jolis manoirs, villas, ruelles et murets en pierre qui vous feront tomber sous le charme.

## LA POINTE D'AGON

Ce site naturel est un lieu incontournable des promeneurs et amoureux de la nature qui peuvent parcourir les grandes étendues entre dunes et prés-salés, entre mer et havre de Regnéville.  
> *Pour en savoir plus, rendez-vous page 12.*



# La pointe d'Agon

**Un lieu exceptionnel aux allures de bout du monde, des dunes à perte de vue, un phare au toit rouge qui se dresse au milieu de cette immensité, des moutons qui paissent, bienvenue à la Pointe d'Agon !**

Situé à quelques kilomètres de l'effervescence du centre d'Agon-Coutainville, on aime venir se ressourcer dans cet espace naturel. Entre la mer et le havre de Regnéville, il vit en perpétuelle évolution face aux assauts du vent et des marées.

## Un refuge

Classée depuis 1989, la pointe d'Agon est protégée et préserve une grande richesse d'espèces fauniques et floristiques. Terrain de jeu idéal des lapins de garenne, elle est recouverte d'herbus que fréquentent les moutons de prés-salés. Oyats, élymes des sables et chiendents maritimes comptent parmi les végétaux les plus présents. De nombreux oiseaux y sont de passage ou y nichent tels que les bernaches cravants, les grands gravelots, les bécasseaux sanderlings...

## Le phare de la pointe d'Agon

Devenu un emblème de la station d'Agon-Coutainville, ce feu fut construit en 1856. À l'époque il balisait l'entrée de l'estuaire pour les nombreux bateaux qui se rendaient à Regnéville. Il ne se visite pas mais est souvent immortalisé par les artistes et visiteurs.

## Le monument Lechanteur

Intrigant cet alignement de pierres dressées ? On le croirait originaire du néolithique mais en réalité sa forme est inspirée des monuments funéraires vikings en forme de bateau. Il fut érigé en 1976 en mémoire de Fernand Lechanteur, écrivain local et fervent défenseur de la langue normande.

## Profiter de ce lieu d'exception

Selon que la marée est montante ou descendante, les paysages changent et offrent un point de vue tout à fait inédit des lieux. Pour la promenade : optez pour l'itinéraire de votre choix en passant par les grandes plages de sable fin ou par les herbus, et découvrez des panoramas époustoufflants. Vous pouvez également suivre le tracé du GR 223, appelé aussi sentier du littoral qui fait le tour de la Pointe.

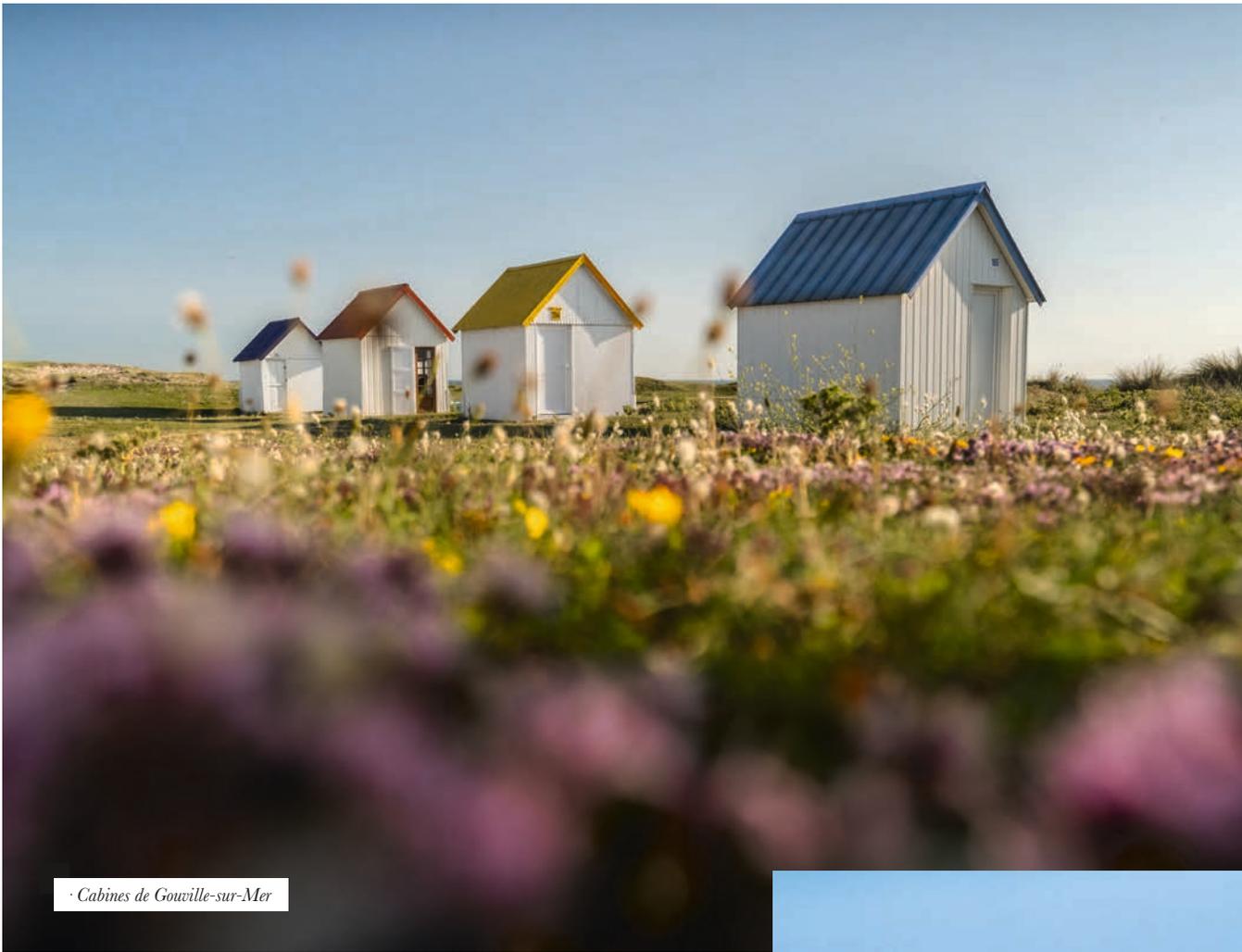
## Pratique

Tous les visiteurs sont invités à découvrir la pointe d'Agon dans le respect de l'environnement. Une aire de stationnement gratuite se trouve à l'entrée du site sur la droite. Le site est accessible toute l'année.

# L'appel des grands espaces

Sculptée par  
les vents et  
les marées,  
répondez à  
l'appel d'une  
nature encore  
à l'état  
sauvage entre  
terre et mer.

· *Le havre de Blainville*



· Cabines de Gouville-sur-Mer

# GOUVILLE <sup>SŪ</sup>R MER & BLAINVILLE <sup>SŪ</sup>R MER <sup>(C1)</sup>

## L'air marin qui souffle sur vos vacances

Deux endroits parfaits pour passer des vacances tournées vers le grand large. Hauts lieux de l'ostréiculture normande, ces deux communes présentent de merveilleux atouts pour réaliser une escale iodée dans la Manche. Au rythme des marées, elles s'animent et tirent leurs richesses de la mer. On y trouve de grandes plages pour passer des moments en famille et entre amis ou bien profiter des activités du bord de mer, comme la pêche à pied ou les sports nautiques.



· Phare du Sénéquet



· Parcs ostréicoles de Blainville-sur-Mer

## — Nous vous recommandons

### \_ Visiter

> **La rue des libraires à Blainville-sur-Mer** : belles demeures d'anciens libraires dans la rue de Bas.

> **Le moulin de Gouville-sur-Mer** : construit en 1870 et restauré en 2014, découverte de la fabrication ancestrale de la farine.

### \_ Manger

> **Le Grand Herbet à Blainville-sur-Mer** : dîner en tête à tête avec la mer.

> **Les Dunes à Gouville-sur-Mer** : produits frais et plats savoureux au pied de la plage.

### \_ Boire un verre

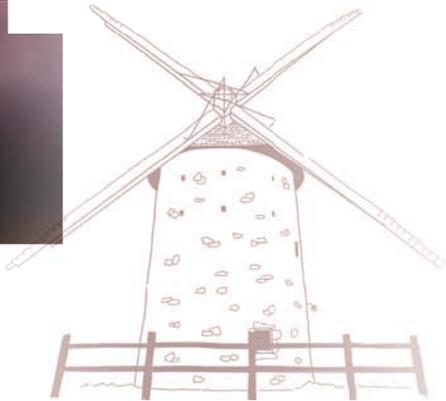
> **Le Boa à Gouville-sur-Mer** : ambiance détendue et musicale pour prendre un verre en face de la mer.

