

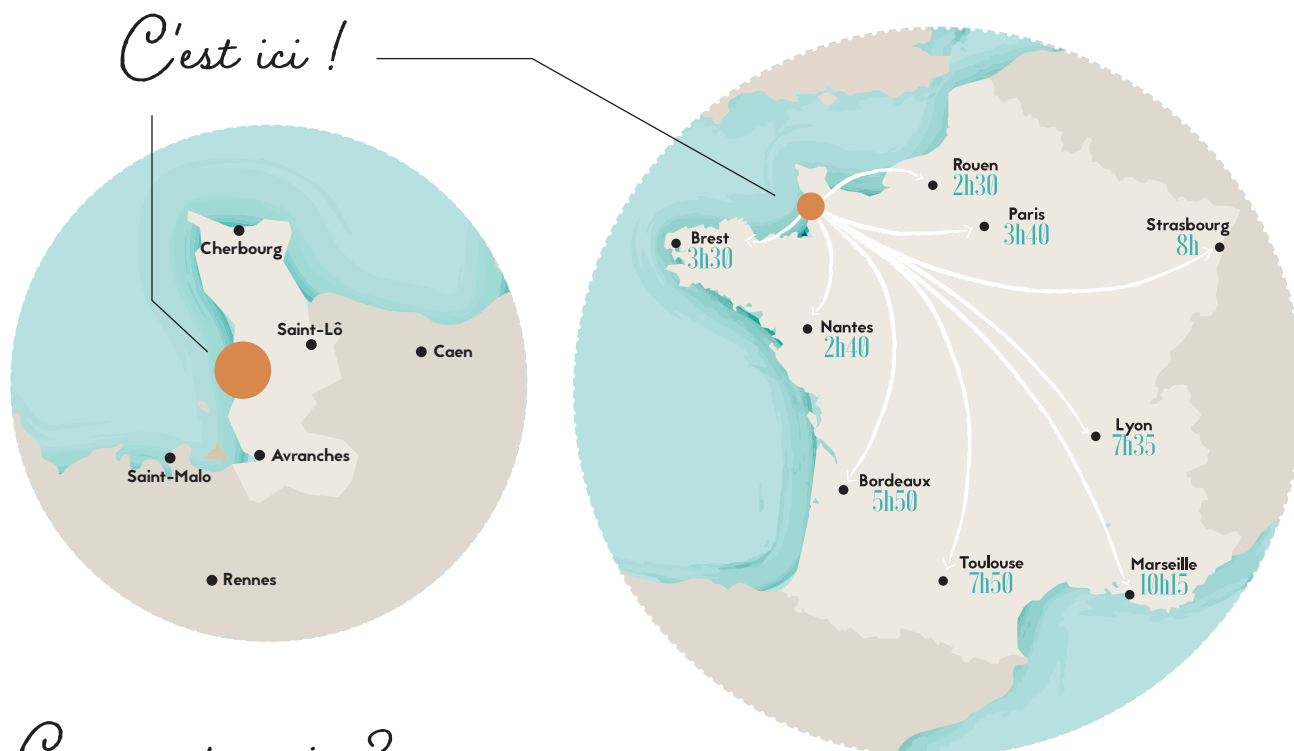
~ COUTANCES TOURISME ~

L'ESSENTIEL GRANDEUR NATURE

CARNET DE VOYAGE 2026



Situation et cartographie



Comment venir ?

GARE SNCF DE COUTANCES

Liaisons Lison, Caen, Paris et Rennes
3635

AMÉLIE TAXI

Saint-Sauveur-Villages
07 86 22 93 87
amelietaxi50@gmail.com

TAXI AGON-COUTAINVILLE

70, avenue du Passous
Agon-Coutainville
02 33 47 16 17
taac50230@gmail.com
www.taxi-ambulance-taac.fr

TAXI DE L'ABBAYE

Le bourg
Hambye
06 20 54 84 22
taxisdelabbaye@gmail.com

TAXI DES HAVRES

50, rue de Docteur André Pigaux
Montmartin-sur-Mer
02 33 47 62 96
ambu.montmartin-sur-mer@wanadoo.fr
www.ambulance-taxi-montmartin.fr

TAXIS GOUVILLAIS

8, rue du Nord
Gouvill-sur-Mer
02 33 47 86 29
ambulancegouvillaise@orange.fr

TAXI LEMONNIER

9, route de Coutances
Monthuchon
02 33 07 11 11
taxi-lemonnier@orange.fr
www.taxi-lemonnier.fr

TAXI 50

16, rue du Mont-Saint-Michel
Quettreville-sur-Sienne
07 77 38 37 99
sastaxi50@gmail.com

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 L-R-21-003683 Cat. 2 et L-R-21-003684 Cat. 3. Tirage : 18 000 exemplaires. Dépôt légal 2026. 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 : AdobeStock (pages 49) - Alexandre Lamoureux (pages 13, 15, 16, 17, 20, 21, 23, 26, 27, 29, 30, 33) - Aymeric Picot (pages 9, 11, 27, 32, 36, 40, 41, 45, 4* de couverture) - Benoit Ghio pour World Else - Attitude Manche - Capax Iso (page 18) - Captain James (page 55) - Cécile Ballon - Attitude Manche (page 58) - Coutances Tourisme (pages 9, 27, 43, 45, 54, 55, 57) - Éric Quesnel (page 28) - Jimmy Perrotte (pages 8, 39, 46, 47, 53, 57) - Léa Guillotte (pages 21, 27, 31, 42, 44, 45, 52) - Les Coutainvillaises Claire Drapier (page 56) - Lezbroz (pages 11, 19, 57) - Minoterie Laure Sourdin (page 22) - Octave Benard (pages 10, 17, 24, 37, 42) - Paresseux Curieux (page 37) - Philippe Fauvel (page 35) - SamfaitVoyager (page 11) - Sel in Manche (page 55) - Stéphane Dubromel (page 51) - TeddyBear Photos (pages 9, 14, 15, 25, 39, 48) - Thibault Poriel (couverture et pages 12, 15, 17, 19, 25, 31, 34, 39, 47, 57) - Thierry Houyel (page 43) - Vanessa Martin (pages 19, 25, 38, 41) - Visit Jersey (page 58)

