COUTANCES TOURISME

The Beauty of Nature | Das Wesentliche ist die Großartigkeit der Natur

Tourist guide

Coutances
Agon-Coutainville
Hauteville-sur-Mer
Gouville-sur-Mer & Blainville-sur-Mer
Gavray-sur-Sienne > Saint-Sauveur-Villages

Cartography & location

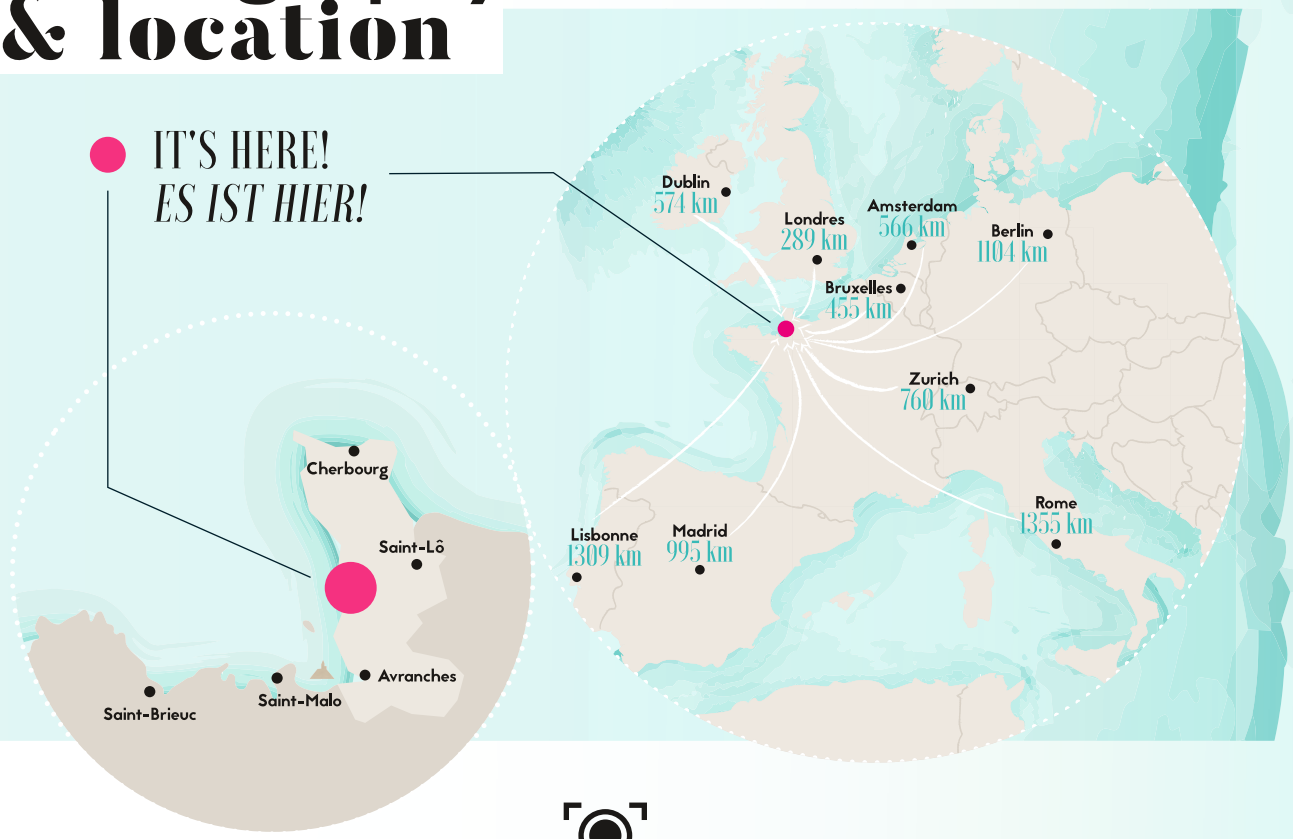


Photo corner / *Die fotoecke*

❶ Coutances
Discover the Cathedral and the Botanic Garden.

❶ Coutances
Entdecken Sie die Kathedrale und den Stadtgarten.

❷ The Gouville-Sur-Mer cabines
A little village of beach huts with colored roofs, nestled in the dunes.

❷ Die Kabinen von Gouville-sur-Mer
Ein kleines Dorf aus Strandkabinen und farbigen Dächern, idyllisch in den Dünen gelegen.

❸ Agon-Coutainville resort
Discover seaside architecture and try out the water sports.

❸ Der Badeort Agon-Coutainville
Entdecken Sie die Baukunst dieses Badeortes und probieren Sie Wassersport aus.

❹ Regneville-Sur-Mer village
The old fishing village with its delightful narrow streets.

❹ Das Dorf Regnéville-sur-Mer
Das ehemalige Fischerdorf mit den hübschen kleinen Gässchen.

❺ La Pointe d'Agon & Regneville-Sur-Mer estuary
A landscape that changes with the tides.

❺ Die Spitze von Agon-Coutainville und der Hafen von Regneville-sur-mer
Eine Landschaft, die sich im Rhythmus der Gezeiten verändert.

❻ Annoville Dunes
For lovers of nature, huge wide-open spaces between land and sea.

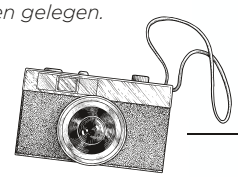
❻ Die Dünen von Annoville
Große Flächen zwischen Land und Meer für Naturliebhaber.