> **La Cale et la Cabane à Blainville-sur-Mer** : bonnes adresses avec ambiance décontractée les pieds dans le sable.

### \_ Dormir

> **L'appartement de Mme Cauvin à Gouville-sur-Mer** : confortable appartement face à la mer et aux cabines de plage.

> **Les chambres d'hôtes le Clos des Pommiers à Blainville-sur-Mer** : belle adresse pour un week-end à deux.



## LE PHARE DU SÉNÉQUET

Au large de Gouville-sur-Mer, le phare du Sénéquet se dresse fièrement sur le rocher du même nom. Situé à 3,8 km du rivage et haut de 17 mètres, il fut construit en 1857. Il n'est pas accessible à la visite.

## LES CABINES DE PLAGE DE GOUVILLE-SUR-MER

Véritables emblèmes de la ville et devenues l'un des sites touristiques les plus attractifs de la Manche, les cabines de plage charment par leur toiture multicolore. Apparues au début du XX<sup>e</sup> siècle, elles forment un village inattendu sur le haut des dunes et offrent une balade atypique à faire été comme hiver en bord de mer.

## L'OSTRÉICULTURE & LA MYTILICULTURE

Ces deux communes recensent plus de 250 entreprises. De nombreux ostréiculteurs et mytiliculteurs ouvrent les portes de leurs ateliers et proposent à la vente de savoureux produits de la mer.



· La plage de Montmartin-sur-Mer

# HAUTEVILLE SŪR MER & SES ENVIRONS <sup>(E1)</sup>

## Naturellement apaisant

Profitant d'un littoral d'exception et de grandes plages, goûtez à la douceur de vivre de ce lieu rempli de quiétude et prenez le temps d'apprécier ces petits bonheurs qui deviennent les meilleurs souvenirs de vacances. Point idéal pour des sorties sportives, de nombreuses activités sont à faire dans ce petit bout de paradis telles qu'escalade, char à voile, balade à cheval sur la plage, rando et vélo en parcourant de grands espaces et une nature authentique.



· Catamarans à Hauteville-sur-Mer



· Les dunes d'Annville

## LA PÊCHERIE LA MAILLARD À HAUTEVILLE-SUR-MER

La pêcherie La Maillard est un piège à poissons en bois datant d'un autre temps qui se découvre à marée basse. Patrimoine maritime exceptionnel, les pêcheries permettent de découvrir une technique de pêche ancestrale. La famille passionnée qui l'exploite et l'entretient vous accueille lors de visites uniques.

## LA SIENNE

Cette partie de la destination est traversée par la Sienne. La Sienne est un fleuve sur lequel on peut pratiquer le kayak, le stand up paddle ou encore la pêche et ainsi découvrir les méandres du cours d'eau de manière inédite. Prenant sa source dans le Calvados, il effectue un parcours de 92,6 km avant de se jeter dans le havre de Regnéville.

## LES DUNES D'ANNOVILLE

Site naturel d'exception et premier site dunaire classé, les dunes d'Annville représentent un véritable havre de paix. Un sentier découverte a été créé et vous permet de mieux connaître ce lieu, sa faune, sa flore et les activités humaines : pâturage et chasse.

## LE MARCHÉ DU DIMANCHE À HAUTEVILLE-SUR-MER

Rendez-vous incontournable, le marché de Hauteville-sur-Mer est l'un des plus intéressants à parcourir pour sa diversité d'exposants. Animé et coloré, ce marché répondra à toutes vos attentes estivales.

## — Nous vous recommandons

### \_ Visiter

- > **Digue de Hauteville-sur-Mer** : pour se promener face à la mer en famille.
- > **Raptor park à Lingreville** : 8000m<sup>2</sup> de loisirs couverts pour tous les âges.
- > **Sites d'escalade de Montmartin-sur-Mer** : en extérieur, dans une ancienne carrière de pierre, ou en intérieur, sur un mur d'escalade avec plus de 600m<sup>2</sup> de surface grimpable.

### \_ Manger

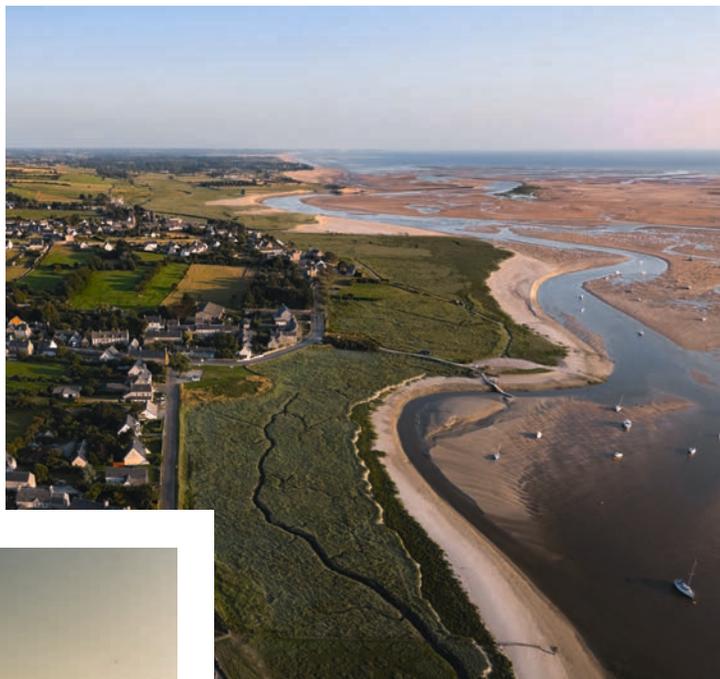
- > **La Mer Ô vent à Hauteville-sur-Mer** : magnifique terrasse surplombant la plage et cuisine très savoureuse.
- > **Ma pressieuse à Quettreville-sur-Sienne** : cuisine délicieuse à base de produits bio, locaux et de poisson.

### \_ Boire un verre

- > **Bistrot La Moussette à Hauteville-sur-Mer** : lieu convivial pour déguster la bière brassée localement : la Moussette.
- > **La Cale de la Brequette** : restaurant éphémère dans les dunes, parfait pour grignoter ou se rafraîchir.

### \_ Dormir

- > **Gîte Les Dunes à Annville** : situé au pied des dunes et de la plage pour un séjour au cœur de la nature.
- > **Camping Les Gravelets à Montmartin-sur-Mer** : à deux pas de la plage, camping niché dans un environnement calme.



# Regnéville

## SUR Mer <sup>(E1)</sup>

**D**ans les ruelles de Regnéville-sur-Mer, flotte encore le parfum des départs vers le grand large. Port d'échouage depuis le Moyen Âge, le village de marins a su préserver tout son caractère maritime. Façonné par des siècles d'histoire, il est aujourd'hui un véritable petit havre de paix.

Regnéville-sur-Mer est un village hors du temps, avec un paysage modelé par les marées. On prend plaisir à découvrir au fil des rues, les nombreuses maisons en pierre de Montmartin. Poussez l'escapade en partant à l'abordage de la beauté inédite de ses hameaux avoisinants, Grimouville et Urville, notre petit bout du monde à nous !

— Nous vous recommandons

### \_Visiter

> **Le marché d'été au château** : tous les vendredis soir de juillet-août, un marché de producteurs s'installe dans la cour du château. Un rendez-vous convivial bien connu, à ne pas manquer !

### \_Manger

> **Le Jules Gommès** : pour les plats du jour, toujours savoureux et à base de produits locaux.

### \_Dormir

> **Le camping du havre de Regnéville** : pour son emplacement incroyable et ses tentes insolites.

# Sur les pas des matelots...

## Regnéville en 7 étapes !



### 1 Le Havre de la Sienne

Il est le plus grand du Cotentin avec sa superficie de 1 800 hectares et possède une faune et une flore très importantes : salicorne, oiseaux, agneaux et moutons. On le visite avec un guide, pour en découvrir toute sa richesse et ses particularités.

### 2 Le port d'échouage

Aujourd'hui son activité sert uniquement à la plaisance avec la présence de 90 mouillages. Mais le port connut une forte activité grâce à son emplacement stratégique, il atteignit son apogée au XIX<sup>e</sup>, entre le commerce de la chaux, la pêche côtière et les terre-neuvas.

### 7 Le cœur de Regnéville

À partir de l'église de Regnéville, empruntez la cour à Tôt, la ruelle du Château, la rue du Breuil, autant de petites ruelles qui vous feront découvrir le charme du village. Admirez les belles maisons de pierre et les témoignages de son passé comme une ancienne corderie (rue de la corderie), la rue de la Hauteur et son manoir.