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



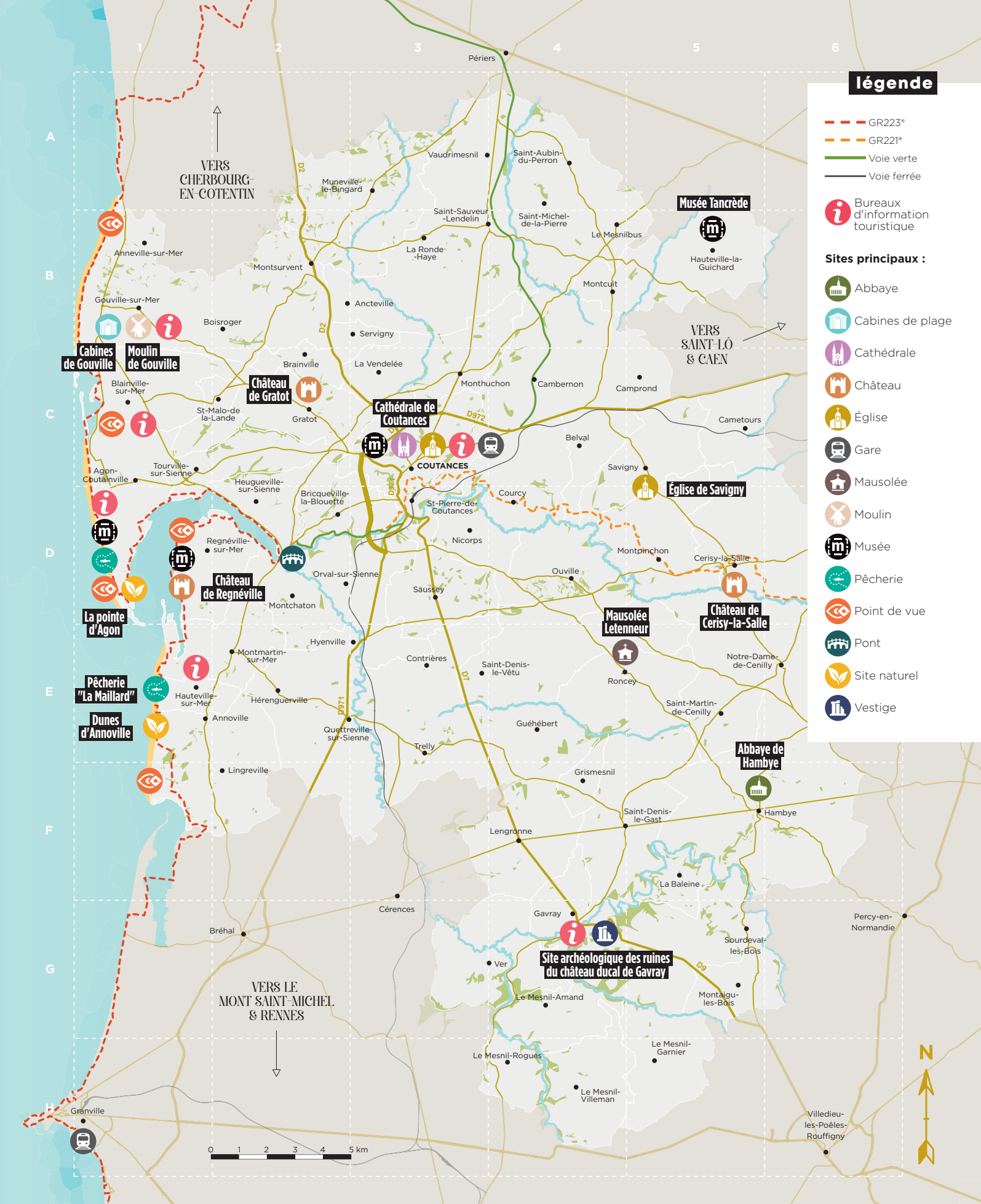
légende

- GR223*
- GR221*
- Voie verte
- Voie ferrée

Bureaux d'information touristique

Sites principaux :

- Abbaye
- Cabines de plage
- Cathédrale
- Château
- Église
- Gare
- Mausolée
- Moulin
- Musée
- Pêcherie
- Point de vue
- Pont
- Site naturel
- Vestige



~ COUTANCES TOURISME ~ bienvenue

Qui sommes-nous ?

Coutances Tourisme est l'office de tourisme de la communauté de communes Coutances mer et bocage qui regroupe 48 communes. Toute l'équipe de Coutances Tourisme est à votre écoute pour vous aider à préparer votre venue sur la destination. Besoin d'idées de sorties ou de balades ? Envie de ne pas passer à côté des incontournables et de sortir des sentiers battus ? Nous sommes à votre disposition dans nos 6 bureaux d'information touristique pour vous concocter le séjour qui vous ressemble !

Coordonnées

COUTANCES TOURISME

02 33 19 08 10 (numéro unique)

accueil@tourisme-coutances.fr

www.tourisme-coutances.fr

Bureau de Coutances ^(C3)

6, rue Milon

Bureau d'Agon-Coutainville ^(C1)

6, place du 28 juillet

Bureau de Blainville-sur-Mer ^(C1)

12 bis, route de la mer

Bureau de Gouville-sur-Mer ^(B1)

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

Qualité Tourisme

Notre engagement satisfaction

Coutances Tourisme a reçu la marque nationale Qualité Tourisme, conformément au référentiel des offices de tourisme de France. Toujours à votre écoute, nous nous engageons à vous offrir un accueil chaleureux et notre connaissance de la région tout au long de l'année.

Billetterie

Prenez de l'avance en achetant directement vos billets dans l'un de nos bureaux d'information touristique pour : les Îles Chausey, les Îles Anglo-Normandes, la Cité de la Mer à Cherbourg. Retrouvez également sur notre site internet une billetterie en ligne pour profiter d'une offre locale de visites et d'animations.

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 souvenirs, cartes postales et idées cadeaux.

Nos éditions



Guide du
Toutourisme



Annuaire
des marées



Brochure
offres groupes

Carte
touristique



Circuits découvertes





Sommaire

Le territoire	6
— Coutances	8
— Agon-Coutainville	12
— Gouville-sur-Mer & Blainville-sur-Mer ...	16
— Hauteville-sur-Mer & ses environs	20
— Regnéville-sur-Mer	24
— Campagne bucolique	26
Au rythme des marées	30
Les havres	34
Slow tourisme	36
Visiter	38
Se balader	44
Se dépenser	46
Se divertir	48
Se régaler	52
Producteurs	54
Hébergements	56
RoadBOOK	57
Les îles	58
C'est beau la Manche	59

le territoire

L'essentiel grandeur nature



Au cœur du département de la Manche, la destination Coutances mer et bocage est un concentré de découvertes et d'expériences. Ici le temps s'écoule au rythme des marées et on peut vivre les quatre saisons en une seule et même journée. Sauvage, préservée, vaste, la nature est omniprésente. Les multiples facettes de notre territoire invitent au dépaysement et ce, tout au long de l'année.

Les grands espaces naturels se métamorphosent à chaque saison pour offrir des panoramas incroyables, propices à la déconnexion et à la reconnexion à soi. Laissez-vous séduire par les singularités qui en font toute la beauté. Prenez une bonne bouffée d'air iodé en vous baladant au milieu des cabines de plage de Gouville-sur-Mer, dans l'un des quatre havres à la biodiversité unique, et parcourez les vastes plages de sable fin, théâtres des plus grandes marées d'Europe.

Authentique et attachante, notre région est idéale pour partager de bons moments avec vos proches. Et s'il s'agit de votre premier passage par ici, croyez-nous, ça ne sera certainement pas le dernier !

Pour en prendre plein les yeux, comptez sur un patrimoine d'exception. Nous avons la chance de conserver un patrimoine riche et varié qui vous fera voyager dans le temps : vous serez émerveillés par la visite de la cathédrale de Coutances ou tomberez sous le charme de Regnéville-sur-Mer, en arpentant les rues de ce village de marins typique avec vue imprenable sur le havre de la Sienne.

Si vous cherchez à vous dépenser, la campagne et le littoral seront des terrains de jeu parfaits, que ce soit pour vous ressourcer ou faire le plein de sensations ! Vivant, notre territoire est une terre d'événements, l'année est cadencée par de grands rendez-vous et de nombreuses animations tels que festivals, compétitions sportives, fêtes traditionnelles, etc.

Enfin, pour une escapade totalement réussie, ne partez pas sans avoir goûté à toutes les saveurs de notre terroir entre terre et mer, parmi lesquelles la star locale : l'huître, fruit de la passion de nos travailleurs de la mer ou encore l'andouille et le cidre pour déguster la pure tradition.





Gouville-sur-Mer
& Blainville-sur-Mer

P. 16

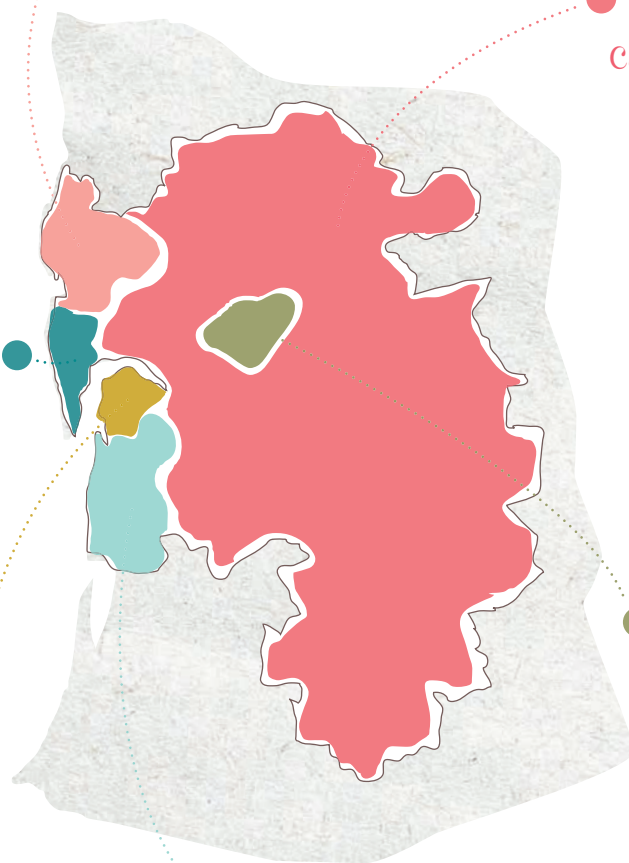


Campagne bucolique
P. 26



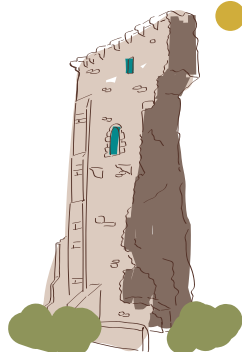
Agon-Coutainville

P. 12



Coutances

P. 8



Regnéville-sur-Mer

P. 24

Hauteville-sur-Mer
et ses environs

P. 20





COUTANCES^{C3}

Rencontre avec les trésors de la cité historique

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. Coutances est un incontournable lors de votre séjour dans la Manche.