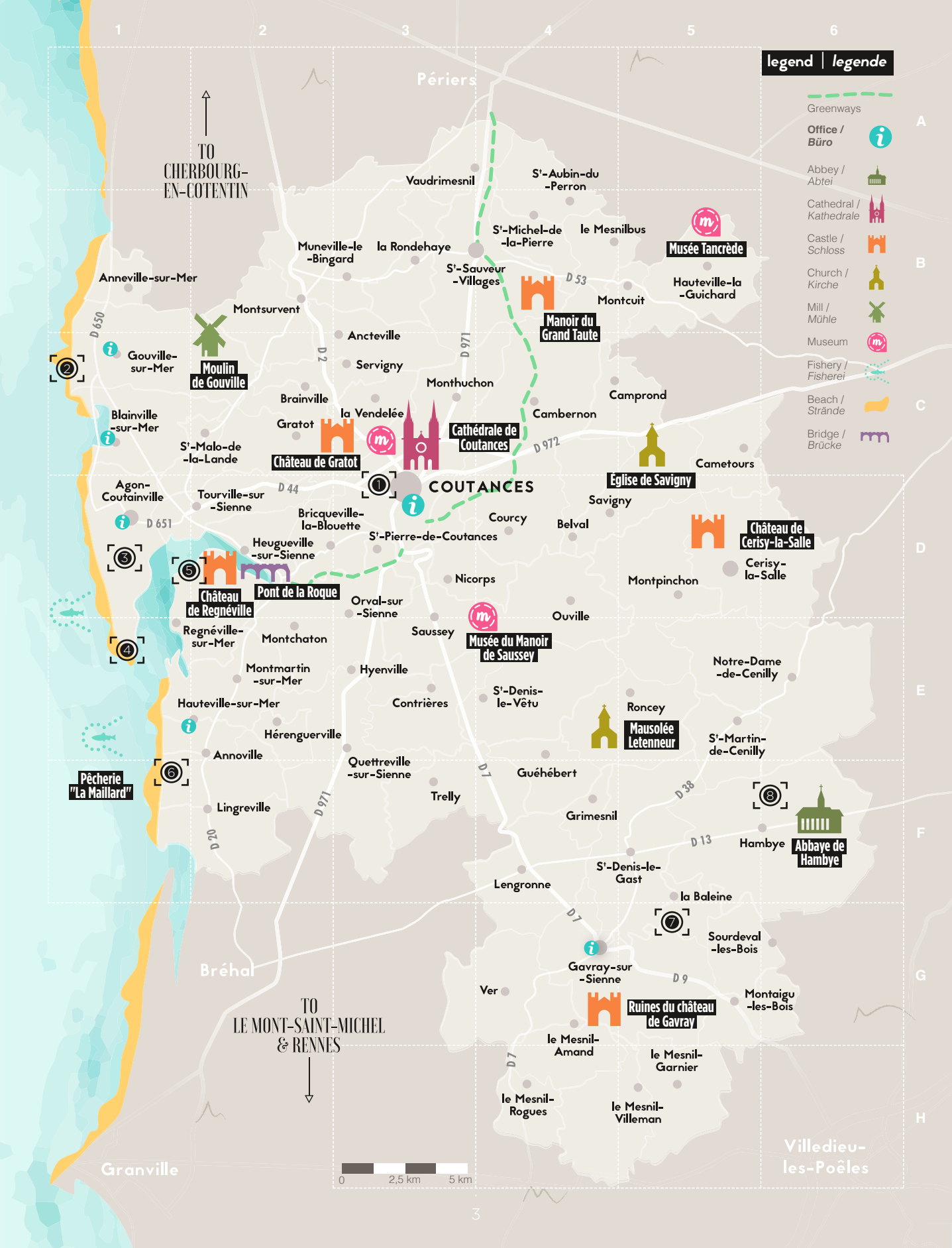
❼ La Baleine
Follow the lazy path of the Sienne river, come out along the well-trodden paths and follow the delightful little country roads.

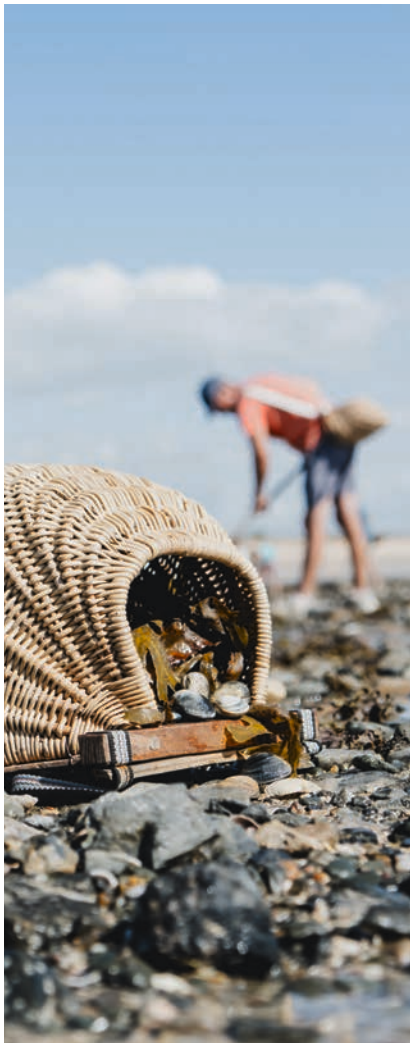
❼ La Baleine
Folgen Sie den Windungen der Sienne, verlassen Sie die ausgetretenen Pfade und gehen Sie auf charmanten kleinen Wegen.

❽ Hambye Abbey
Discover beautiful Hambye Abbey and the rural charm of the well-preserved countryside.

❽ Die Abtei von Hambye
Entdecken Sie die herrliche Abtei von Hambye und den romantischen Charme der geschützten Landschaft.




legend | legende
Greenways
Office / Büro
Abbey / Abtei
Cathedral / Kathedrale
Castle / Schloss
Church / Kirche
Mill / Mühle
Museum
Fishery / Fisherei
Beach / Strände
Bridge / Brücke
TO CHERBOURG-EN-COTENTIN
TO LE MONT-SAINT-MICHEL & RENNES
Périers
Bréhal
Granville
Villedieu-les-Poêles
Vaudrimesnil
S'-Aubin-du-Perron
S'-Michel-de-la-Pierre
le Mesnilbus
Musée Tancrède
Muneville-le-Bingard
la Rondehaye
S'-Sauveur-Villages
Hauteville-la-Guichard
Anneville-sur-Mer
Montcuit
Manoir du Grand Taute
Montsurvent
Ancteville
Moulin de Gouville
Gouville-sur-Mer
Servigny
Monthuchon
Brainville
Camprond
Blainville-sur-Mer
la Vendelée
Gratot
Cambernon
Cathédrale de Coutances
Château de Gratot
S'-Malo-de-la-Lande
Église de Savigny
Cametours
Agon-Coutainville
Tourville-sur-Sienne
COUTANCES
Savigny
Bricqueville-la-Blouette
Courcy
Belval
Château de Cerisy-la-Salle
S'-Pierre-de-Coutances
Heugueville-sur-Sienne
Cerisy-la-Salle
Nicorps
Montpinchon
Pont de la Roque
Château de Regnéville
Orval-sur-Sienne
Ouville
Regnéville-sur-Mer
Montchaton
Saussey
Musée du Manoir de Saussey
Notre-Dame-de-Cenilly
Montmartin-sur-Mer
Hyenville
S'-Denis-le-Vêtu
Hauteville-sur-Mer
Contrières
Roncey
Mausolée Letenneur
Hérenguerville
S'-Martin-de-Cenilly
Annoville
Quettreville-sur-Sienne
Guéhébert
Pêcherie "La Maillard"
Trelly
Lingreville
Grimesnil
Hambye
Abbaye de Hambye
S'-Denis-le-Gast
Lengronne
la Baleine
Sourdeval-les-Bois
Gavray-sur-Sienne
Ver
Ruines du château de Gavray
Montaigu-les-Bois
le Mesnil-Amand
le Mesnil-Garnier
le Mesnil-Rogues
le Mesnil-Villeman
D 650
D 2
D 971
D 53
D 972
D 44
D 651
D 7
D 38
D 13
D 20
D 9
0
2,5 km
5 km



DETAILS | *KONTAKT*

Coutances Tourisme
+ 0033 (0) 2 33 19 08 10
accueil@tourisme-coutances.fr
www.tourisme-coutances.fr

Coutances (D3)
6, rue Milon

Agon-Coutainville (D1)
6, place du 28 juillet

Blainville-sur-Mer (C1)
12 bis, route de la mer

Gouville-sur-Mer (C1)
1, rue du Nord

Hauteville-sur-Mer (E1)
30, avenue de l'Aumesle

Gavray-sur-Sienne (G4)
12, place de l'Église

TICKET OFFICE

A ticket office that makes your holiday so much easier: organise in advance by buying your tickets directly in one of our tourist information offices for the Chausey Islands, the Channel Islands and Cité de la Mer in Cherbourg...