### 6 Le château médiéval

Les vestiges du donjon qui restent miraculeusement debout nous invitent à imaginer cette ancienne place forte au Moyen Âge. Fondé à partir du XI<sup>e</sup> siècle, le château fut le témoin malheureux de rudes batailles entre Français et Anglais. Un parcours de découverte entoure son enceinte et permet d'en apprendre plus sur le passé glorieux de la commune.

### 5 Les fours à chaux du Rey

Construits au XIX<sup>e</sup> siècle et inscrits aux monuments historiques, ils forment un ensemble exceptionnel témoignant de son passé industriel. Visitez en accès libre ce site impressionnant, lié à l'utilisation de la chaux.

### 4 Hameau d'Urville

Cet ancien village est un havre de paix où faire halte. Entrez dans l'église au clocher en flèche, vous y verrez la maquette d'un terre-neuvas.

### 3 Hameau de Grimouville

Ce hameau possède comme les lieux-dits avoisinants, un charme incroyable. Son église contient un magnifique ex-voto et ses vitraux ont tous un rapport avec l'eau.



# DE GAVRAY <sup>SŪR</sup> SIENNE À SAINT-SAUVEUR- VILLAGES

## Escapade bucolique sous les pommiers

Empruntez les petites routes de notre jolie campagne ou enfillez les chaussures de randonnée à l'assaut des sentiers et prenez le temps d'admirer tous les trésors dont regorge notre nature préservée : points de vue inédits et vieilles pierres cachées vous feront tomber sous le charme bucolique de notre bocage typiquement normand !



Abbaye de Hambye



## — Nous vous recommandons

### \_ Visiter

- > **Musée Tancrède à Hauteville-la-Guichard** : le musée retrace l'épopée, peu connue mais non moins passionnante, des rois normands partis à la conquête de l'Italie du Sud pour y fonder un royaume. Pour terminer la visite, flânez dans le jardin d'inspiration médiévale.
- > **Mausolée Letenneur à Roncey** : un étrange monument entre caveau et habitation : construit pour y enterrer les membres de la famille et y partager un repas dans la salle à manger entre vivants et morts. Vue imprenable sur la campagne depuis l'étag.

### \_ Manger

- > **Auberge de l'abbaye de Hambye** : restaurant parfait pour un repas d'exception au pied de l'abbaye.
- > **La Baratte à Saint-Denis-le-Vêtu** : cuisine du terroir savoureuse concoctée avec de bons produits locaux et souvent bio !

### \_ Dormir

- > **Les cabanes de Savigny** : insolites, les cabanes perchées sont parfaites pour se reconnecter à la nature !
- > **Les Gabrioleries à Courcy** : cette maison d'hôtes très confortable propose une table d'hôtes locale et de saison. Les plus jeunes apprécieront la chambre familiale avec toboggan ou encore les animaux de la ferme.

## ABBAYE DE HAMBYE <sup>(F6)</sup>

Au cœur d'un vallon verdoyant, laissez-vous envoûter par cet ensemble monastique fondé au XII<sup>e</sup> siècle.

> *Pour en savoir plus, rendez-vous page 22.*

## FOIRE SAINT-LUC DE GAVRAY <sup>(G4)</sup>

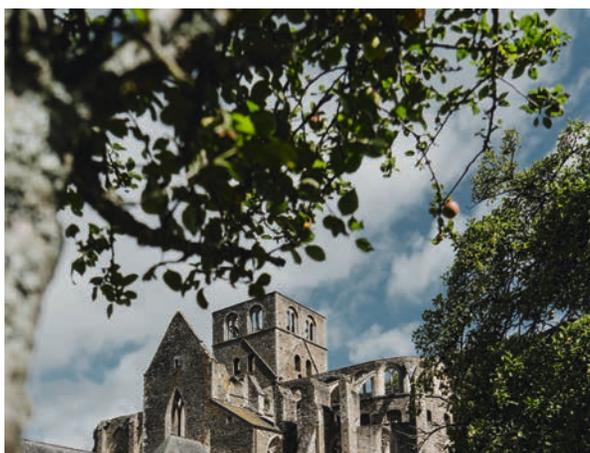
Une des plus anciennes foires traditionnelles de la Manche, elle attire plus de 100 000 visiteurs chaque automne. Foire aux chevaux, à la citrouille, une mise à l'honneur des savoir-faire et de la gastronomie locale.

## SITE ARCHÉOLOGIQUE DU CHÂTEAU DUCAL DE GAVRAY <sup>(G4)</sup>

La forteresse imprenable, située au sommet d'une colline surplombant la ville et la vallée de la Sienne, n'est aujourd'hui plus que ruines ; mais des panneaux permettent de découvrir l'histoire de ce lieu stratégique durant le Moyen Âge.

## ÉGLISE DE SAVIGNY <sup>(D4)</sup>

Surprenante, cette église romane recèle quelques petits trésors du passé : des détails architecturaux sculptés du XII<sup>e</sup> siècle, un bas-relief du Christ en majesté et surtout des peintures murales dont une curieuse Cène du XVI<sup>e</sup> siècle où sont représentés 13 apôtres.



## GRANDIOSE... TOUTE L'ANNÉE

### Les visites

Explorez en autonomie le charme d'un monastère médiéval exceptionnel ou remontez le temps en compagnie d'un guide pour une visite approfondie. Lors de votre visite, vous pourrez explorer l'église abbatiale, la porterie, la maison des convers, les bâtiments monastiques dont la salle capitulaire, joyau de l'art gothique normand.

### Pratique

« Hambye 3D » en visite libre ou commentée, voyagez dans le temps et découvrez l'abbaye au Moyen Âge grâce à des tablettes tactiles sur le parcours de visite. Ouvert d'avril à octobre, détails des horaires dans notre carnet d'adresses page 11.

### Tout un programme !

Un riche programme d'événements anime le lieu tout au long de l'année : *La nuit des musées* en mai, ateliers adultes et enfants, soirées « *Mystère à l'abbaye* » en été, concerts, visites théâtralisées etc.

### L'astuce en +

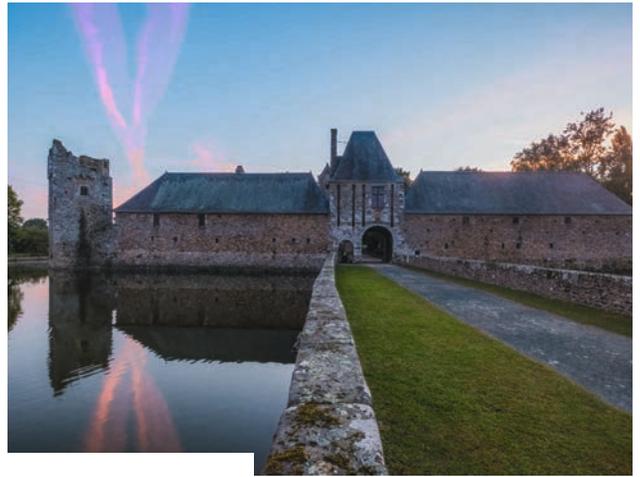
Pour un point de vue inédit sur l'abbaye, entrez dans l'ancien domaine des moines par l'un des sentiers aménagés qui l'entourent.

# L'abbaye de Hambye <sup>(F6)</sup>

**F**ondée au XII<sup>e</sup> siècle et classée au titre des monuments historiques, l'abbaye de Hambye compte parmi les ensembles monastiques médiévaux les plus complets de Normandie et s'intègre dans un environnement majestueux protégé au titre des espaces naturels sensibles.

L'abbaye connut une rapide prospérité avant de voir décliner aux XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles puis s'éteindre sa communauté juste avant la Révolution française. En partie démantelée au XIX<sup>e</sup> siècle, elle est sauvée grâce à l'intervention de la famille Beck en 1956.

Route de l'abbaye 50450 Hambye  
02 33 61 76 92  
[www.patrimoine.manche.fr](http://www.patrimoine.manche.fr)



## DÉCOUVREZ LA LÉGENDE...

### Les visites

Le château se visite librement. L'atmosphère y reste imprégnée du temps d'Andaine, la fée des sources claires. Entouré de douves, le château possède une architecture variée qui s'est enrichie au fil des siècles. Découvrez la tour carrée dite « tour à la fée » et sa légende mystérieuse... Les plus jeunes se prendront volontiers pour des chevaliers d'un jour.

### Pratique

Ouvert de 10h à 19h tout au long de l'année. La visite se fait librement, au rythme de chacun, à l'aide d'un guide disponible à l'entrée.