Le musée Quesnel-Morinière



La rue Quesnel-Morinière



Le jardin des plantes

• Les incontournables •

LE JARDIN DES PLANTES

Un écrin de verdure situé au cœur de la ville. Particularité : ses jardiniers perpétuent une tradition coutançaise datant du XIX^e siècle nommée « mosaïciculture ». Magnifique à toutes les saisons, les enfants apprécieront de gambader dans le labyrinthe végétal que des générations ont parcouru.

UN ITINÉRAIRE DÉCOUVERTE

Arpentez le centre-ville à pied à votre rythme pour ne pas passer à côté de l'essentiel ! Demandez le circuit historique dans l'un de nos bureaux d'information touristique – gratuit.

LA 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.

Nos recommandations

— Visiter

- **Le musée Quesnel-Morinière :**

cet ancien hôtel particulier abrite une riche collection de peintures, estampes, sculptures, dessins et céramiques allant du XVII^e siècle au XXI^e siècle. Le musée accueille des expositions temporaires variées.

- **L'église Saint-Pierre :** poussez la porte de cet édifice catholique mêlant style gothique flamboyant et Renaissance.
(Travaux en 2026, l'accès peut être perturbé.)

- **Le circuit des trois vallées :**

partez pour un itinéraire de 12 km offrant des points de vue inédits sur la ville et sa campagne verdoyante. Demandez le circuit détaillé dans nos bureaux d'information touristique.

- **Bois des Vignettes :** à deux pas du centre-ville, ce bois de 13 hectares est un lieu propice à la promenade, c'est aussi un point de départ idéal pour une sortie trail ou vtt. Profitez du calme et de la beauté de la nature omniprésente pour vous ressourcer.

- **Rues commerçantes :** parfait pour une session shopping, le centre-ville regroupe de nombreuses boutiques pour dénicher quelques souvenirs.

- **Le marché :** tous les jeudis matin s'installe le marché de Coutances sur la place du Parvis de la cathédrale. Un rendez-vous coloré où l'on retrouve producteurs, foodtrucks et artisanat.



- **La Galerie des sept :** galerie

d'artisans d'art et de créateurs locaux qui accueille également des expositions artistiques.

— Manger

- **La Table du Hameau Guilbert :**

une histoire familiale des champs à l'assiette, ici, dégustez 7 jours sur 7 les produits de leur ferme.

- **Kalamansi :** table raffinée pour une expérience gastronomique.

- **Les Bons Amis :** une cuisine bistro simple et généreuse à partager.

- **À 3 pas :** la jeune cheffe passionnée propose une cuisine locale originale et de saison.

— Boire un verre

- **Le Poulailier :** parfait pour prendre un verre au pied de la cathédrale.

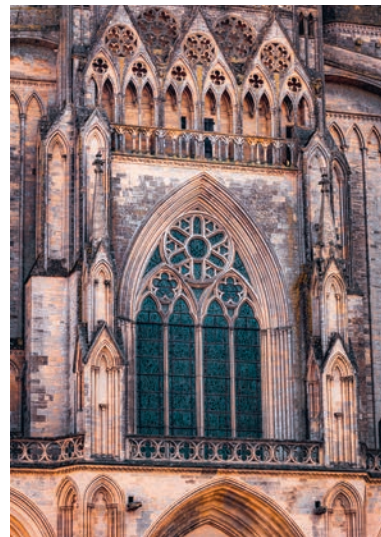
- **Le Chat qui boit :** petit bar de quartier à l'ambiance chaleureuse où les boissons locales sont mises à l'honneur.

“ Avec son passé de capitale religieuse, Coutances est un incontournable lors de votre séjour dans la Manche... ”

• Focus sur •

LA CATHÉDRALE

La 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^e siècle, la cathédrale telle qu'on la voit aujourd'hui fut élevée au XII^e 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 tels que son bel ensemble de verrières médiévales. Statuaire, mobilier et autres curiosités de la deuxième moitié du XX^e siècle sont également à découvrir.

• 3 façons de la visiter •

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 l'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 lieu.



> Disponible au bureau d'information touristique de Coutances, 3€.

Visite insolite

Visitez avec un guide conférencier les parties hautes de la cathédrale. Le service patrimoine, archives & musées propose une visite guidée surprenante qui vous mènera à la découverte des coulisses de ce joyau typique de l'art gothique normand.

> Pour participer, il est impératif de réserver auprès de Coutances Tourisme au 02 33 19 08 10 (visite interdite aux - 10 ans).



AGON-COUTAINVILLE ^{CI}

Le bonheur à partager en bord de mer

Agon-Coutainville est une station balnéaire familiale. Tantôt dynamique et animée, tantôt sauvage et naturelle, elle 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 des machines à sous au casino ?



Le promenoir



Le phare de la pointe d'Agon

• Les incontournables •

LE PROMENOIR

À pied ou à vélo, un lieu vivant, idéal pour se promener face à la mer et profiter de l'air marin tout en contemplant l'architecture balnéaire.

L'ARCHITECTURE BALNÉAIRE

Une balade au fil des rues de la station permet d'admirer les maisons typiques et les villas contemporaines, un petit voyage dans le temps pour apprécier l'évolution de l'architecture du XIX^e siècle à nos jours.

LA POINTE D'AGON & SON PHARE

Site naturel incontournable des promeneurs et amoureux de la nature qui peuvent parcourir ses grandes étendues entre dunes et prés-salés, entre mer et havre de Regnéville.

> *En savoir plus : page 15.*

Nos recommandations

— Visiter

- **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.
- **Le petit musée du littoral et de la mer** : ouvert l'été, pour tout savoir des espèces de notre littoral et des bonnes pratiques à adopter pour la pêche à pied.
- **Le vieux Coutainville, le vieil Agon** : la rue d'Agon et la rue de Blainville font partie des rues anciennes. Elles ont conservé jolis manoirs, villas, ruelles et murets en pierre qui vous feront tomber sous le charme.
- **La mare de L'Essay** : parfaite pour partager un bon moment en famille à l'ombre des pins. Mare, pédalos, pétanque, jeux pour enfants, tables de pique-nique.
- **Le casino** : divertissez-vous aux tables de jeux ou machines à sous dans ce casino, héritage de la création de la station balnéaire.
- **Hippodrome du Martinet** : assistez aux courses de trotteurs entre juin et août.
- **Le golf** : situé à deux pas de la mer et ouvert depuis 1919, ce golf propose un parcours 18 trous dans un cadre verdoyant.

“
Tantôt
dynamique
et animée.
tantôt
sauvage et
naturelle...
”



— Manger

- **Le Manchot** : adresse conviviale autour d'une cuisine entre terre et mer qui varie en fonction de la saison.
- **L'Écume** : une vue panoramique sur l'océan et des plats savoureux qui évoluent au fil de la saison.
- **La Sucette Chaude** : ce confiseur est le repère des gourmands, cette institution coutainvillaise est un régal pour les papilles et pour les yeux.

// Les bars à huîtres //

- **La Belle Ostréa** : une dégustation iodée en plein centre de la station balnéaire.
- **Chez le Père Gus** : depuis le hangar ostréicole, goûtez aux huîtres et fruits de mer de la production familiale.

— Boire un verre

- **Les enfants de chœur** : le café de village qui anime le bourg d'Agon.
- **La Plancha** : le meilleur spot pour boire un verre face à la mer en toute décontraction.