DER KARTENVORVERKAUF

Ein Kartenvorverkauf, der Ihnen den Urlaub einfacher macht: Kaufen Sie Ihre Tickets direkt in einem unserer Tourismusbüros für folgende Orte: Îles Chausey, anglonormannische Inseln, Cité de la mer in Cherbourg...

THE SHOP

Before you go, don't forget to visit our shopping area and grab the opportunity to take away a "bit" of Normandy with you. Plenty of great local products and ideas for gifts.

DIE BOUTIQUE

Vergessen Sie nicht einen kurzen Abstecher in unsere Boutique, bevor Sie wieder abreisen. Dort haben Sie Gelegenheit, ein „Stück" Normandie mit nach Hause zu nehmen. Es gibt dort gute regionale Produkte sowie Geschenkideen.

_Summary
Inhaltsangabe

3 good reasons for visiting unmissable sites | *Unübersehbare Seiten: 3 Gründe, sie zu besuchen* 6
The unmissable | *Die Unverwechselbaren* 8
Sporting holidays | *Sportlicher Urlaub* 10
The beaches | *Die Strände* 12
Everything you need to know about the seashore | *Alles was Sie über die Küste wissen müssen* 13
Sample the local delicacies | *Kosten Sie die lokalen Spezialitäten* 14
10 experiences to savour here | *10 Dinge, die es hier zu erleben gibt* 16
The Islands | *Die Inseln* 18
La Manche, the Beautiful | *Im Departement Manche ist es schön* 19

Coutances Tourism is in the Register of Tour and Accommodation Operators under number IM050150001 and is the holder of show business licences nos. 2-1085152 and 3-1085153. Print run: 4000 copies. Legal submission 2022. Distributed free of charge.
Coutances Tourisme ist im Register der Reise- und Urlaubsanbieter unter der Nummer IM050150001 eingetragen und hat Lizenzen für Eventanbieter mit den Nummern 2-1085152 und 3-1085153. Auflage: 4000 Stück. Pflichtexemplar 2022. Kostenlose Verteilung.
Design / Gestaltung: Mélissa Langlois · www.melissa-langlois.com | **Printing / Druck:** Imprimerie Corlet

All rights reserved. Do not throw on the public highway. All information given in this guide do not engage the responsibility of Coutances Tourism.
Alle rechte vorbehalten Nicht auf die öffentliche Autobahn werfen. Alle Informationen in dieser Anleitung Engagieren Sie sich nicht in der Verantwortung von Coutances Tourismus.

IMPRIM'VERT® PEFC™ 10-31-1510

Photo credits / Bildnachweise: Adobe Stock (pages 2, 15) · Aymeric Picot (couverture & pages 4, 5, 8, 9, 10, 13, 16, 17) · Best Jobers (page 19) · Coutances Tourisme (page 17) · Francis Bellamy (page 17) · Hello Travelers (pages 14, 18, 4e de couverture) · Jim Prod (pages 5, 10, 16, 17) · Manche Iles Express (page 18) · Thibault Poriel (pages 4, 6, 7, 12, 17)

3 good reasons for visiting unmissable sites

Unübersehbare Seiten: drei Gründe, sie zu besuchen

Hauteville-sur-Mer & Co.

1 Discover magnificent naturally preserved sites: Annoville dunes and the harbours of Sienne and Vanlée.

Erkundung der herrlichen Naturschutzgebiete: die Dünen von Annoville, die Häfen von Sienne und Vanlée.

2 A group of beautiful, peaceful places, where it does you good to live.

Eine Reihe beschaulicher Gemeinden, in denen es sich gut leben lässt.

3 The Sunday morning market in Hauteville-sur-Mer is ideal for stocking up on specialist local products.

Der Markt am Sonntagmorgen in Hauteville-sur-Mer ist ideal, um sich mit lokalen Spezialitäten einzudecken.

Coutances

1 In this city of culture you can visit treasures of the past: the cathedral, various churches and the old quarters.

Eine Kulturstadt, in der man Schätze der Vergangenheit besichtigen kann: die Kathedrale, die Kirchen, die Altstadt …

2 The city is known for its "Jazz sous les pommiers" festival which is held every year in May and welcomes international artists.

Die Stadt ist bekannt für ihr Festival „Jazz sous les pommiers", das jedes Jahr im Mai stattfindet und internationale Künstler willkommen heißt.

3 The public garden is an oasis of green in the heart of the city.

Der öffentliche Garten bildet eine grüne Oase im Herzen der Stadt.

Agon-Coutainville

1 A real seaside resort with superb beaches and many facilities including a casino, racecourse, shops and sports activity centres.

Ein Badeort mit herrlichen Stränden und vielen Einrichtungen: Casino, Rennbahn, Geschäfte, Sportaktivitäten.

2 Pointe d'Agon is one of the department's must-see natural sites, with its resilient lighthouse and unspoilt natural surroundings.

Die Pointe d'Agon ist dank ihres Leuchtturms und ihrer unberührten Natur einer der wichtigsten Naturräume des Departements.

3 It is a lively town with many shops, restaurants, events and festivals.

Eine lebendige Stadt mit zahlreichen Geschäften, vielen Veranstaltungen und Festivals sowie Restaurants und Märkten.

Regnéville-sur-Mer

❶ A real highlight, this former fishing village, retains a strong history with its maritime heritage, its castle and its lime kilns.

Dieses ehemalige Fischerdorf hat mit seinem maritimen Erbe, seinem Schloss und seinen Kalköfen eine lange Geschichte und ist ein echtes Highlight.

❷ With its delightful views and atmosphere, it appears untouched by time.

Das Dorf hat sich einen unbeschreiblichen Charme bewahrt und es ist, als ob es aus der Zeit gefallen wäre.

❸ There are many different types of entertainment, and the summer market, held in the castle courtyard in July and August, are not to be missed.

Das Leben vor Ort wird geprägt von zahlreichen Aktivitäten und einem Sommermarkt im Schlosshof, den man sich im Juli und August nicht entgehen lassen sollte.

Gavray-sur-Sienne > Saint-Sauveur-Villages

❶ An exceptional heritage waiting to be discovered, especially the medieval Hambye Abbey nestled in the heart of the countryside.

Ein außergewöhnliches Erbe, das es zu entdecken gilt, insbesondere die Abtei Hambye, ein mittelalterlicher Komplex, der sich inmitten der Landschaft befindet.

❷ Gavray-sur-Sienne is a lively town with many shops and traditional markets. It is also known for its thousand-year-old fair, held in October.

Gavray-sur-Sienne ist eine lebendige Stadt mit vielen Geschäften und traditionellen Märkten. Es ist auch bekannt für seine im Oktober stattfindende Messe als Teil der Foires Millénaires.

❸ Come and find a truly preserved countryside.

Wir erleben dort eine unberührte Landschaft.