### Tout un programme !

Le château accueille de nombreuses manifestations et expositions comme *À propos de sculpture* en mai et *À propos de jardin* en août.

### L'astuce en +

À deux kilomètres, partez à la découverte de l'ermitage Saint-Gerbold qui appartenait auparavant au domaine du château.

# Le château de Gratot (C2)

**S**itué dans un cadre bucolique et calme, ce site chargé d'histoire a de nombreuses choses à raconter à ses visiteurs. Remontez le temps et découvrez ce château enchanteur.

Erigé entre le XIII<sup>e</sup> et le XVIII<sup>e</sup> siècle dans un cadre merveilleux, le charmant château de Gratot a appartenu pendant

cinq siècles à la famille d'Argouges. Restauré à partir de 1968, grâce à un chantier de bénévoles, l'ensemble des bâtiments reprend vie peu à peu grâce aux visites et aux événements organisés tout au long de l'année. On imagine facilement le château et son mode de vie de l'époque.

80, rue d'Argouges 50200 Gratot  
06 64 01 05 82 - 02 33 45 18 49  
[www.chateaudegratot.com](http://www.chateaudegratot.com)

# Sortir des sentiers battus

*Éveiller sa curiosité...*

Osez vous éloigner des grands sites touristiques pour découvrir les petits trésors cachés. Souvent méconnus, ils en disent pourtant long sur notre histoire régionale et ses particularités... Parmi lesquelles : clochers d'église de village, fours à chaux témoins du passé industriel, pêcheries en bois, un étrange mausolée et bien d'autres curiosités locales.



*> Brochures du Pays d'art et d'histoire disponibles dans nos bureaux d'information touristique.*

[#cabane de plage La Poulette](#)



## Trésors cachés



Suivez  
le  
guide

Notre Pays d'art et d'histoire s'attache à valoriser toutes les richesses de notre patrimoine local à travers des visites guidées thématiques notamment. Suivez le guide pour

un voyage dans le temps et découvrez par exemple l'évolution de l'architecture balnéaire, les maisons typiques coutançaises ou encore la face cachée de la cathédrale...

# Vivre au rythme des marées

## #1\_ La mer dans tous ses états

Notre littoral est une véritable richesse pour les habitants comme pour les visiteurs. La vie en bord de mer s'articule autour du rythme des marées.

Véritable lieu de vie, il réunit de nombreuses activités très variées qui évoluent au fil des saisons.

*Profiter de la mer  
en toute saison...*

-  **Hiver** : admirer les tempêtes et le spectacle des grandes marées.
-  **Printemps** : partir pour une session pêche à pied.
-  **Été** : opter pour un pique-nique sur le sable au coucher du soleil.
-  **Automne** : tester le char à voile et les activités du bord de mer.

## Les plages et la baignade

Farniente, baignade, châteaux de sable, pique-nique, coucher de soleil, bronzette... Profitez de nos plages, parfois actives et animées, parfois sauvages et désertes, chacun trouvera celle qui lui ressemble !





## Les travailleurs de la mer

Grande région ostréicole et conchylicole, notre littoral est le témoin du ballet quotidien des travailleurs de la mer, ces hommes et femmes travaillent au cœur des éléments naturels tout au long de l'année. On aperçoit donc tracteurs, bateaux allant et venant au rythme des marées. Un secteur important qui emploie de nombreuses personnes sur le territoire.

**—Primée, valorisée, l'excellence de nos produits de la mer n'est plus à faire : la Normandie est la première région productrice d'huîtres en France.**



## Déguster la mer

Iodés, frais, savoureux, autant de mots pour décrire les produits de la mer que l'on peut pêcher sur nos côtes. On les retrouve sur les marchés ou directement chez le producteur pour ensuite les cuisiner soi-même. Les restaurateurs subliment parfaitement les retours de pêche. Les bars à huîtres regroupent fruits de mer et convivialité. Pour résumer, impossible de manquer la dégustation de nos produits locaux.

### —Quelques idées de recettes :

Moules à la crème de Normandie, huîtres avec un filet de vinaigre à l'échalote, praires ou palourdes avec des linguines et une sauce tomate, bulots mayonnaise à l'apéritif...



# Vivre au rythme des marées

## #2\_ La pêche à pied

Quand la mer est basse, prenez d'assaut l'estran et profitez-en pour pratiquer la pêche à pied. Intergénérationnelle, cette activité de plein air est un réel plaisir pour petits et grands.

Théâtre des plus grandes marées d'Europe et lieu de rendez-vous des amoureux de la pêche, nos plages abondent d'une multitude d'espèces de coquillages et crustacés.

### Coefficients des grandes marées 2022 :

**Mercredi 2 février : 101/102**

**Vendredi 4 mars : 103/102**

**Lundi 18 avril : 103/102**

**Mardi 17 mai : 100/100**

**Mercredi 15 juin : 95/96**

**Vendredi 15 juillet : 97/98**

**Samedi 13 août : 102/103**

**Dimanche 11 septembre : 104/105**

**Lundi 10 octobre : 101/101**

**Vendredi 25 novembre : 97/96**

**Dimanche 25 décembre : 97/96**



### Les marées, comment ça marche ?

La marée, c'est le mouvement quotidien de la mer. C'est la force de la lune et du soleil sur la Terre qui provoque ce phénomène universel. Lorsque la lune est au-dessus de la mer, elle attire l'eau vers elle et le niveau s'élève, c'est la marée haute. Six heures plus tard, la lune n'est plus au-dessus de l'eau et l'attraction n'opère plus, c'est la marée basse.

### Profitez du spectacle des grandes marées dans la Manche

En 2022, que la mer soit basse ou haute, offrez-vous des paysages à couper le souffle ! Les grandes marées ont lieu quand les coefficients de marées sont les plus élevés, c'est-à-dire supérieurs à 90.



## 6 conseils

> Pour pratiquer la pêche à pied de manière responsable et en toute sécurité

**#1\_** Regarder la météo et l'heure de la marée ;

**#2\_** S'équiper avec une montre, une boussole et un téléphone portable. En cas de problème, le numéro des secours (CROSS) est le 196 ;

**#3\_** Prendre connaissance de la réglementation en cours, disponible dans les bureaux d'information touristique ou sur le site de l'APP2R ;

**#4\_** Respecter les tailles et limites journalières imposées ;

**#5\_** Respecter les zones et périodes de pêche ;

**#6\_** Logiquement, dès que la mer se retire, on peut partir pêcher à pied partout. Cependant, penser à toujours vérifier si un arrêté préfectoral n'est pas en cours avant d'aller pratiquer cette activité. Des contrôles de l'eau sont régulièrement réalisés pour assurer la sécurité de tous.



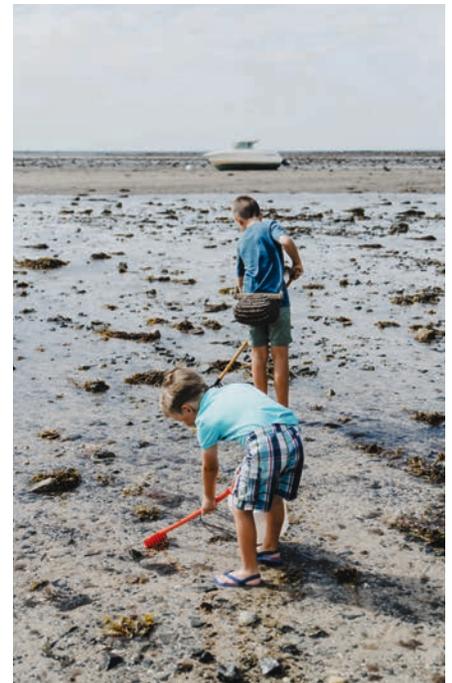
## Les espèces à pêcher sur nos côtes...

**\_Des coquillages :** coque, palourde, praire, huître, moule, couteau, etc.

**\_Des crustacés :** homard, tourteau, araignée de mer, étrille, etc.

## Sorties découvertes et initiations

Elles sont organisées pour apprendre les techniques de la pêche à pied. Renseignez-vous sur les prochaines sorties dans l'un de nos bureaux d'information touristique.



# Les havres, une curiosité à l'état sauvage

La côte ouest de la Manche est ponctuée par huit estuaires appelés « havres ». Envahis par la marée deux fois par jour, ces espaces en perpétuelle évolution sont exceptionnels par la faune et la flore qui s'y développent.

Tous classés sites Natura 2000, ce sont de grands espaces naturels préservés et méconnus où l'on découvre un patrimoine naturel d'une grande beauté. Utilisés autrefois comme ports ou pour l'extraction de la tanguette, de nos jours ils servent aux activités agricoles, ostréicoles ou touristiques.