• Focus sur •

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 !



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-sur-Mer.

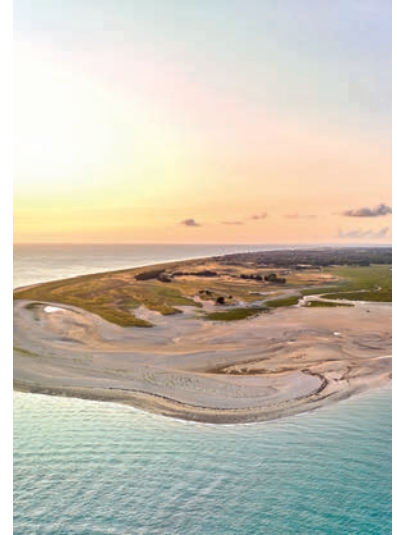
Le monument Lechanteur

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.



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, les herbues sont aussi fréquentées par 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 et les bécasseaux sanderlings...



Un lieu d'exception

Selon que la marée est montante ou descendante, les paysages changent et offrent une vision inédite des lieux. Pour la promenade : optez pour l'itinéraire de votre choix en passant par les plages de sable fin ou par les herbues et découvrez des panoramas époustouflants. Vous pouvez également suivre le tracé du GR 223 qui fait le tour de la pointe.

• **Pratique** : afin de découvrir la pointe d'Agon dans le respect de l'environnement, une aire de stationnement gratuite se trouve à l'entrée du site. Accessible toute l'année.



GOUVILLE-SUR-MER & BLAINVILLE-SUR-MER^{B1-C1}

L'air marin qui souffle sur vos vacances

Deux endroits pour passer un séjour tourné 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 plaisirs de la pêche à pied ou des sports nautiques.



Le phare de Gouville-sur-Mer



Les parcs à huîtres de Blainville-sur-Mer



La plage de Gouville-sur-Mer

• Les incontournables •

LES CABINES 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 leurs toitures multicolores. Apparues au début du XX^e 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.

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.

L'OSTRÉICULTURE ET 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.

Nos recommandations

— Visiter

- **La « rue des libraires » à Blainville-sur-Mer :** belles demeures d'anciens libraires à admirer rue de Bas.
- **Le moulin de Gouville-sur-Mer :** construit en 1870 et restauré en 2014, suivez la visite qui vous fera découvrir le savoir-faire du meunier et les étapes de fabrication de la farine.
- **La chapelle des marins à Blainville-sur-Mer :** visitez cette chapelle privée qui fait partie du manoir de Gonnevillle. Elle abrite plusieurs ex-votos marins en témoignage des terre-neuvas.
- **Le corps de garde de Gouville-sur-Mer :** niché dans les dunes, cette cabane de pierre abritait les douaniers qui surveillaient les côtes des invasions anglaises. Elle est parfois surnommée cabane Vauban.

— Manger

- **Les Dunes à Gouville-sur-Mer :** ce restaurant au pied de la plage propose une carte variée de plats savoureux.
- **Le Swax à Gouville-sur-Mer :** bar à huîtres où déguster de bons produits de la mer dans une ambiance décontractée.



- **Le Grand Herbet à Blainville-sur-Mer :** un lieu idéal pour boire un verre ou manger en tête à tête avec la mer.

- **Le Mascaret à Blainville-sur-Mer :** dans ce restaurant gastronomique et étoilé, le chef Philippe Hardy concocte une cuisine alliant tradition et modernité à partir des produits locaux et de saison.

- **Les Blainvillais à Blainville-sur-Mer :** crêperie originale et chaleureuse où chaque plat raconte une histoire de passion et d'authenticité.

— Boire un verre

- **Le Boa à Gouville-sur-Mer :** ambiance détendue et musicale pour prendre un verre en face de la mer tout au long de la saison estivale.
- **La Cale et La Cabane à Blainville-sur-Mer :** deux bonnes adresses atypiques avec ambiance décontractée et pieds dans le sable !

“
Profitez des richesses de la mer au rythme des marées...
”

• Focus sur •

L'HUÎTRE, PRODUIT D'EXCEPTION DE NOS CÔTES

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



Caractéristiques de l'huître de la côte ouest

Sur la côte ouest du Cotentin, de la baie de Granville à Port-Bail-sur-Mer, 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.

Ses vertus

Riche en vitamines et en oligoéléments, faible en matière grasse, l'huître allie plaisir gustatif et intérêt nutritif. Elle fait partie des aliments les plus riches en protéines, juste après la viande rouge. Les oméga 3 (lipides indispensables au bon fonctionnement du système immunitaire) qu'elle contient, contribueraient à réduire le mauvais cholestérol et permettraient ainsi d'éviter certaines maladies cardiovasculaires ou encore, aideraient à soulager les maladies inflammatoires comme l'arthrite et l'asthme.

Expérience iodée

En saison, partez à la rencontre du monde ostréicole en participant à une balade commentée des parcs à huîtres. Demandez le programme dans nos bureaux d'information touristique.

Où les acheter, où les déguster ?

Chez les restaurateurs ou dans les bars à huîtres de la côte. Les producteurs les vendent sur les marchés ou directement depuis leurs ateliers ostréicoles.



HAUTEVILLE-SUR-MER & SES ENVIRONS^{E1}

Naturellement apaisant

Goûtez à la douceur de vivre des lieux. La quiétude et l'authenticité sont les maîtres-mots de cette portion de notre littoral préservé. Ici, prenez le temps d'apprécier ces petits bonheurs simples qui deviendront les meilleurs souvenirs de vos vacances ! Ce bout de paradis est idéal pour pratiquer de nombreuses activités sportives telles que char à voile, escalade, balade à cheval sur la plage, rando et vélo en parcourant les grands espaces naturels.



• Les incontournables •

LA PÊCHERIE LA MAILLARD À HAUTEVILLE-SUR-MER

La pêcherie est un piège à poissons en bois datant d'un autre temps qui se découvre à marée basse. Patrimoine maritime rare, les pêcheries sont l'œuvre d'une technique de pêche ancestrale. Rencontrez Jean-Claude Lepeu lors de visites uniques, qui l'exploite et l'entretient.

LES DUNES D'ANNOVILLE

Espace naturel d'exception et premier site dunaire classé, les dunes d'Annoville 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

À ne pas manquer ! Le marché de Hauteville-sur-Mer est l'un des plus attractifs pour sa diversité d'exposants. Animé et coloré, ce marché répondra à vos attentes toute l'année.

Nos recommandations

— Visiter

- **La Sienne** : ce fleuve de 92,6 km traverse notre destination et se jette dans le havre de Regnéville. On peut y pratiquer le kayak, le stand up paddle ou encore la pêche et ainsi découvrir les méandres du cours d'eau de manière inédite.

- **Le promenoir de Hauteville-sur-Mer** : parfait pour se balader face à la mer en famille.

- **Deux sites d'escalade à Montmartin-sur-Mer** : pratiquez en extérieur dans une ancienne carrière de pierre, ou en intérieur sur une surface de grimpe de plus de 600 m².

- **Le havre de la Vanlée, côté Lingreville** : très peu fréquenté, le havre est un véritable lieu de quiétude et de calme. Son côté naturel en fait sa force et il s'en dégage une ambiance de bout du monde.

- **Le pont de la Roque** : longtemps unique lieu de passage entre les communes côtières et la ville de Coutances, ce pont constitué à l'origine de 11 arches fut détruit par les bombardements alliés en 1944. C'est un endroit propice pour admirer le phénomène du mascaret.



— Manger

- **La Mer Ô vent à Hauteville-sur-Mer** : terrasse surplombant la plage et cuisine savoureuse.

— Boire un verre

- **Bistrot la Moussette à Hauteville-sur-Mer** : lieu convivial pour siroter la bière brassée localement, la Moussette.

- **La Minoterie à Quettreville-sur-Sienne** : dégustez un cidre ou poiré produits sur place dans cette ancienne minoterie à l'ambiance guinguette !

“ Des espaces naturels où pratiquer de nombreuses activités sportives. ”



REGNÉVILLE-SUR-MER^{D1}

Le coup de cœur assuré !