Blainville-sur-Mer & Gouville-sur-Mer

❶ The Gouville-sur-Mer beach huts are an unmissable site, ideal for a relaxing walk.

Die Strandhütten von Gouville-sur-Mer sind ein Muss, wo Sie einen Spaziergang machen können.

❷ These two towns are home to many oyster farmers and the culture of working at sea can be felt everywhere.

Diese beiden Gemeinden beherbergen viele Austernzüchter und eine sehr ausgeprägte Kultur der Meereswirtschaft.

❸ Rue des Libraires in Blainville-sur-Mer has since the 19th century been home to several small castles built at the time by Blainville natives who made fortunes in Paris.

Die Rue des Libraires in Blainville-sur-Mer, die seit dem 19. Jahrhundert mehrere kleine Schlösser beherbergt, die damals von den Blainvillais erbaut wurden, die ihr Vermögen in Paris gemacht haben.

> All the places to visit and practical information can be found in the address book.
> Alle Sehenswürdigkeiten und praktischen Informationen finden Sie im Adressbuch.

THE UNMISSABLES

Die Unverwechselbaren

_Coutances Plant Garden

Dating from the 19th century, Coutances plant garden is a real oasis of green in the town. It is a restful place, bringing together French-style symmetry, English groves and Italian-style terraces. A collection of rare trees, superb flower beds, other mosaic beds, and a maze make this garden a must for a peaceful walk.

Der Pflanzengarten von Coutances

Der aus dem 19. Jahrhundert stammende Pflanzengarten von Coutances ist eine regelrechte Grünanlage für die Stadt. Er besteht aus einer harmonischen Verbindung von französischer Symmetrie, englischen Hainen und italienischen Terrassen. Eine Sammlung seltener Bäume, herrliche Blumenbeete, weitere Mosaikbeete und ein Labyrinth machen ihn zu einem besonderen.

_Gouville-sur-Mer beach huts

Nestled in the dunes, these pretty little huts with their colorful roofs make Gouville-sur-Mer a special place. The huts were built when sea-bathing became fashionable in the early 20th century and were used by summer visitors when putting on their bathing suits. Sixty nine of the huts are still standing.

Hütten von Gouville-sur-Mer

Eingebettet in die Dünen sind diese hübschen kleinen Strandhütten mit ihren bunten Dächern das, was Gouville-sur-Mer so besonders macht. Diese Hütten tauchten zur Zeit der ersten Strandbäder zu Beginn des 20. Jahrhunderts auf und erlaubten es den Sommergästen, ihre Badekleidung anzuziehen. Heute sind es noch neunundsechzig.

_Hambye Abbey

Founded in the 12th century and classified as an historical monument, Hambye Abbey is one of the most complete medieval monastic complexes in Lower Normandy and forms part of a majestic environment protected as a "sensitive natural area". Take yourself off and explore the charm of an exceptional medieval monastery, or let our guide take you back in time with an extended visit. The Middle Ages will come to life before your eyes.

Abtei Hambye

Die im 12. Jahrhundert gegründete und unter Denkmalschutz stehende Abtei Hambye ist eine der vollständigsten mittelalterlichen Klosteranlagen der Niedernormandie (Basse-Normandie) und in einen majestätischen, als empfindlich geschützten Naturraum eingebettet. Entdecken Sie auf eigene Faust den Charme eines außergewöhnlichen mittelalterlichen Klosters oder begeben Sie sich an der Seite eines Führers auf eine ausführliche Besichtigung der Vergangenheit. Das Mittelalter erwacht vor Ihren Augen zum Leben.

_Coutances Cathedral

A true masterpiece of Norman Gothic art, Notre-Dame Cathedral was built in the 13th century, thanks to Bishop Hugues de Morville. One of the must-see sites of the English Channel coast, this spectacular monument that will fill you with wonder. A truly unforgettable visit. The visit to the high areas, organised by our Pays d'Art et d'Histoire, will show you the secrets of this building and take your breath away.

> For visitors to the cathedral, English-language audio guides are available at the Tourist Office.

Kathedrale von Coutances

Die Kathedrale Notre-Dame ist ein wahres Meisterwerk der normannischen Gotik und wurde im 13. Jahrhundert unter Bischof Hugues de Morville erbaut. Dieses spektakuläre Monument, das man mit Staunen besichtigt, ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten des Départements Manche am Ärmelkanal. Die durch Pays d'art et d'histoire (Region der Kunst und der Geschichte) organisierte Besichtigung der oberen Bereiche ist atemberaubend und wird Ihnen die Geheimnisse dieses Gebäudes enthüllen.

> Zur Besichtigung der Kathedrale sind Audioguides in englischer Sprache im Fremdenverkehrsamt erhältlich.

_Gratot castle

The charming Gratot castle was built between the 13th and 18th centuries in a magnificent setting. Restoration started in 1968, and now the buildings are being brought back to life thanks to visits and events organised throughout the year. It's easy to imagine what the castle and life in it were like hundreds of years ago. The story that surrounds the castle, with its enclosing moat and varied architecture, is mysterious the stuff of fairies. Push the castle gate to discover it.

Schloss Gratot

Das bezaubernde Schloss Gratot wurde zwischen dem 13. und 18. Jahrhundert in einer herrlichen Umgebung erbaut. Die seit 1968 restaurierten Gebäude werden dank der Besuche und Veranstaltungen, die das ganze Jahr über organisiert werden, allmählich wieder zum Leben erweckt. Es fällt leicht, sich das Schloss und die damalige Lebensweise vorzustellen. Umgeben von einem Burggraben birgt das Schloss mit seiner abwechslungsreichen Architektur eine geheimnisvolle Legende, die Feenlegende. Öffnen Sie das Tor des Schlosses, um dieses zu entdecken.

_Lime kilns at Regnéville-sur-Mer

This group of four monumental ovens, attached to a former limestone quarry, provides a dramatic picture of the town's industrial activity in the 19th century. In this location, lime was transformed and then sent to Western France to make the fields more fertile.

Kalköfen von Regnéville-sur-Mer

Diese Gruppe von vier monumentalen Öfen, die an einen ehemaligen Kalksteinbruch angelehnt sind, ist ein außergewöhnlicher Zeuge der Industrie-Tätigkeit der Stadt im 19. Jahrhundert. Hier wurde der Kalk verarbeitet, um später in den Westen Frankreichs geschickt zu werden, um Felder zu düngen.

_The fisheries

An exceptional maritime heritage is waiting to be discovered at low tide on the beach at Hauteville-sur-Mer and Pointe d'Agon. Fisheries are wooden boxes designed to trap fish when the sea retreated. Pay us a memorable visit and discover this ancestral expertise for yourself.

Fischerei-Anlagen

Ein außergewöhnliches maritimes Erbe, das man bei Ebbe am Strand von Hauteville-sur-Mer und der Pointe d'Agon entdecken kann. Die Fischerei-Anlagen sind hölzerne Einrichtungen zum Fang von Fischen, wenn sich das Meer zurückzieht. Kommen Sie und entdecken Sie dieses überlieferte Handwerk bei einem außergewöhnlichen Besuch.