## *un havre ?*

Si le mot fait penser à un lieu sûr et tranquille, c'est avant tout un estuaire où les cours d'eau se jettent dans la mer.

· Havre de Blainville-sur-Mer

## Lexique

### **\*Salicorne :**

Appelée aussi cornichon de mer, pousse dans les prés-salés et très savoureuse. Cueillette réglementée.

### **\*Plantes halophiles :**

Plantes adaptées aux milieux salés.

### **\*Agneau et mouton de Pré-salé :**

Les bêtes se nourrissent des plantes des prés-salés, ce qui donne à la viande un goût incomparable.

Une AOP Agneau de Pré-Salé du Mont-Saint-Michel valorise ce terroir.

### **\*Sports :**

Ces havres réunissent la pratique de plusieurs disciplines comme le kite surf, la randonnée, le kayak, le paddle ou encore le surf !

#ostréicole #iodé

### Le havre de Blainville

Le havre de Blainville-sur-Mer est principalement tourné vers l'activité ostréicole. On y voit évoluer les travailleurs de la mer tout au long de la journée.



### Le havre de Geffosses

Le havre s'étend de Geffosses à Anneville-sur-Mer et accueille une importante réserve ornithologique. Un écrin de biodiversité s'épanouit au cœur de ce havre tranquille.



#refuge #ornithologie



#grandiose #touristique

### Le havre de Regnéville

C'est le plus grand des havres de la côte ouest ! Entouré par le village de Regnéville-sur-Mer et la pointe d'Agon, il est l'un des plus spectaculaires.

### Le havre de la Vanlée

Entre pins et dunes, le havre révèle sa quiétude et sa beauté à toutes les saisons. Côté Lingreville, il est moins fréquenté, un lieu idéal pour se ressourcer au cœur des grands espaces.



#paisible #nature



## Visiter les havres

> La découverte de ces écosystèmes est possible grâce à des visites organisées par des associations locales ou des guides indépendants. Faune et flore, traversées des havres, etc.

> Demandez les prochaines sorties dans votre bureau d'information touristique.  
> Optez aussi pour la randonnée sur les bords des havres grâce au GR 223 qui suit le littoral manchois.

# Balades en pleine nature

Parcourir les chemins de campagne à vélo, marcher le long du littoral, se balader au cœur du bocage...

Ressourcez-vous en pleine nature et admirez la beauté des paysages grâce à des sentiers balisés et des voies aménagées.



## — Nous vous recommandons

### \_Découvrir

> **Le circuit des trois vallées à Coutances** : pour ses points de vue inédits sur la ville.

### \_Parcourir

> **Les digues promenades en famille à Hauteville-sur-Mer et à Agon-Coutainville** : pour une sortie en toute sécurité au bord de l'eau.

### \_Profiter

> **Des voies vertes autour de Coutances sur les anciennes lignes de chemin de fer ou de halage** : pour pratiquer son sport loin de la circulation.

### \_Tester

> **Le fat bike** : pour une expérience originale. Ce vélo à grosses roues permet d'aller sur tout type de terrain comme le sable par exemple et de profiter des grandes plages d'une manière inédite.

## Fiches rando et vélo

36 circuits pédestres et 6 circuits vélo sont disponibles à l'office de tourisme. Testez une offre de randonnées variées en terme de paysages ou de distances. Un incontournable pour découvrir d'une manière privilégiée le vrai visage du territoire.

**\_Tarif** : 0,50 € l'unité

*Des packs promos sont à retrouver dans vos bureaux d'information touristique.*

**\_Malin** : Imprimez tous nos circuits gratuitement ou téléchargez-les sur votre smartphone depuis le site internet [www.tourisme-coutances.fr](http://www.tourisme-coutances.fr)





· Dunes de Lingreville

## Nos circuits de grande randonnée

**\_GR®223** : Le GR®223, plus communément appelé Sentier des Douaniers relie la baie des Veys au Mont-Saint-Michel. Il permet de parcourir l'ensemble du littoral manchois sur près de 446 km ! Divisé en 26 étapes possibles, ce GR est l'un des plus intéressants de France par la diversité des paysages qu'il traverse.

**Plus d'infos sur :**  
[www.manchetourisme.com/gr223](http://www.manchetourisme.com/gr223)

**\_GR®221** : Long de 106 km, ce GR relie Pont-Farcy à Coutances. Il permet de découvrir le centre Manche et les richesses du bocage manchois.



· Havre de Regnéville - GR®223

## Sorties organisées

De nombreuses associations locales organisent des randonnées toute l'année, elles sont accessibles à tous. L'occasion idéale de découvrir l'ensemble des petits villages qui composent notre destination.

Demandez le programme dans l'un de nos bureaux d'information touristique.



> Pas de vélo pour les vacances ? Retrouvez l'ensemble des loueurs de vélos du territoire dans le carnet d'adresses page 69.

# Osez le terrain de jeu grandeur nature

5 expériences pour pratiquer vos activités favorites au cœur des grands espaces !

## #1\_ Prendre de la vitesse

### **Agon-Coutainville et Hauteville-sur-Mer**

Propulsez-vous à la force du vent sur l'une de nos vastes plages de sable fin et repoussez vos limites à bord d'un char à voile, une vision inédite du paysage s'offre à vous !

Été comme hiver, ce sport est un incontournable de nos côtes.

## #2\_ Gravier les hauteurs

### **Montmartin-sur-Mer**

Envie de se dépasser ? Testez vos aptitudes de grimpeur dans un site naturel exceptionnel. Cette ancienne carrière de pierre, accessible dès le plus jeune âge, vous réserve une expérience sensationnelle.

Un site couvert avec mur artificiel de 600m<sup>2</sup> permet la pratique les jours de météo défavorable.



### #3\_ Devenir capitaine de catamaran

#### Agon-Coutainville et Hauteville-sur-Mer

Prenez le large sur la mer de la Manche à bord d'un catamaran.

Naviguez sur les flots tout en vous amusant. Les techniques de navigation n'auront plus de secret pour vous !



### #5\_ Galoper le long des vagues

#### Agon-Coutainville, Gouville-sur-Mer et Hauteville-sur-Mer

Qui n'a jamais rêvé d'une balade à cheval sur la plage au coucher du soleil ? Chevauchez entre plage et dune pour des instants privilégiés dans les derniers rayons de soleil d'une journée estivale qui deviendra un de vos meilleurs souvenirs !

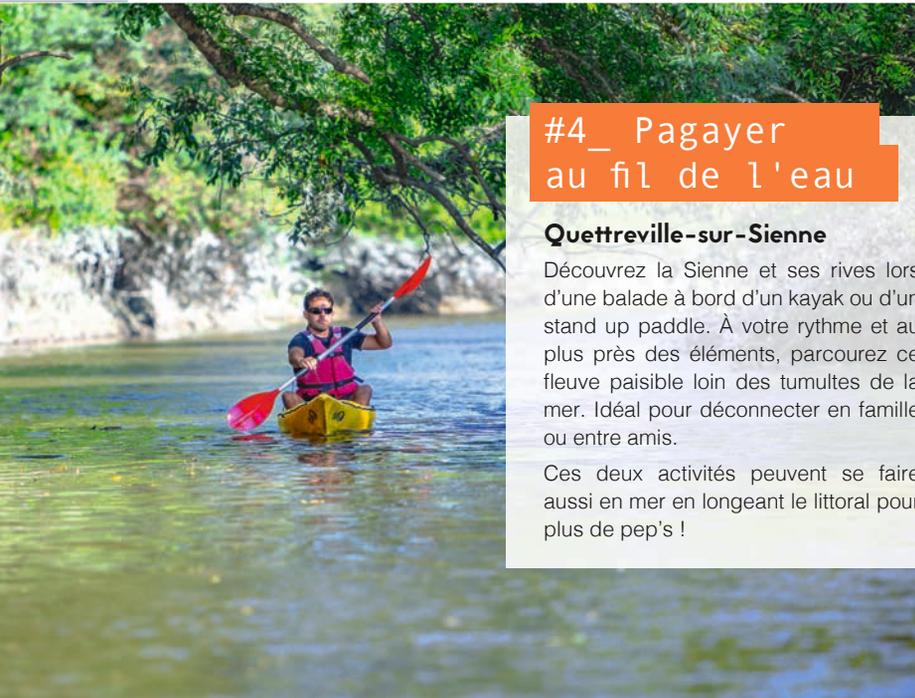
Cette activité peut également se réaliser sur de beaux chemins de campagne.