Dans 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 havre de paix.

Découvrez ce village hors du temps au paysage modelé par les marées et aux rues habillées de nombreuses maisons en pierre de Montmartin.

Prolongez l'escapade en partant à l'abordage de la beauté inédite de ses hameaux avoisinants, Grimouville et Urville, notre petit bout du monde !

Nos recommandations

– Visiter

- **Circuit découverte :** explorez ruelles et curiosités locales au fil d'une balade d'environ 1h à pied. L'itinéraire au format papier est disponible gratuitement à l'accueil de nos bureaux d'information touristique ou téléchargeable sur : www.tourisme-coutances.fr

- **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 :** dans ce restaurant aux allures de pub, on déguste des plats du jour toujours savoureux et à base de produits locaux.

- **La Baie :** en salle comme en terrasse, admirez la vue exceptionnelle sur le havre de la Sienne et la pointe d'Agon autour d'une cuisine raffinée.

– Boire un verre

- **La Petite Gare :** petit café-boutique logé dans une ancienne gare, terrasse face à la baie de Sienne, vue imprenable !!



La cour du château de Regnéville



Le havre de Regnéville



La cour à Tôt

• Les incontournables •

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^e 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 l'histoire de la commune. Restaurées, la conciergerie et les ailes du château accueillent régulièrement des expositions.

LES FOURS À CHAUX DU REY

Construits au XIX^e siècle et inscrits aux Monuments historiques, ils forment un ensemble exceptionnel, témoin du passé industriel du lieu. Accédez librement à ce site lié à l'utilisation de la chaux en suivant le parcours d'interprétation. Profitez-en pour passer la porte du musée maritime situé juste à côté qui aborde le riche passé du port de Regnéville et les métiers associés à la mer.

LE HAVRE DE LA SIENNE & LE PORT D'ÉCHOUAGE

Il est le plus grand du Cotentin avec sa superficie de 1800 hectares et possède une faune et une flore très importantes. On le visite avec un guide pour en découvrir toutes les richesses et particularités. Le havre abrite un port d'échouage de 90 mouillages qui connut son apogée au XIX^e siècle grâce à son emplacement stratégique entre commerce de la chaux, pêche côtière et terre-neuvas.



CAMPAGNE BUCOLIQUE

Escapade sous les pommiers

Empruntez les petites routes de notre jolie campagne ou enfiler les chaussures de randonnée à l'assaut des sentiers. De Saint-Sauveur-Villages à Gavray-sur-Sienne, prenez le temps d'admirer tous les trésors dont regorge cette nature préservée : points de vue inédits et vieilles pierres cachées vous feront tomber sous le charme du bocage typiquement normand !



Pont à Ver



L'abbaye de Hambye

• Les incontournables •

ABBAYE DE HAMBYE

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

> Pour en savoir plus, rendez-vous page 40.

FOIRE SAINT-LUC DE GAVRAY-SUR-SIENNE

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

CHÂTEAU DE CERISY-LA-SALLE

Le château construit au début du XVII^e siècle est aujourd'hui un Centre Culturel International où sont organisées des rencontres culturelles et scientifiques. Des visites guidées de l'édifice sont organisées en juillet-août.

Nos recommandations

– Visiter

• **Musée Tancrede 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 le royaume de Sicile. 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, vivants et défunts réunis. Vue imprenable sur la campagne depuis l'étage.

• **Site archéologique du château ducal de Gavray-sur-Sienne** : 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 ; des panneaux retracent l'histoire de ce lieu stratégique durant le Moyen Âge.

• **Église de Savigny** : surprenante, cette église romane recèle quelques curiosités du passé : des détails architecturaux sculptés du XII^e siècle, un bas-relief du Christ en majesté et surtout des peintures murales dont une curieuse Cène du XVI^e siècle où sont représentés 13 apôtres.

• **Itinéraire entre le village Mauny à Hambye et La Baleine** : sillonnez les petites routes sinueuses et admirez le paysage vallonné.



Mausolée Letenneur à Roncey

• **L'Andouillerie de la Baleine à Gavray-sur-Sienne** : cette andouillerie propose une visite des lieux pour faire découvrir son savoir-faire. Retrouvez dans la boutique une sélection de produits locaux et la charcuterie maison.

• **La distillerie Montjoie** : Léa produit artisanalement du gin, du pastis et des liqueurs dont les saveurs évoluent selon la saison.

– Manger

• **L'Auberge de l'abbaye à 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.

• **Le Krill à La Baleine** : cuisine du terroir et grillades au feu de bois dans ce restaurant niché au cœur d'un village charmant.

– Boire un verre

• **Au Courcy'rcuit à Courcy** : ce bar – épicerie convivial et solidaire fait revivre le petit bourg. De nombreux événements y sont organisés.

“ Trésors
et vieilles
pierres,
tombez sous
le charme
du bocage
typiquement
normand !

”



VIVRE

au rythme des marées

• 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'accorde au rythme des marées. La côte réunit de nombreuses activités variées qui évoluent au fil des saisons.



Profiter de la mer en toute saison...



Hiver : admirer les tempêtes et le spectacle des grandes marées.



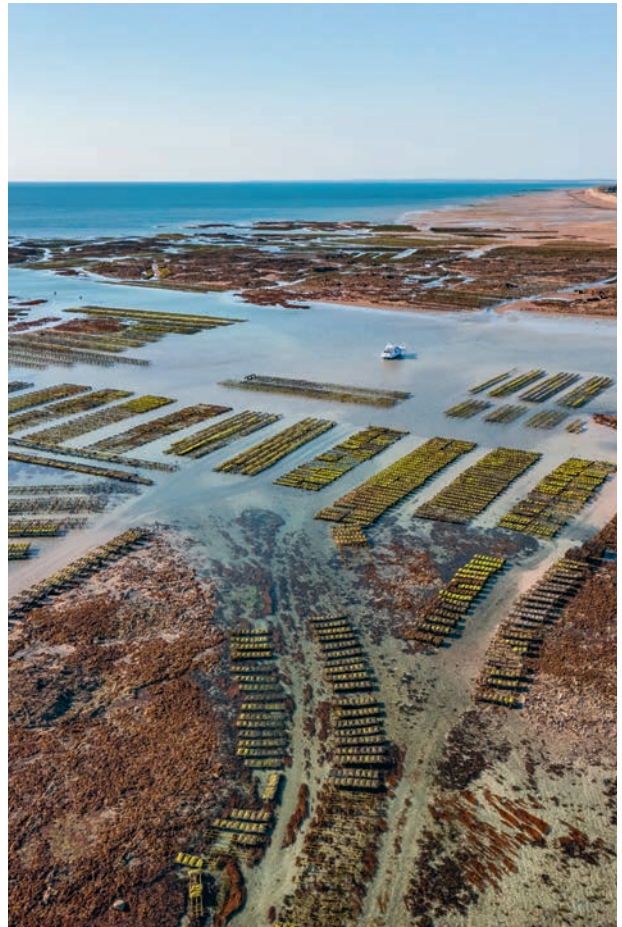
Printemps : partir pour une session pêche à pied.



Été : opter pour un pique-nique sur le sable au coucher du soleil.



Automne : tester le char à voile ou un sport nautique.



Déguster les produits de la mer

Iodés, frais, savoureux... Quelques adjectifs qui caractérisent bien les produits de la mer que l'on peut pêcher sur nos côtes. On les trouve sur les étals des marchés ou directement chez les producteurs 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.

Les travailleurs de la mer

Grande région ostréicole et mytilicole, notre littoral est le témoin du ballet quotidien des travailleurs de la mer, ces hommes et femmes s'affairent au cœur des éléments naturels tout au long de l'année. On observe les allées et venues des tracteurs et bateaux qui s'accordent au tempo de la marée. La conchyliculture est un secteur important de l'économie locale. Primée, valorisée, l'excellence de nos produits de la mer n'est plus à faire... La Normandie est la première région productrice d'huîtres de France.

Plages + baignade

Farniente, bain de mer, château de sable, pique-nique, coucher de soleil, bronzette... Parfois active et animée, parfois sauvage et déserte, chacun trouvera la plage qui lui ressemble !