> All the places to visit and practical information can be found in the address book.

> Alle Sehenswürdigkeiten und praktischen Informationen finden Sie im Adressbuch.

Sporting holidays

Sportlicher Urlaub

#HIKING

Take the time to discover the beautiful scenery and unwind in the heart of nature. A wide selection of hiking itineraries are on offer at the Tourist Office reception desk. A rich network of associations offer outings all year round and especially in the summer months.

#Wanderungen

Nehmen Sie sich genügend Zeit, um die landschaftliche Schönheit zu entdecken und inmitten der Natur neue Kräfte zu schöpfen. Viele Wanderwege werden Ihnen vom Office de Tourisme aufgezeigt werden können. Ein dichtes Netzwerk von Vereinen organisiert Ausflüge das ganze Jahr über, vor allem aber im Sommer.

#HORSE RIDING

The Coutances seaside and woodlands benefit from an exceptional natural environment. One way to discover its beauty and its hidden treasures is to travel through it on horseback. There are a number of organisations offering assisted treks for one-day adventurers, or lessons and courses for riders wishing to improve their skills. Make the most of your stay by learning horse riding and experience the sense of freedom that comes with it.

#Reiten

Das Meer und die typische Landschaft von Coutances sind von außerordentlicher natürlicher Schönheit. Um diese Schönheit und deren verborgene Schätze zu erkunden, setzt man sich am besten aufs Pferd. Viele Institutionen bieten geführte Ausritte für Eintags-Abenteurer an, aber auch Kurse und Praktika für Reiter, die ihre Technik verbessern wollen. Nutzen Sie Ihren Aufenthalt, um das Reiten auszuprobieren und das Gefühl der Freiheit wiederzuerlangen.

#GOLF

The Coutances area offers several places for golfing. Agon-Coutainville's course is located on the seaside and provides 18 holes. If you are looking for a more casual game try the mini-golf that opens its doors during July and August at la Mare de l'Essay in Agon-Coutainville. Whether you are experienced or a novice, you will be able to enjoy the coastal greenery, while you practice your best golfing swings.

#Golf

In Coutances und Umgebung gibt es mehrere Golfplätze, u. a. den am Meer gelegenen 18-Loch-Platz von Agon-Coutainville. Wenn Sie es gelassener angehen wollen, stehen Ihnen der im Juli und August geöffnete Minigolf von Mare de l'Essay in Agon-Coutainville zur Verfügung. Gleichgültig ob Sie noch ein Anfänger oder bereits ein routinierter Spieler sind, werden Sie das viele Grün, das Sie zwischen Land und Meer umgibt, genießen, während Sie Ihre besten Swings ausführen.

#CLIMBING

For the more adventurous, the Horizon Vertical club located in Montmartin-sur-Mer offer climbing for beginners, for young and old alike, to discover this sport and improve your skills. The indoor facility is the regional climbing centre, with its 600 m² artificial climbing wall; the biggest in the Channel region, and open all year round. The other location is outdoors; it is an old stone quarry, which served for the construction of the lime kilns of Regnéville-sur-Mer, and is accessible, weather permitting, for those who wish to scale this natural rock face in the open air.

#Klettern

Für die Waghalsigsten bietet der Klub Horizon Vertical in Montmartin-sur-Mer Kletterkurse für Groß und Klein als Schnupper- oder Fortbildungskurse an. Dieses regionale Indoor-Kletterzentrum mit seiner künstlichen 600m² großen Wand ist das bedeutendste im Departement Manche und bleibt das ganze Jahr über geöffnet. Aber man kann auch bei schönem Wetter im Freien eine natürliche Wand erklimmen, und zwar in dem ehemaligen Steinbruch, der für den Bau der Kalköfen von Regneville-sur-Mer genutzt wurde.

#CYCLING

Travel along the coastline and make your way through the heart of the woodlands… Cycle around the country lanes, following our itineraries that are available from the Tourist Office reception desk. There are a number of hire locations around the area, where you will find more itineraries on offer as well as approved equipment.

#Fahrrad

Fahrradtouren längs der Küste oder durch Haine auf Landstraßen und Feldwegen, die Ihnen von Ihrem Office de Tourisme gerne beschrieben werden. Außerdem gibt es viele Fahrradverleihe, bei denen Sie sich fachmännisch ausrüsten und über Radwege informieren lassen können.

#WATER SPORTS

Choose the thrill-seeker option and enjoy an unforgettable experience by trying out the water sports. For beginners and the more experienced alike, everyone can take part and see how they fare against nature's elements. Sand yachting, canoeing-kayaking, stand up paddling or even windsurfing, a wide range of activities can be performed on our beaches.

#Wassersport

Wagen Sie einen Adrenalinschub bei einem unvergesslichen Wassersportversuch. Sowohl Anfänger als auch bereits erfahrene Sportler können hierbei ihre Kräfte mit den Elementen der Natur messen. Auf unseren Stränden können Sie viele verschiedene Sportarten ausüben – Strandsegeln, Kanu- und Kajakfahren, Stand Up Paddling und Windsurfen.

> You can find all the service providers' details in our address book.
> Adressen aller Dienstleister finden Sie im Adressbuch.

The beaches

~ Die Strände ~

In this area, the whole of our coast is a great long beach waiting to welcome you. Our vast areas of sand offer a vast choice of possibilities for relaxing days, sports and even voyages of discovery. Choose what suits you best and set off to conquer the foreshore.

Hier heißt unsere gesamte Küste Sie willkommen und wird zu einem Strand. Unsere großen Gebiete mit feinem Sand bieten eine Vielzahl von Möglichkeiten zum Entspannen, für Sporte oder sogar Entdeckungen. Wählen Sie das für Sie passende aus und machen Sie sich auf den Weg, um die Küste zu erkunden.

Montmartin-sur-Mer

Agon-Coutainville

Legend | *Legende*

- Peaceful, natural beach / *Natürlicher und ruhiger Strand*
- Beach with lifeguards / *Überwachter Strand*
- Moving beach (water sports...) / *Strand mit Action! (Wassersport...)*
- Disabled persons welcome / *Behindertengerechter Strand*
- Drinks and ice cream beach / *Getränke und Eis am Strand*
- Naturist beach / *FKK-Strand*

> There are other kinds of beaches: blue flag beaches, non-smoking beaches, and beaches where dogs are welcome as friends. Find out more from our tourist information offices about what will best suit you.

> Es gibt auch andere Arten von Stränden: Blaue Flagge, tabakfreie Strände oder Strände, an denen unsere Hunde-Freunde spazieren gehen können. Fragen Sie in unseren Touristeninformationen nach diesen praktischen Tipps.

Everything you need to know about the seashore

Alles was Sie über die Küste wissen müssen

What do I need to go fishing on foot?

Take with you: a watch ; a mobile phone and the number to the CROSS: 196 ; a compass ; check the weather forecast and tide charts; follow the regulations (period, quantity, size by species > enquire at the tourist office).
Begin your fishing about two hours before low tide and make your way back at low tide, so you are not caught out by the returning water.

Was brauche ich für die Gezeitenfischerei?