### #4\_ Pagayer au fil de l'eau

#### Quetteville-sur-Sienne

Découvrez la Sienne et ses rives lors d'une balade à bord d'un kayak ou d'un stand up paddle. À votre rythme et au plus près des éléments, parcourez ce fleuve paisible loin des tumultes de la mer. Idéal pour déconnecter en famille ou entre amis.

Ces deux activités peuvent se faire aussi en mer en longeant le littoral pour plus de pep's !



*Retrouvez l'ensemble des activités et les coordonnées des prestataires dans le carnet d'adresses pages 72 à 74.*

# S'amuser en famille

*Évasion pour  
petits et grands*

Voici notre sélection  
d'activités pour  
partager de bons moments  
pendant votre séjour  
et faire le bonheur de  
toute votre tribu !



## Apprendre en s'amusant dans les fermes pédagogiques

Idéal pour tout savoir de la vie des animaux à la ferme et partager la passion de nos éleveurs le temps d'une visite !

### Ferme de Lucie

Poules, dindes, moutons, alpagas, wallabies...

Vente, cueillette et visite à la ferme sans RDV : d'octobre à mars mercredi et samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h, les autres jours sur RDV. D'avril à septembre, du lundi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h.

46, Rault Bidet au Mesnil-Rogues <sup>(H4)</sup>  
02 33 50 71 11 · 06 66 84 84 00  
[www.fermedelucie.fr](http://www.fermedelucie.fr)

### Élevage de la Vallière

Visite de l'élevage de chèvres et chevaux : traite, mise en pâture, nurserie chevreaux, brunch avec produits de la ferme. Les mercredis sur réservation uniquement.

6, route du Menhir, La Vallière  
Saint-Malo-de-la-Lande <sup>(C2)</sup>  
06 75 40 20 55  
[www.elevagedelavalliere.com](http://www.elevagedelavalliere.com)

## Louer une rosalie

Parcourez le front de mer à bord de ce drôle d'engin à pédales pour une sortie inédite en famille !

### Location à Agon-Coutainville <sup>(D1)</sup>

L'arrivée des pêcheurs  
7, avenue du Passous  
02 33 47 28 03

Camping Les Mouettes  
7, rue du Docteur Viaud  
02 33 45 38 63

—  
Les Rosalies Coutainvillaises  
Place du 28 juillet  
06 83 23 58 56

### Location à Hauteville-sur-Mer <sup>(E1)</sup>

Loc'Vélo Rosalie  
4, rue du Bocage  
02 33 45 88 78

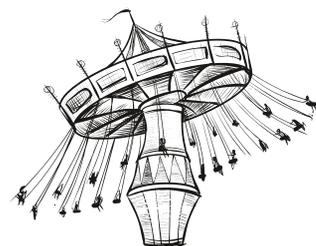
## Découvrir les dernières sorties cinéma

### Cinéma Le Long-court

À Coutances <sup>(D3)</sup>  
[www.lelongcourt.fr](http://www.lelongcourt.fr)

### Les Cinés de la plage <sup>(D1-E1)</sup>

À Hauteville-sur-Mer et à Agon-Coutainville  
[www.cinesplages.fr](http://www.cinesplages.fr)



## Les p'tites infos pratiques

### Stations labellisées

Agon-Coutainville et Hauteville-sur-Mer sont labellisées « Famille Plus », les deux stations garantissent un accueil personnalisé aux familles avec notamment des animations adaptées à tous les âges. Idéal pour réussir ses vacances !

### Plages surveillées

En été, profitez en toute sécurité du bord de mer. Retrouvez la liste des 7 plages surveillées dans notre carnet d'adresses page 78.

### Se distraire

#### > À la belle saison, les manèges s'installent dans nos stations :

- L'été à Gouville-sur-Mer, place René K'dual
- L'été à Hauteville-sur-Mer plage
- À la saison estivale : manège Mickey rallye, auto tamponneuse, pêche aux canards etc. au square Paulette Rainfroy dans le centre d'Agon-Coutainville.

#### > Aires de jeux, skateparks, fêtes foraines, cirques de passage, animations...

N'hésitez pas à en faire la demande dans nos bureaux d'information touristique.

### Se divertir à Raptor park

Grand parc indoor de loisirs rempli d'activités et d'attractions : accrobranche, laser game, plaine de jeux, structures gonflables, piste roller disco, etc.

10, route de la Ronchette à Lingreville <sup>(F2)</sup>  
02 33 17 49 70  
[www.raptorpark.com](http://www.raptorpark.com)

### Parcourir le labyrinthe de maïs

En juillet et août, sillonnez les allées de ce labyrinthe où des énigmes pour petits et grands sont dissimulées au cœur d'un champ de maïs de plusieurs hectares. Et pour plus d'aventure, optez pour la nocturne !

06 52 81 44 73  
[www.labyrinthe.coutances.com](http://www.labyrinthe.coutances.com)

### Et si on se jetait à l'eau ?

#### \_Piscine de Coutances

La piscine de Coutances offre plusieurs bassins intérieurs qui permettent aux

plus aguerris comme aux débutants de profiter des joies de l'eau en toute sécurité.

Rue de Saint-Malo à Coutances <sup>(D3)</sup>  
02 33 76 59 00

#### \_Piscine éphémère

En juillet et août, une piscine éphémère s'installe devant le poste de secours à la plage de Gouville-sur-Mer, des cours de natation y sont donnés chaque matin. À partir de 6 ans.

Rue de la Mer à Gouville-sur-Mer <sup>(C1)</sup>  
06 35 20 71 66

### S'amuser au bowling

Venez partager une partie de bowling en tribu. Et pour prolonger le moment : billards, baby foot et un bar sont disponibles sur place.

2 carrières Saint-Michel · route de Granville à Saint-Pierre-de-Coutances <sup>(D3)</sup>  
02 33 45 02 02

Beurre & Crème  
de Normandie



Fruits  
de mer



Teurgoule

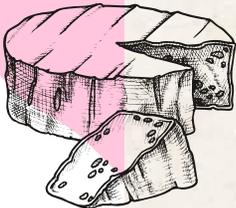


# 100 % SAVEURS locales

Découvrez les saveurs terre et mer issues de notre terroir. Goûtez à des produits généreux et authentiques que les producteurs et les restaurateurs subliment avec passion.

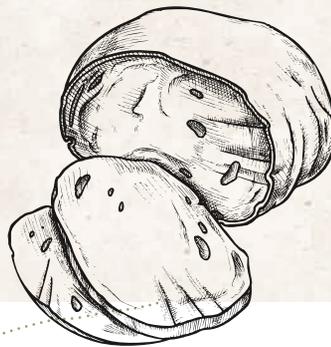
*Nous vous donnons rendez-vous dans notre carnet d'adresses pour tout connaître de notre gastronomie locale.*

Camembert

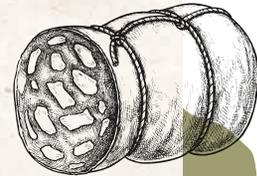


Cidre et pomme

Agneau de  
Pré-Salé



Gâche



Andouille de  
la Baleine



## Les marchés

Profitez de la multitude de marchés présents dans le coutançais : flâner dans les allées, choisir les fruits et légumes de saison, goûter les spécialités, discuter et échanger avec les producteurs...

### marchés annuels

**Mardi** : Agon-Coutainville · Hambye · Coutances le p'tit bio marché à 16h30

**Mercredi** : Blainville-sur-Mer · Gavray-sur-Sienne · Montmartin-sur-Mer · Quettreville-sur-Sienne à 16h

**Jeudi** : Agon-Coutainville (le Passous) · Coutances · Saint-Sauveur-Villages

**Vendredi** : Courcy à 18h · Gouville-sur-Mer · Hambye à 16h · Lingreville · Roncey · Saint-Sauveur-Villages à 17h

**Samedi** : Agon-Coutainville · Cerisy-la-Salle · Coutances · Gavray-sur-Sienne

**Dimanche** : Hauteville-sur-Mer

### marchés estivaux

**Lundi** : Gouville-sur-Mer

**Mardi** : Hauteville-sur-Mer

**Mercredi** : Hauteville-sur-Mer à 18h · Quettreville-sur-Sienne à 17h30

**Jeudi** : Tourville-sur-Sienne à 17h

**Vendredi** : Hauteville-sur-Mer · Regnéville-sur-Mer à 18h

**Dimanche** : Blainville-sur-Mer

# Tout savoir sur les huîtres

Depuis 1960, l'ostréiculture est l'un des secteurs d'activité les plus importants pour notre région. Le bassin ostréicole d'Agon-Coutainville, de Blainville-sur-Mer et de Gouville-sur-Mer compte de nombreux producteurs d'huîtres.