Plages surveillées

(En juillet - août)

- **Agon-Coutainville** : plage du centre, rue Dramard, plage du Passous
- **Hauteville-sur-Mer** : cale sud
- **Gouville-sur-Mer** : plage de la cale

VIVRE

au rythme des marées

• 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.



Les grandes marées 2026 : admirez le spectacle !

Dans la Manche, que la mer soit haute ou basse, offrez-vous des paysages à couper le souffle ! On parle de grandes marées lorsque les coefficients de marée sont les plus élevés, c'est-à-dire supérieurs à 90. Voici les dates :

Du 3 au 6 janvier **coefficient max 96**
Du 2 au 5 février **coefficient max 99**
Du 18 au 21 février **coefficient max 97**
Du 2 au 5 mars **coefficient max 99**
Du 18 au 22 mars **coefficient max 104**
Du 1^{er} au 3 avril **coefficient max 93**
Du 16 au 20 avril **coefficient max 105**

Du 16 au 19 mai **coefficient max 99**
Du 15 au 18 juin **coefficient max 95**
Du 14 au 18 juillet **coefficient max 98**
Du 12 au 16 août **coefficient max 102**
Du 29 au 31 août **coefficient max 93**
Du 10 au 14 septembre **coefficient max 102**
Du 26 au 30 septembre **coefficient max 99**
Du 9 au 12 octobre **coefficient max 95**
Du 26 au 29 octobre **coefficient max 100**
Du 24 au 27 novembre **coefficient max 97**
Du 24 au 27 décembre **coefficient max 99**

6 conseils

**pour pratiquer la pêche à pied
de manière responsable
et en toute sécurité**

- 1. Regarder la météo** et l'horaire de la marée ;
- 2. S'équiper d'une montre, d'une boussole et d'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 zones et périodes de pêche ;**
- 5. Dès que la mer se retire, on peut partir pêcher partout.** Cependant, **pensez 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 ;
- 6. Respecter les tailles et limites journalières imposées.**



Les marées, comment ça marche ?

La marée, c'est le mouvement quotidien de la mer. La force de la lune et du soleil exercées sur la Terre provoquent 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.

Sorties découvertes + 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 espèces à pêcher sur nos côtes

• **Des coquillages** : coque, palourde, praire, huître, moule, couteau...

• **Des crustacés** : homard, tourteau, araignée de mer, étrille...



LES HAVRES

une curiosité à l'état sauvage

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.

La côte ouest de la Manche est ponctuée de huit estuaires appelés « havres ». Envahis par la marée deux fois par jour, ces espaces changent continuellement et abritent une faune et une flore remarquables. Tous classés sites Natura 2000, ce sont de vastes espaces naturels préservés et méconnus qui présentent un patrimoine naturel d'une grande beauté. Utilisés autrefois comme ports ou pour l'extraction de la tange, ils accueillent aujourd'hui les activités ostréicoles, agricoles et touristiques.

Nos 4 havres

• Le havre de Blainville

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

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

• Le havre de Regnéville

Aussi nommé havre de la Sienne, il est le plus grand des havres de la côte ouest ! Entouré par le village de Regnéville-sur-Mer et par 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.



Le havre de Blainville-sur-Mer

Lexique

- **Salicorne** : appelée aussi cornichon de mer, pousse dans les prés-salés, cueillette réglementée, très savoureuse.
- **Plantes halophiles** : plantes adaptées aux milieux salés.
- **Agneaux & moutons de prés-salés** : élevées dans les pâturages de prés-salés, les bêtes se nourrissent de la végétation halophile à forte salinité et teignent en iode, ce qui donne à la viande un goût particulier incomparable.

Visiter les havres

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

- *Demandez les dates des prochaines sorties dans l'un des bureaux d'information touristique.*
- *Empruntez le GR 223 qui suit tout le littoral manchois, pour sillonner les bords des havres.*

Pratiquer des activités sportives

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

SLOW TOURISME

Respirer, découvrir, préserver

Prendre le temps de voyager autrement, c'est aussi une façon de mieux profiter de ses vacances. Ici, la nature, les paysages et les savoir-faire locaux font partie de ce qui rend le territoire unique. En adoptant quelques gestes simples et de bon sens, chacun peut contribuer à les préserver, tout en vivant une expérience plus authentique et plus respectueuse. Ces valeurs d'éco-responsabilité sont avant tout une invitation à ralentir, à observer et à savourer pleinement votre séjour.

6 conseils

pour un séjour plus respectueux

- 1. Privilégiez les déplacements en mobilité douce :** à vélo (location), à pied. Pensez au covoiturage avec le Rézo-Pouce et bénéficiez du tarif bas-carbone (dispositif normand - tarifs réduits dans de nombreux lieux de visite si vous êtes venus en car, train, vélo).
- 2. En vacances, c'est comme à la maison,** il faut trier vos déchets et ne pas en laisser dans la nature.
- 3. Découvrez les spécialités du territoire et consommez local :** producteurs locaux, marchés.
- 4. Même en Normandie, l'eau est à protéger :** limitez votre consommation d'eau.
- 5. Ne laissez pas de traces de votre passage dans la nature :** limitez votre empreinte, ne prélevez pas de végétaux, respectez les tailles et quantités récoltées lors de la pêche à pied.
- 6. Venez hors saison :** pour bien se ressourcer et profiter des grands espaces.



Démarche Equinoxe

Laissons une empreinte positive

Equinoxe est une démarche d'hospitalité, un engagement partagé pour préserver ce qui fait l'essence de la Manche : ses grands espaces, sa biodiversité riche et son art de vivre authentique. Elle incite les visiteurs à réfléchir à l'empreinte qu'ils laissent et propose aux habitants de se faire les relais et prescripteurs de ces comportements vertueux. Portée par les offices de tourisme et par Attitude Manche, Equinoxe est une démarche soutenue par

les acteurs de la préservation du territoire, de la sécurité des usagers et par les collectivités locales.



3 engagements collectifs à la démarche :

- Observons ce qui nous entoure et vivons en harmonie
- Préservons nos milieux et respectons leur équilibre
- Soyons ouverts et apprenons les uns des autres



L'abbaye de Hambye

VISITER

Découvrez les trésors de notre territoire



Retrouvez tous les sites, lieux de visite
et leurs informations pratiques.



ÉVEILLER SA CURIOSITÉ

Le coutançais se caractérise par un patrimoine exceptionnel. Ce Pays d'art et d'histoire abrite grands sites touristiques et petit patrimoine à découvrir absolument pendant votre séjour. Patrimoine religieux, architecture balnéaire, châteaux, jardins, musées... Amoureux des vieilles pierres, optez pour la visite qui vous fera voyager à travers l'histoire locale.



La cour du château de Regnéville

À NE PAS MANQUER !

Parmi les visites à ne pas manquer sur le territoire, trois monuments invitent à remonter le temps : la cathédrale Notre-Dame de Coutances, typique de l'art gothique normand, l'abbaye de Hambye, ensemble monastique remarquable au cœur du bocage, et le château de Gratot, ancienne demeure fortifiée qui dévoile cinq siècles d'histoire et de légende.



Moulin de Gouville-sur-Mer

SORTEZ DES SENTIERS BATTUS

Osez vous éloigner des grands sites touristiques pour découvrir les petits trésors cachés. Souvent méconnus, ils en disent pourtant long sur l'histoire régionale et ses particularités... Parmi lesquels : clochers d'églises de villages, fours à chaux témoins d'une activité industrielle révolue, pêcheries en bois, un étrange mausolée et bien d'autres curiosités locales.

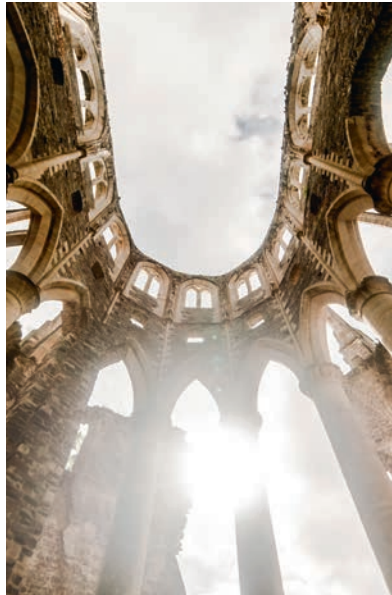


Corps de garde à Gouville-sur-Mer

· Focus sur ·

L'ABBAYE DE HAMBYE

Fondée au XII^e 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 sa communauté aux XVII^e et XVIII^e siècles pour finalement s'éteindre à la veille de la Révolution française. En partie démantelée au XIX^e siècle, elle est sauvée grâce à l'intervention de la famille Beck en 1956.