Ich nehme mit : eine Armbanduhr, ein Handy mit der Notrufnummer des CROSS: 196, einen Kompass, Ich vergewissere mich der Wettervorhersage und des zeitlichen Verlaufs der Tiden, Ich beachte die Vorschriften (Saison, Menge, Größe je nach Art > Auskunft erteilt das Office de Tourisme).
Fangen Sie mit dem Aufsammeln von Muscheln und Krustentieren ungefähr zwei Stunden vor Ebbe an, und begeben Sie sich auf den Rückweg, sobald der Wassertiefststand erreicht ist, um nicht von der Flut überrascht zu werden.

Can fishing be done anywhere?

As soon as the tide ebbs away, you can set out to fish on the shore. However, depending on the time of year, there are certain beaches that do not permit fishing for particular species. Always check that there is not a prefectoral order in effect before setting off.

Kann man sie überall aufheben?

Sobald sich das Meer zurückzieht, kann man sich zu Fuß auf die Suche nach Meeresfrüchten machen. Allerdings mag es je nach Saison Strände geben, an denen das Aufsammeln bestimmter Arten verboten ist. Man tut also gut daran, sich im Voraus nach einem allfälligen diesbezüglichen Erlass der Präfektur zu erkundigen.

What can be caught on the Channel's shores?

The species of shells to be found are quite varied: cockles, clams, oysters, mussels, razor shells, etc. There are also a number of crustaceous species living on our coastline: lobster, crab, spider crab, velvet crab… Do not forget to check the regulations for shoreline fishing.

Kann man Meeresfrüchte an den Stränden des Ärmelkanals aufsammeln?

Es gibt eine recht große Vielfalt an Meeresfrüchten an der Küste: Herzmuscheln, glatte und warzige Venusmuscheln, Austern, Mies- und Messermuscheln usw. Man findet auch einige Krustentiere an unserer Küste: Hummer, Taschenkrebse, Seespinnen, Schwimmkrabben usw.

Live and experience great tides

Erleben Sie große Gezeitenwechsel

Take advantage of the spectacle offered by the great tides in the Channel region, and treat yourself to some breathtaking scenery, whether the tide is low or high. The biggest tides occur when the tidal coefficient is highest, i.e. greater than 90.

Erfreuen Sie sich am Schauspiel großer Gezeitenwechsel im Departement Manche und am Anblick atemberaubender Landschaften sowohl bei Ebbe wie bei Flut. Die großen Gezeitenamplituden treten auf, wenn die Koeffizienten besonders hoch sind, d.h. mehr als 90 betragen.

Sample the local Delicacies

Kosten Sie die lokalen Spezialitäten

Make your holiday a food-loving experience. It is the perfect time to treat your taste buds and satisfy your cravings for good food. Fortunately, the Coutances region is not short of locations, produce and know-how to meet all your expectations.

Lassen Sie sich in Ihrem Urlaub auch zu einer Kostprobe unbekannter Spezialitäten verführen. Der Urlaub ist ja die beste Gelegenheit für einen Gaumenkitzel und den Genuss wirklich guter Produkte. Und im Großraum von Coutances haben Sie das Glück, vielerorts an hervorragenden Produkten und kulinarischem Knowhow alles was Ihr Herz begehrt zu finden.

Take advantage of the many markets across the Coutances region. Wander the market stalls, touch and choose your seasonal fruit and vegetables, taste the specialities, chat with the producers… here is the full schedule:

Gehen Sie auch auf die vielen Märkte, die es in der Umgebung von Coutances gibt. Über die Märkte zu bummeln, Obst und Gemüse der Saison zu wählen, Spezialitäten zu kosten und mit den Erzeugern zu plaudern, macht richtig Spaß:

Markets | Märkte

_Tuesday / Dienstags:
Agon-Coutainville • Coutances, "the lil' organic market" / *der « P'ti Bio-Markt »* (4:30 pm) • Hambye

_Wednesday / Mittwochs:
Blainville-sur-Mer • Gavray-sur-Sienne • Montmartin-sur-Mer • Quettreville-sur-Sienne (4 pm)

_Thursday / Donnerstags:
Agon-Coutainville (at Le Passous) • Coutances • Saint-Sauveur-Villages

_Friday / Freitags:
Courcy (6 pm) • Gouville-sur-Mer • Hambye (4 pm) • Lingreville • Roncey • Saint-Sauveur-villages (5 pm)

_Saturday / Samstags:
Agon-Coutainville • Cerisy-la-Salle • Coutances • Gavray-sur-Sienne

_Sunday / Sonntags:
Hauteville-sur-Mer

Summer markets Sommer märkte

_Monday / Montags:
Gouville-sur-Mer

_Tuesday / Dienstags:
Hauteville-sur-Mer

_Wednesday / Mittwochs:
Hauteville-sur-Mer (6 pm)

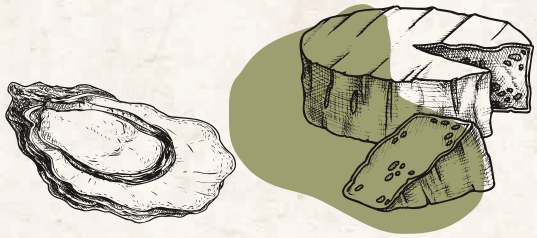
_Thursday / Donnerstags:
Tourville-sur-Sienne (5 pm)

_Friday / Freitags:
Hauteville-sur-Mer • Regnéville-sur-Mer (6 pm)

_Sunday / Sonntags:
Blainville-sur-Mer

Savour the FLAVOURS of Normandy

Kosten Sie die SpezialitÄten der Normandie



_Sea produce: mussels, oysters, whelks, lobster, scallops, etc... There is a multitude of produce you can sample throughout the year.

Meeresfrüchte: *Muscheln, Austern, Wellhornschnecken, Hummer, Pilgermuscheln usw. Viele Produkte können Sie sich das ganze Jahr über schmecken lassen.*

_Salt-meadow lamb and mutton: sample this particularly delicious meat. The salt-meadow grass these animals graze on every day gives their meat a distinctive flavour.

Salzwiesenlämmer und - hammel: *Probieren Sie einmal dieses besonders köstliche Fleisch. Das Gras der Salzwiesen, das diese Tiere Tag für Tag fressen, verleiht dem Fleisch einen besonderen Geschmack.*

_Camembert and other Normandy cheeses: find them in the market place or in local cheese shops.

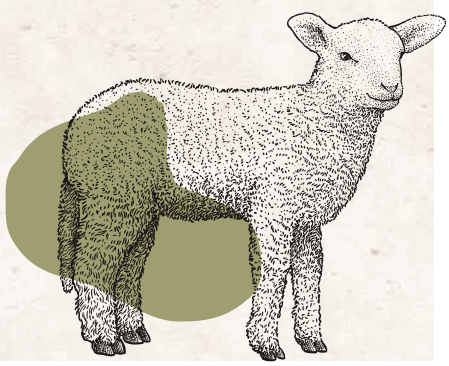
Camembert und andere Käse der Normandie: *finden Sie in Hülle und Fülle auf den Märkten und in den Käsegeschäften.*

_Apples: the apple trees from our countryside produce delicious apples, which are used in the production of cider and calvados *Made in Normandy*, as well as pastries such as the Norman tart.