## **\_Un savoir-faire d'exception**

Découvrez comment les huîtres sont produites sur nos côtes par les travailleurs de la mer.

### ***\_0 à 6 mois | Le captage***

Les naissains naissent en Charente Maritime car nos eaux sont trop froides et les courants trop forts pour que les huîtres se reproduisent ici. Après la récolte, les petites huîtres sont placées dans des poches fixées sur les tables au large de nos côtes dans des parcs d'élevage.

### ***\_6 à 36 mois | L'élevage***

Elles sont élevées en pleine mer et exposées aux vents du large et aux puissants courants des marées. Les

ostréiculteurs retournent fréquemment les poches pour qu'elles poussent correctement.

### ***\_À partir de 3 ans | Le calibrage***

Les huîtres sont ensuite triées selon leur poids en numéro de 0 à 5 (la n°5 étant la plus petite et la n°0 la plus grosse). La n°3 est celle qui est la plus appréciée et consommée.

### ***\_L'affinage***

Les huîtres sont déplacées de la pleine mer à ce qu'on appelle « réserve » : des parcs qui sont plus proches de la côte et qui sont découverts à chaque marée basse.

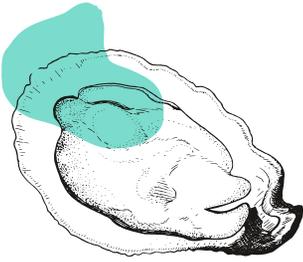


Où les  
acheter ?

Les producteurs les vendent localement sur les marchés ou directement dans leur atelier ostréicole.

Où les  
déguster ?

Chez les restaurateurs ou aussi dans les bars à huîtres sur la côte.



## — Un terroir

### — Les caractéristiques des huîtres de la côte ouest

Sur la côte ouest du Cotentin, de la baie de Granville à Port-bail, en passant par Agon-Coutainville, Blainville-sur-Mer et Gouville-sur-Mer, les parcs à huîtres sont exposés aux vents du large et aux puissants courants des marées. C'est le domaine de l'huître dite de « pleine mer », caractérisée par son parfum iodé et son goût corsé.

### — Les vertus de l'huître

Riches en vitamines et en oligo-éléments, faibles en matière grasse, les huîtres allient plaisirs gustatifs et intérêts nutritifs. Elles font partie des aliments les plus riches en protéines, juste après la viande rouge. Les lipides présents dans l'huître sont principalement des oméga 3 (indispensables au bon fonctionnement du système immunitaire). Ils contribuent à réduire le mauvais cholestérol et permettent ainsi d'éviter certaines maladies cardiovasculaires ou encore aident à soulager les maladies inflammatoires comme l'arthrite ou encore l'asthme.

### — Expérience iodée

En saison, partez à la rencontre du monde ostréicole en suivant une visite guidée d'atelier ou une balade commentée des parcs à huîtres.

> Demandez le programme dans l'un de nos bureaux d'information touristique.



## — Parole d'ostréiculteur

### Jean Rouvière

Je suis ostréiculteur depuis 2013 à Agon-Coutainville, je suis en charge avec mon équipe de la production puis de la commercialisation des *Huîtres du Père Gus*.

J'ai repris l'exploitation ostréicole créée par mon père, Gus, dans les années 80 et je travaille tous les jours à faire perdurer le savoir-faire familial.

J'ai souhaité créer un comptoir à dégustation au sein de la ferme ostréicole où les clients et visiteurs viennent déguster nos huîtres. L'occasion de découvrir notre métier, encore méconnu et pourtant moteur économique de notre région.

Nos huîtres creuses de pleine mer sont élevées sur la côte Ouest de la Manche et bénéficient des plus grandes marées d'Europe pour se développer.

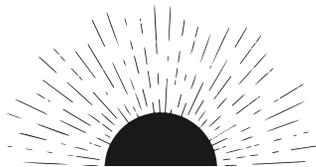
Nos deux huîtres se développent pendant 3 à 4 années dans un environnement idéal grâce aux forts courants Normands.

**- La Coutainvillaise :** une huître qui se déguste au naturel, elle est tonique et iodée.

**- La Gourmande :** élevée sur la pointe d'Agon exposée aux forts courants, l'huître d'exception est plus charnue et croquante.

Le va-et-vient des marées rythme notre quotidien et cela en fait un métier exceptionnel. Nos produits sont le reflet de notre belle région et nous avons à cœur que le plus grand nombre puisse les déguster !

LES HUÎTRES DU PÈRE GUS  
Vente directe · comptoir à huîtres  
4 zone Conchylicole  
50230 Agon-Coutainville  
02 33 47 02 14  
www.huitresdeblainville.com



# Terre d'événements

Musicaux, sportifs, traditionnels,  
vivez en 2022 les grands rendez-vous  
locaux lors de votre passage !

**Du 20 au 28 mai**

Coutances <sup>(D3)</sup>

## 41<sup>ÈME</sup> JAZZ SOUS LES POMMIERS

Festival de jazz international.  
[www.jazzsouslespommiers.com](http://www.jazzsouslespommiers.com)

**Les 28 et 29 mai**

Regnéville-sur-Mer <sup>(D-E1)</sup>

## EXTRA-BRUT(ES)

1<sup>ère</sup> édition du salon des vins naturels  
et cidre d'auteurs.  
[www.salonbrutes.com](http://www.salonbrutes.com)

**Dimanche 5 juin**

Blainville-sur-Mer <sup>(C1)</sup>

## FOIRE AUX HÛTRES

Festival autour de l'ostréiculture, course  
de doris, dégustation...

**Dimanche 19 juin**

Coutances <sup>(D3)</sup>

## LA BOUE FEDERE

Course d'obstacles dans la boue.  
[labouefedere.wixsite.com](http://labouefedere.wixsite.com)

**Du 24 au 26 juin**

Hambye <sup>(F6)</sup>

## DOX<sup>3</sup> ART FESTIVAL

Festival de musique électro.  
[www.doxartfestival.com](http://www.doxartfestival.com)

**Les jeudis soir de juillet - août**

Dans le Coutançais

## ZIC SUR LE ZINC

Série d'apéro-concerts dans les cafés.  
[www.tourisme-coutances.fr](http://www.tourisme-coutances.fr)

**Juillet**

Ouville <sup>(D4)</sup>

## MOTOCROSS D'OUVILLE

Série de courses dont l'épreuve du  
championnat de France.

**Dimanche 10 juillet**

Gouville-sur-Mer <sup>(C1)</sup>

## FÊTE DE LA MER

**Juillet - Août**

Dans le Coutançais

## LES ESTIVALES DE MUSIQUE SACRÉE

Série de concerts dans  
différents lieux religieux.  
[musique-cœur-ete-manche.fr](http://musique-cœur-ete-manche.fr)

**Du 14 au 17 juillet**

Plage de Montmartin-sur-Mer <sup>(E2)</sup>

## 30<sup>ÈME</sup> CHAUFFER DANS LA NOIRCEUR

Festival de musique actuelle.  
[www.chaufferdanslanoirceur.org](http://www.chaufferdanslanoirceur.org)

**Lundi 15 août**

La Ronde-Haye <sup>(B3)</sup>

## LA FÊTE DU CHEVAL DE TRAIT

**Samedi 27 août**

Agon-Coutainville <sup>(D1)</sup>

## ENDURO PÉDESTRE DES SABLES

Course à pied sur la plage et à travers  
les dunes d'un site naturel exceptionnel.  
[www.endurodessables.fr](http://www.endurodessables.fr)

**Du 27 août au 25 septembre**

Coutances <sup>(D3)</sup>

## 27<sup>ÈME</sup> FESTIVAL DES DAHLIAS ET DES JARDINS

Plus d'une centaine de Dahlias à  
découvrir & visites guidées des jardins.  
[www.coutances.educagri.fr](http://www.coutances.educagri.fr)

**Du 14 au 16 octobre**

Gavray-sur-Sienne <sup>(G4)</sup>

## FOIRE SAINT-LUC

Une des plus anciennes foires de la  
Manche, plus de 600 exposants.  
[www.gavray.fr](http://www.gavray.fr)

**Samedi 23 octobre**

Saint-Sauveur-Villages <sup>(B3)</sup>

## LES SAINTS SAUVEURS DU ROCK

Festival de rock.  
[www.2sdr.fr](http://www.2sdr.fr)



*El Comite*

#Jazz sous les pommiers



*Open Mind  
stage*



#Dox'Art Festival



#Chauffer dans la noirceur

*Duara J  
Family*



# 48 h.

## Que visiter en 2 jours ?

Vous êtes de passage et ne voulez pas passer à côté des visites incontournables ? Voici quelques conseils pour découvrir l'essentiel lors de votre escapade !