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. Votre visite vous mènera à l'église abbatiale, à la porterie, à la maison des convers, aux bâtiments monastiques dont la salle capitulaire est un joyau de l'art gothique normand.

« **Hambye 3D** » : grâce à des tablettes tactiles placées sur le parcours de visite, découvrez le monastère au Moyen Âge.

Pratique : ouvert d'avril à octobre

Tout un programme !

Une riche programmation anime le lieu : *la nuit des musées* en mai, des ateliers thématiques pour enfants et adultes, des soirées théâtralisées, des concerts en été, un marché de Noël... Sans oublier les expositions.

L'astuce en +

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

Route de l'abbaye - 50450 Hambye
02 33 61 76 92
abbaye-hambye.manche.fr



• Focus sur •

LE CHÂTEAU DE GRATOT

Laissez-vous conter l'histoire de cette ancienne demeure fortifiée située dans un cadre bucolique et enchanteur.



Érigé entre le XIII^e et le XVIII^e siècle dans un environnement merveilleux, le charmant château de Gratot a appartenu pendant cinq siècles à la famille d'Argouges puis a été abandonné au XX^e siècle. Restauré à partir de 1968, grâce à un chantier de bénévoles, l'ensemble de l'édifice reprend depuis vie avec les visites et événements qu'il accueille. Entouré de douves, il possède une architecture variée qui s'est enrichie au fil des époques. L'atmosphère reste imprégnée du temps d'Andaine, la fée des sources claires.

Les visites

Le château se visite librement. Le parcours vous mènera à la maison seigneuriale, au pavillon du XVIII^e siècle, aux caves voutées, aux deux tours et aux communs. 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 (de 10h à 17h de novembre à février). Un document de visite vous sera remis à l'entrée.

Tout un programme !

Le château organise de nombreuses manifestations et expositions dont *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.

80, rue d'Argouges - 50200 Gratot
06 64 01 05 82 - 02 33 45 18 49
www.chateaugratot.com



L'abbaye de Hambye

VISITES GUIDÉES

Voyages guidés : l'évasion sous toutes ses formes

Suivez nos guides inspirés à travers des visites guidées qui vous invitent à découvrir la destination autrement. Laissez-vous séduire en explorant des lieux méconnus où points de vue inédits et anecdotes captivantes viendront enrichir votre séjour.



Le jardin des plantes de Coutances

JARDINS

En campagne ou en ville, jardin atypique, d'artistes, collection de plantes, arbres remarquables...

Découvrez les univers botaniques de passionnés lors de la visite d'un jardin privé ou public.



• Focus sur •

3 SUGGESTIONS DE VISITES



Balade d'Anton

Sortie commentée d'1h45 sur l'estran, le temps d'une basse mer, confortablement installés et abrités à bord d'une remorque tractée, vous partirez à la découverte de la mytiliculture et de l'ostréiculture à proximité des tracteurs, grues, barges des travailleurs de la mer. Une visite insolite de la pêcherie vous mènera jusqu'à un patrimoine maritime ancestral, encore utilisé par les propriétaires et unique en son genre. Et pour déguster de bonnes huîtres, optez pour la balade gourmande.

Agon-Coutainville
www.labaladedanton.fr



Voyage dans le temps avec un guide conférencier

Plongez dans l'histoire de notre région riche en patrimoine architectural, culturel et paysager lors de visites guidées passionnantes où chaque pierre raconte une histoire. De la majestueuse cathédrale de Coutances à l'architecture balnéaire d'Agon-Coutainville, vous serez séduits par la beauté et les secrets du territoire, guidés par les experts locaux du Pays d'Art et d'Histoire. De février à décembre, tout un programme de visites à thème vous attend. Une expérience unique pour les passionnés ou les curieux.

www.tourisme-coutances.fr

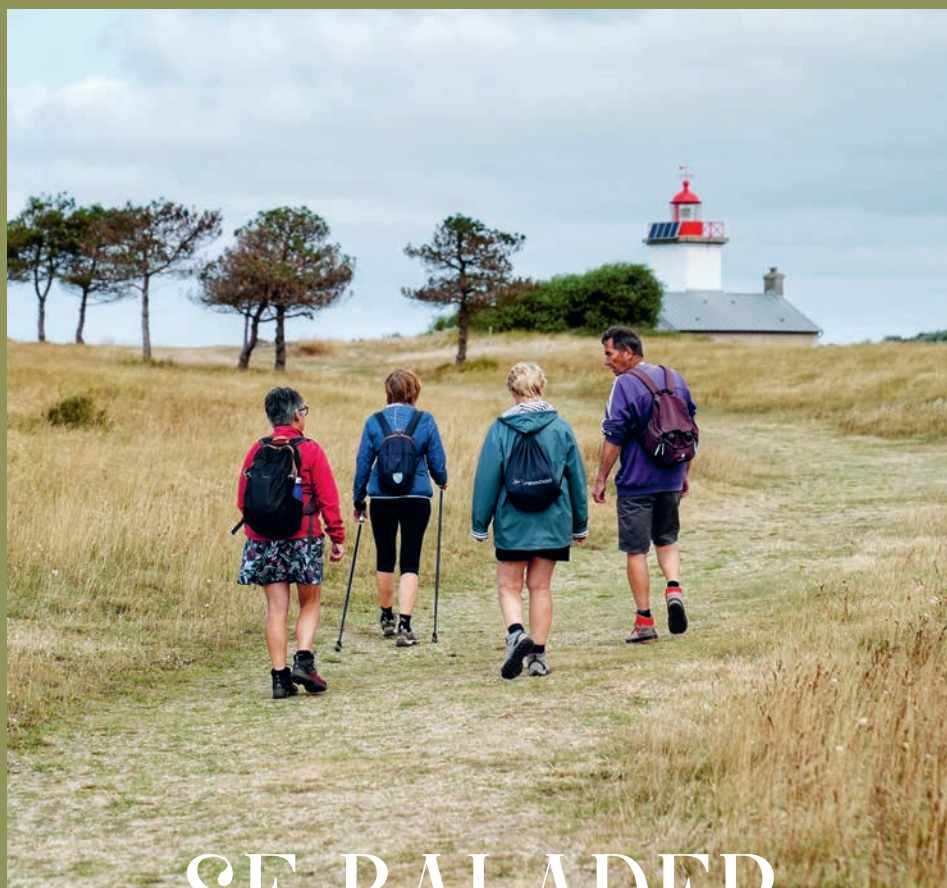


Le jardin du Revers, un jardin d'artistes

Laissez-vous transporter par la magie du Jardin du Revers, un écrin de verdure où la nature dévoile toute sa beauté et son charme. Niché à Notre-Dame-de-Cenilly, dans le cœur de la Manche, ce jardin enchanteur est une véritable invitation à la promenade et à la contemplation. Louis Marie Catta, jardinier passionné, vous emmènera dans son univers propre, mêlant arts et jardin et stimulera votre imagination au fil des allées.

Jardin du Revers
 Notre-Dame-de-Cenilly
 f Jardiner en paix

← Flashez les Qr codes à gauche pour accéder à toute l'offre de visites.



SE BALADER

Ressourcez-vous en pleine nature...



Parcourir les chemins de campagne à vélo, marcher le long du littoral, se balader au cœur du bocage... Admirez la beauté des paysages en suivant les sentiers balisés et voies aménagées.



FICHES RANDO & VÉLO

36 circuits pédestres et 6 circuits vélo sont disponibles. Testez une offre d'itinéraires variés en terme de paysages et de distances. Un moyen incontournable et privilégié de découvrir le vrai visage du territoire !

• **Tarif : 0.50€ la fiche randonnée**

(packs promos à retrouver dans nos bureaux d'information touristique).

Malin : téléchargez-les directement sur votre smartphone, gratuitement, depuis notre site internet ou en vous connectant à l'une des applications randonnées suivantes : *MaRando* et *Cirkwi*.