Äpfel: *Unsere Apfelbäume tragen schmackhafte Äpfel für die Herstellung von Apfelmost und den Calvados "Made in Normandy" sowie für die normannische Apfeltorte.*

_Vegetables: there are many market gardeners, producing bulk amounts of vegetables such as leeks or carrots.

Gemüse: *Der Anbau von Porree, Möhren und vieler anderer Gemüsearten ist ebenfalls weit verbreitet.*



Restaurants

Enjoy a delicious meal, sampling our exceptional produce made to its best by our chefs. Here are some top eateries in the area.

Genießen Sie eine leckere Mahlzeit mit köstlichen Gerichten, denen unsere Küchenchefs ihre eigene Note verleihen. Hier einige gute lokale Adressen.

> Be aware that in France, lunchtime meals are typically served between 12 pm and 2:30 pm, and evening meals are from 7 pm to 10 pm.

> Denken Sie auch daran, dass in Frankreich das Mittagsessen im Allgemeinen von 12 bis 14:30 und das Abendessen ab 19:00 bis ca. 22 Uhr serviert wird.

_La Baratte, Saint-Denis-le-Vêtu

_Côté Saint-Pierre, Coutances

_Le Mascaret, Blainville-sur-Mer

_L'auberge de l'Abbaye, Hambye

_L'Extravagant, Tourville-sur-Sienne

_L'Athome, Blainville-sur-Mer

_Salicorne, Agon-Coutainville

_La mer Ô vent, Hauteville-sur-Mer

> You will find all the restaurants and practical information in the address book.
> Alle Restaurants und praktische Informationen finden Sie im Adressbuch.

10 Experiencies to savour here

10 Dinge, die es hier zu erleben gibt

Try gathering seafood

by hand when the tide is low.

Savour the fresh air and feast on what you've caught.

Gehen Sie doch bei Ebbe einmal Meeresfrüchte sammeln.

Genießen Sie die frische Luft und erfreuen Sie sich an dem, was Sie gefangen haben.

Take a gentle bike ride

through the unspoilt countryside and discover the little natural and man-made treasures hidden there.

Whether walking or cycling, on paths or narrow roads, get right away and come close to nature!

Mit dem Fahrrad durch die romantische Landschaft radeln und die dort zwischen Natur und Kulturerbe verborgenen kleinen Schätze entdecken.

Zu Fuß oder mit dem Fahrrad, auf Straßen oder kleinen Wegen können Sie herrlich abschalten und sich dem Rendezvous mit der Natur hingeben!

Defy the elements

by trying a sliding sport, with your feet on the ground and your hair blowing in the wind.

Try land-sailing or, to feel free as the wind, go wind-surfing and savour the delight of sailing between sea and sky!

Trotzen Sie den Elementen und wagen Sie eine Gleitsportart: Die Füße auf dem Boden und die Haare im Wind.

Testen Sie einen Strandsegler oder wenn Sie sich frei wie der Wind fühlen wollen, nehmen Sie sich ein Surfbrett und erleben Sie neue Abenteuer zwischen Himmel und Meer!

Visit the treasures

of the past.

Coutances mer & bocage is a land full of art and history, with monuments and museums galore to visit and discover as a family. A page of history, a taste of culture and a dash of entertainment - the ideal recipe for a great day out!

Besichtigen Sie die Schätze der Vergangenheit.

Coutances ist ein Ort der Kunst und der Geschichte und am Meer und in der Bocage-Landschaft gibt es massenweise Sehenswürdigkeiten und Museen – das macht der ganzen Familie Spaß. Ein bisschen Geschichte, ein Tick Kultur und eine Prise Abwechslung sind das ideale Rezept für einen Ausflug mit Spiel und Spaß!

5.

Watching the sunset

over one of our beautiful sandy beaches.

And why not throw in a picnic? A moment of peace to share and capture in a superb photo!

Einen Sonnenuntergang an einem unserer großen Sandstrände bewundern.

Und warum nicht ein spontanes Picknick organisieren? Ein Moment der Stille, den man zusammen erlebt und auf einem schönen Foto festhält!

6.

Go back in time

when you visit Coutances Cathedral.

Take a step back and let a guide show you round this masterpiece of Norman Gothic architecture.

Lassen Sie sich mit der Besichtigung der Kathedrale von Coutances zurück in andere Zeiten versetzen.

gehen Sie hoch hinaus und entdecken Sie bei einer Führung dieses Meisterwerk der gotischen Baukunst in der Normandie.

7.

Enjoy a dish of mussels and french fries

on one of the sea view terraces.

During your stay, take the opportunity to enjoy one of the many local gastronomic delights.

Leckere Muscheln mit Pommes auf einer der Terrassen mit Blick aufs Meer genießen.

Nutzen Sie Ihren Urlaub und gönnen Sie sich eine der zahlreichen gastronomischen Spezialitäten vor Ort.

8.

Observe the spectacle of great tides...

From the dune, the tide comes in as fast as a galloping horse. When the tide goes out, the sea disappears and huge areas of sand, stretching as far as the horizon, appear in its place.

Beobachten Sie die Springfluten...

Von der Düne aus bringt die Flut das Meer im Pferdegalopp zurück; bei Ebbe zieht sich das Meer zurück und macht den großen Sandflächen bis zum Horizont Platz.

9.

Take part in one of the great local events.

Musical, sporting, cultural or festive, they are held all year round and show off a little more of the local culture.

Nehmen Sie an einer der großen regionalen Veranstaltungen teil.

Musik, Sport, Kultur, oder Festlichkeit – sie finden das ganze Jahr über statt und bringen Ihnen die lokale Kultur etwas näher.

10.

Enjoy the local products

at one of our markets.

Come and meet those who grew the products, they will be delighted to show you their specialities. A chance to full your basket in lovely colourful surroundings.

Ergötzen Sie sich an lokalen Köstlichkeiten auf einem unserer Märkte.

Treffen Sie Produzenten der Region, die Ihnen gerne ihre Spezialitäten anbieten. Das ist die Gelegenheit, in einem farbenfrohen Ambiente Ihren Einkaufskorb zu füllen.

The Islands | *Die Inseln*

A day at... | *Ein Tag am..*

Chausey: Island life in its natural state

French archipelago off Granville. Main island: 3.5 km long; 365 islands at low tide > 52 at high tide.

_You will like: The calm atmosphere: no cars on the island; Its small creeks and unspoiled nature; Its pretty shells.

_What to see, what to do:

· Cross the island along the small paths, the tour of the island on foot is done in 2 hours;
· The village of Blainvillais: a typical small fishing village of the 19th century, made of stone;
· Swim on one of the island's six sandy beaches;
· Shore fishing during high tides.

Practical infos:

Departure: from Granville with the company Jolie France.
Average length of the trip: 45 minutes
On site: two bar-restaurants and a food shop, souvenirs, a hotel and gites.