### 2h Coutances

Étape culturelle à ne pas manquer, visitez sa cathédrale, son quartier historique et son jardin des plantes. Passez par notre bureau d'information touristique où un circuit de visite vous sera remis.

### 2h L'abbaye de Hambye

Un trésor patrimonial situé au cœur de la campagne qui invite à un vrai voyage dans le temps.

### 1h Les dunes d'Annoville

Parcourez cet espace dunaire d'exception grâce à son sentier découverte, un bol d'air frais garanti !

### 1h Regnéville-sur-Mer

Cet ancien village de pêcheurs est un véritable coup de cœur ! Découvrez l'ancien château médiéval, de jolies maisons en pierre et ruelles au charme fou, le tout face au havre de Regnéville, un vrai paysage de carte postale !

### 2h Agon-Coutainville

Plages, digue-promenade, casino et restaurants gourmands, faites-y étape, par exemple, pour une soirée sous le signe de la détente en tête à tête avec la mer.

### 1h La pointe d'Agon

Site naturel préservé : un endroit parfait pour une promenade au grand air entre dune et mer.

### 1h Les cabines de Gouville

Baladez-vous autour de ces petites cabines de plage aux toits colorés nichées dans les dunes. Un décor idéal pour une jolie photo souvenir !



*Malin !*

*Faites un arrêt dans l'un de nos bureaux d'information touristique à votre arrivée, nous pourrons vous composer un programme sur-mesure selon vos envies ! En attendant, rendez-vous sur [www.tourisme-coutances.fr](http://www.tourisme-coutances.fr)*

## Quelles activités ?

- Faites une randonnée en campagne ou en bord de mer ;
- Parcourez les petites routes de campagne à bicyclette ;
- Testez les sports nautiques ou la pêche à pied en bord de mer.

## On mange où ?

- Flânez au marché et faites le plein de saveurs locales ;
- Pique-niquez sur la plage ;
- Déjeunez ou dînez à la table d'un chef qui valorise nos bons produits locaux.

# Il pleut ?!

Pas de panique, voici quelques pistes pour que ces vilaines gouttes ne gâchent pas votre journée !



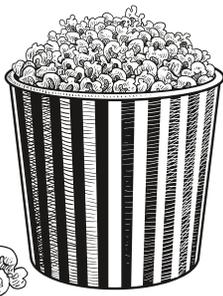
## Et si on se cultivait ?

Profitez du mauvais temps pour découvrir 3 musées du territoire :

- Musée Quesnel-Morinière à Coutances
- Musée Tancrede à Hauteville-la-Guichard
- Musée du Manoir de Saussey

## Besoin de réconfort ?

Accordez-vous une pause gourmande dans un café ou salon de thé car quoi de plus réconfortant qu'un bon chocolat chaud ou une délicieuse pâtisserie pour oublier un après-midi pluvieux !

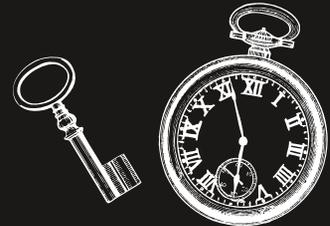


## On se fait un ciné ?

Direction le cinéma Le Long-Court à Coutances ou aux cinémas de la plage à Hauteville-sur-Mer et Agon-Coutainville.

## Envie de chiner ?

La Clé des temps et Tri tout solidaire comptent parmi les magasins de brocante et de seconde main les plus prisés des chineurs ici. Pour dénicher un objet rare ou tout simplement voyager dans le temps !



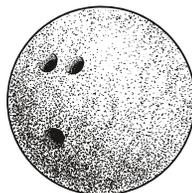
## Besoin d'une pause ?

Les bibliothèques du territoire et la médiathèque de Coutances proposent un large choix de livres pour toute la famille, idéal pour occuper les soirées au coin du feu.



## Besoin de se défouler ?

- Un après-midi à Raptor park : parc de loisirs couvert à Lingreville.
- Une partie de bowling à Coutances.
- Des longueurs à la piscine de Coutances.



Liste non-exhaustive, retrouvez les coordonnées complètes dans notre carnet d'adresses, disponible gratuitement dans nos bureaux d'information touristique ou sur [www.tourisme-coutances.fr](http://www.tourisme-coutances.fr)

# Les îles

une journée sur...



©Hello Travelers

Chausey



Les îles  
anglo-normandes

## La vie insulaire au naturel...

Archipel français au large de Granville.

Île principale : 3,5 km de long · 365 îlots à marée basse > 52 à marée haute.

**Vous aimerez** : son calme, pas de voiture sur l'île, ses petites criques et sa nature préservée, ses jolis coquillages.

### À voir, à faire :

- Sillonner l'île par les petits sentiers, le tour de l'île à pied se fait en 2h ;
- Le village des Blainvillais : typique petit village de pêcheurs du XIX<sup>e</sup>, en pierre ;
- La baignade sur l'une des six plages de sable fin de l'île ;
- Pêcher à pied lors des grandes marées.

### Pratique :

- » **Départ** : de Granville avec la compagnie Jolie France.
- 🕒 **Durée moyenne de la traversée** : 45 minutes.
- 📍 **Sur place** : deux bars-restaurants, un hôtel et des gîtes, une boutique alimentation et souvenirs.

Réservez votre traversée pour ces différentes îles directement dans l'un de nos bureaux d'information touristique.

## Escapade so British !

Archipel de 4 îles : Jersey · Guernesey · Sercq · Aurigny.

**Vous aimerez** : la beauté des paysages : côtes escarpées, baies somptueuses, et campagne pittoresque, l'ambiance britannique, dépaysement garanti !

### À voir, à faire :

- Journée shopping à Saint-Hélier (Jersey) ;
- Activités sportives au cœur de la nature : randonnée, nautisme...
- Visiter la maison de Victor Hugo à Guernesey ;
- Faire le tour des îles en bus ou à vélo ;
- Manger un fish and chips et goûter d'autres spécialités.

### Pratique :

- » **Départ** : de Granville, Carteret et Diélette avec Manche Îles Express.
- 🕒 **Durée de la traversée** : entre 1h et 1h25 en fonction du port de départ et de l'île d'arrivée.

### Info importante :

- 1h de moins qu'en France. Attention, l'heure du départ du bateau est toujours indiquée en heure locale.
- La monnaie est la Livre sterling.
- Passeport en cours de validité obligatoire.



©Best Jobbers

Île de Tatihou

## PROLONGEZ L'EXPÉRIENCE DANS NOTRE BEAU DÉPARTEMENT...

### **\_Saint-Lô**

· À 30 minutes de Coutances

Saint-Lô est nommée capitale du cheval grâce à son magnifique haras national. Autour de la ville, la vallée de la Vire et son chemin de halage sont propices à la pratique de nombreuses activités.

### **\_Cherbourg**

· À 1h15 de Coutances

Ville portuaire d'exception, Cherbourg possède quatre ports, la plus grande rade artificielle d'Europe et la Cité de la mer.

### **\_Le Mont-Saint-Michel**

· À 1h15 de Coutances

Partez à l'assaut de la Merveille de l'occident, parcourez les ruelles du

village médiéval, visitez l'abbaye, un moment unique à vivre !

### **\_Granville**

· À 35 minutes de Coutances

Ancienne cité corsaire, Granville est une ville balnéaire très vivante où il fait bon se promener. Optez pour une découverte de ses remparts et de la haute ville, du musée Christian Dior ou encore de son port !

### **\_Sainte-Mère-Église**

#### **& les plages du débarquement**

· À 55 minutes de Coutances

Parcourez les lieux du D-DAY et de mémoire grâce aux nombreux sites commémorant le Débarquement des Alliés en Normandie en 1944.

### **\_La Hague**

· À 1h25 de Coutances

Explorez ce lieu que l'on compare souvent à l'Irlande. La Hague offre à ses visiteurs des paysages à couper le souffle et des lieux incontournables comme Port Racine, le nez de Jobourg ou le phare de Goury.

### **\_Le Val de Saire**

· À 1h20 de Coutances

Paisible et naturelle, cette partie Est du Cotentin offre des sites incroyables à découvrir : Barfleur, classé plus beau village de France, le vertigineux phare de Gatteville ou encore Saint-Vaast-la-Hougue et l'île de Tatihou.



---

Suivez-nous : [www.tourisme-coutances.fr](http://www.tourisme-coutances.fr)    
& partagez vos expériences : [#coutancesnormandie](https://www.instagram.com/coutancesnormandie)