Chausey: Inselleben in der Natur

Französischer Archipel vor Granville. Hauptinsel: 3,5 km lang; 365 kleine Inseln bei Ebbe > 52 bei Flut.

_Das wird Ihnen gefallen: *Ihre Ruhe: keine Autos auf der Insel; Ihre kleinen Bäche und seine unberührte Natur; Ihre hübschen Muscheln.*

_Was Sie unternehmen können:

· *Auf kleinen Pfaden können Sie die Insel zu Fuß in 2 Stunden durchstreifen;*
· *Das Dorf Blainvillais: typisches kleines Fischerdorf des 19. Jahrhunderts, mit Häusern aus Stein;*
· *Schwimmen an einem der sechs Sandstrände der Insel;*
· *Fischen zu Fuß bei Flut.*

Praktische Infos:

Abreise: *von Granville mit der Firma Jolie France.*
Durchschnittliche Dauer der Überfahrt: *45 Minuten*
Vor Ort: *zwei Bar-Restaurants und ein Lebensmittelgeschäft, Souvenirs, ein Hotel und Ferienhäuschen.*

Book your ferry directly at one of our tourist information offices.

Buchen Sie Ihre Überfahrt direkt in einem unserer Fremdenverkehrsbüros.

The Channel Islands: A British getaway!

Archipelago of 4 islands: Jersey · Guernsey · Sark · Alderney

_You will like: The beauty of the landscapes: steep coasts, sumptuous bays, and the picturesque countryside; The British atmosphere, a guaranteed change of scenery.

_What to see, what to do:

· Shopping day in Saint-Hélier (Jersey);
· Sports activities in the heart of nature: hiking, cycling and water sports;
· Follow in Victor Hugo's footsteps by visiting his house (Guernsey);
· Take a tour of the islands by bus or by bike;
· Eat fish and chips and taste other English specialities.

Practical infos:

Departure: from Granville, Carteret and Diélette
Length of the trip: between 1h and 1h25 depending on the port of departure and the island of arrival.

1 hour behind France. Be careful, the boat departure time is always indicated in local time. // Currency: Pound Sterling // Valid passport required.

Die Kanalinseln: Ein Ausflug so britisch!

Archipel mit 4 Inseln: Jersey · Guernsey · Serq · Alderney

_Das wird Ihnen gefallen: *Die Schönheit der Landschaften: Steilküsten, prächtige Buchten und malerisches Land; Die britische Atmosphäre, ein garantierter Tapetenwechsel.*

_Was Sie unternehmen können:

· *Einkaufstag in Saint-Hélier (Jersey);*
· *Sportliche Aktivitäten im Herzen der Natur: Wandern, Radfahren und Wassersport;*
· *Wandeln Sie auf den Spuren von Victor Hugo und besuchen Sie sein Haus (Guernsey);*
· *Erkunden Sie die Inseln mit dem Bus oder Fahrrad;*
· *Essen Sie Fish and Chips und probieren Sie andere englische Spezialitäten.*

Praktische Infos:

Abreise: *von Granville, Carteret und Diélette*
Dauer der Überfahrt: *zwischen 1 Stunde und 1 Stunde und 25 Minuten je nach Abfahrtshafen und Ankunftsinsel.*

1 Stunde weniger als in Frankreich. Achtung, die Abfahrtszeit des Bootes wird immer in Ortszeit angegeben. // Währung: Pfund Sterling // Gültiger Reisepass erforderlich.

La Manche

THE BEAUTIFUL | *IST ES SCHÖN*

_Villedieu-les-Poêles

> 40 minutes from Coutances
In the heart of La Manche Department is Villedieu-les-Poêles, the capital of copper. The town, known as "Towns and Trades", is home to several remarkable sites including the Bell Foundry and the Copper Workshop. Both artists and expert craftsmen come here to share their passions and their amazing know-how.

> 40 Minuten von Coutances entfernt
Im Herzen des Departements Manche befindet sich der Ort Villedieu-les-Poêles, die Kupferhauptstadt. Die Stadt trägt die Auszeichnung „Villes et Métiers d'Art" und beherbergt mehrere außergewöhnliche Denkmäler wie die Glockengießerei oder die Kupferwerkstatt. Dort treffen Kunsthandwerker und Künstler aufeinander, um gemeinsam ihre Leidenschaft und ihr außergewöhnliches Knowhow zu leben.

_Mont-Saint-Michel

> 1h 15 from Coutances
Leave for an unforgettable journey to Mont-Saint-Michel and its bay, the third most visited site in France every year. You can't come to Manche without coming here. Wander along the narrow streets and visit the unique monument that is the truly magnificent abbey standing at the summit of the Mont.

> 1,15 Stunden von Coutances entfernt
Starten Sie zur Eroberung des Mont-Saint-Michel und seiner Bucht. Es ist die jährlich am drittmeisten besuchte Sehenswürdigkeit Frankreichs. Ist man im Departement Manche, muss man dort einfach gewesen sein: Gehen Sie durch die Gässchen, erfreuen Sie sich an einem Besuch der Abtei, die auf dem Gipfel des Berges thront und besichtigen Sie ein einzigartiges Denkmal.

_Granville

> 35 minutes from Coutances
Visit the town of Granville, the one-time pirate city that is now a seaside resort. Discover the ramparts, the upper city, the port and the Christian Dior Museum, or take part in its unmissable carnival. Granville is a lively place all the year round, wonderful for walking!

> 35 Minuten von Coutances entfernt
Besichtigen Sie Granville, diese ehemalige Seeräuberstadt, die heute ein Badeort ist. Erkunden Sie die Stadtmauer und die Oberstadt, den Hafen, das Museum Christian Dior oder machen Sie mit am Karneval – ein unbedingtes Muss. In Granville ist das ganze Jahr über etwas geboten und es macht Spaß, dort spazieren zu gehen.

_D-Day sites

> 55 minutes from Coutances
La Manche, a Department full of history and memories Explore the strategic D-day locations: Sainte-Mère-Église, Utah Beach and numerous museums and sites welcome you to share the memories of the Normandy Landings during the Second World War.

> 55 Minuten von Coutances entfernt
La Manche ist ein geschichtsträchtiges Departement und ein Ort der Erinnerung. Durchwandern Sie die Höhepunkte des D-Day: Ste-Mère-Église, Utah Beach – dort erwarten Sie Museen und zahlreiche Orte rund um die Erinnerung an die Landung in der Normandie im Zweiten Weltkrieg.

_The Cotentin peninsula

The Cotentin peninsula is a land of wilderness, lulled by the wind and the sea, a land of hidden treasures : La Hague, Val de Saire, Unesco heritage sites, and lands of art and history.

Die Halbinsel Cotentin

Die Halbinsel Cotentin ist ein Land der Wildnis, das vom Wind und dem Meer wiegt, ein Land der verborgenen Schätze: La Hague, Val de Saire, UNESCO-Weltkulturerbestätten sowie Land der Kunst und Geschichte.

Follow us : www.tourisme-coutances.fr

Share your experience : #coutancesnormandie

COUTANCES MER ET BOCAGE

Attitude Manche

QUALITÉ TOURISME

NORMANDIE