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. Retrouvez les prochaines sorties sur l'agenda en ligne et dans nos bureaux d'information touristique.



CHEMINS 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. **+ d'infos sur : www.attitude-manche.fr/randonner**

GR 221* : long de 106 km, ce GR relie Tessy-Bocage au pont de la Roque. Il permet de découvrir le centre Manche et les richesses du bocage manchois.



Nos recommandations

— Tester

• **La traversée du havre de Regnéville-sur-Mer** : accompagné d'un guide, laissez-vous séduire par cette visite nature au cœur d'un espace méconnu et sauvage.

— Parcourir

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

— Profiter

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



Équitation à Hauteville-sur-Mer

SE DÉPENSER

Osez le terrain de jeu grandeur nature



Envie de vous dépenser et de vivre des aventures palpitantes lors de votre séjour à Coutances mer et bocage ? Profitez d'une multitude d'activités sportives pour tous les goûts ! L'occasion de profiter d'expériences uniques ou de tester vos limites dans nos magnifiques paysages. Que vous soyez passionnés de sensations fortes ou à la recherche de moments de détente en pleine nature, il y en a pour tous les profils. Venez bouger, vous amuser et vivre des vacances actives au cœur de notre destination !

Flashez pour retrouver toutes les activités sportives à pratiquer ici.



• Focus sur •

3 EXPÉRIENCES À DÉCOUVRIR



Char à voile. sensations de vitesse et aventure unique

Si vous cherchez une activité sportive qui combine adrénaline, nature et une sensation de liberté inégalée, le char à voile est une expérience incontournable. Sur les vastes plages de sable fin, propulsé par le vent, le char à voile offre une immersion unique, où la vitesse devient un véritable jeu. Ce sport accessible, encadré par des moniteurs passionnés, est l'occasion idéale de découvrir ou redécouvrir le littoral sous un angle dynamique et ludique.

*Agon-Coutainville, Gouville-sur-Mer,
Hauteville-sur-Mer*



Skimboard. le plaisir de la glisse

À la recherche d'une alternative au surf ? L'association Mauna Kea vous propose de vous initier au skimboard flat au bord de l'eau, une activité qui consiste à glisser en « aquaplaning » sur une planche en bois sur le rivage. Vous apprendrez à prendre l'élan nécessaire, à lancer votre planche et à sauter dessus au bon moment ! Facile d'accès, il n'est pas nécessaire de savoir nager pour pratiquer et faire le plein de sensations !

À partir de 7 ans.

*Agon-Coutainville
maunakea.fr*



Escalade. défiez la gravité et vivez une aventure verticale

Venez tester l'escalade en salle, idéale pour les débutants comme pour les grimpeurs aguerris ! Vous pouvez également vous initier au bloc, une pratique ludique et accessible, ou partir à l'assaut de la carrière de Montmartin-sur-Mer pour une expérience en milieu naturel. Que vous soyez en quête de sensations fortes ou simplement curieux de découvrir cette discipline, nos sites d'escalade vous offriront un cadre exceptionnel pour repousser vos limites.

*Montmartin-sur-Mer
www.horizon-vertical50.fr*

← Flashez le Qr code à gauche pour retrouver l'exhaustivité de l'offre sportive.



Plage de Hauteville-sur-Mer

SE DIVERTIR

Des activités toute l'année



Voici la liste des activités pour partager
de bons moments pendant votre séjour
sur notre destination !



Il pleut ?!

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

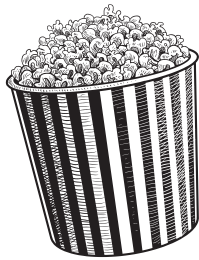


Besoin de réconfort ?

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 cet après-midi pluvieux ?

Et si on se cultivait ?

Profitez du mauvais temps pour découvrir deux musées du territoire : le musée Quesnel-Morinière de Coutances et le musée Tancrede à Hauteville-la-Guichard.

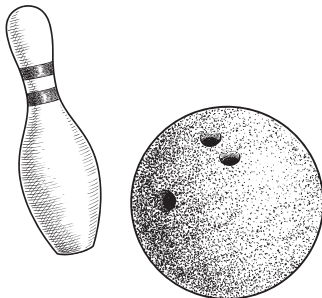


On se fait une toile ?

Direction le cinéma Le Long-courT à Coutances ou les 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. Pour dénicher un objet rare ou tout simplement voyager dans le temps !

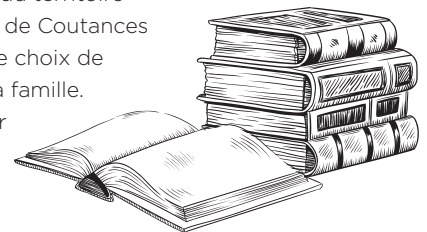


Besoin de se défouler ?

Direction le bowling ou la piscine à Coutances. Et pourquoi pas aller lancer quelques haches ?!

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.



Terre d'événements

*Musicaux, sportifs, traditionnels, vivez en 2026
les grands rendez-vous locaux lors de votre passage !*

Les jeudis 23 avril • 25 juin

9 & 23 juillet • 6 & 20 août

3 septembre & 22 octobre

Coutances mer et bocage

Zic sur le zinc

Apéro-concerts dans les bars.

www.tourisme-coutances.fr

Du 24 au 26 avril

Muneville-le-Bingard ^{A3}

Rock'n'trail

Du 8 au 16 mai

Coutances ^{C3}

45^e Jazz sous les pommiers

Festival de jazz international.

www.jazzsouslespommiers.com

Les 16 & 17 mai

Regnéville-sur-Mer ^{D1}

Extra-brut(es)

Salon vins et cidres naturels.

www.salonbrutes.com

Les 23 & 24 mai

Coutances ^{C3}

**14^e Salon de l'agriculture
près de chez vous**

Une centaine d'exposants présents
afin de promouvoir l'agriculture,
l'horticulture et le paysage

de notre région.

www.campusagri.fr

Dimanche 24 mai

Blainville-sur-Mer ^{C1}

Foire aux huitres

Dimanche 21 juin

Agon-Coutainville ^{C1}

Triathlon

Du 25 au 28 juin

Hambye ^{F5}

Dox'art Festival

Festival de musiques électroniques.

www.doxartfestival.com

Du 8 juillet au 19 août

Coutances ^{C3}

Jardin en scène

Concerts-spectacles chaque
mercredi dans le jardin des plantes.

www.coutances.fr

Du 10 au 12 juillet

Montmartin-sur-Mer ^{E2}

Chauffer dans la Noirceur

34^e festival de musiques actuelles.

www.chaufferdanslanoirceur.org

Samedi 11 juillet

Ouville ^{D4}

Motocross

Dimanche 12 juillet

Gouvville-sur-Mer ^{B1}

Fête de la mer

Les 1 & 2 août

Agon-Coutainville ^{C1}

**43^e Enduro pédestre
des sables**

Courses à pied sur la plage et à
travers les dunes d'un site naturel
exceptionnel.

www.endurodesables.fr

Samedi 22 août

Gouvville-sur-Mer ^{B1}

Les foulées gouvillaises

Les 21 & 22 août

Cerisy-la-Salle ^{D5}

Under Grange Festival

Festival de musique.

undergrangefestival.com

Du 29 août au 27 septembre

Coutances ^{C3}

Festival des Dahlias et Jardins

Plus de 400 variétés et 4 000 plants
de dahlias à découvrir, visites des
jardins, exposition d'art.

www.campusagri.fr

Les 16, 17 & 18 octobre

Gavray-sur-Sienne ^{G4}

Foire Saint-Luc

Samedi 24 octobre

Saint-Sauveur-Villages ^{B3}

Les Saints Sauveurs du Rock

Festival de rock.

www.2sdr.fr

Vendredi 30 octobre

Coutances ^{C3}

Trail d'Halloween

Trail nocturne urbain.

www.coutances.fr

Du 6 au 24 décembre

Coutances ^{C3}

Coutances fête Noël

Marché de Noël, parade, animations...

www.coutances.fr

Accédez à toutes les
manifestations du territoire



• Focus sur •

JAZZ SOUS LES POMMIERS

Depuis 1982, le festival Jazz sous les pommiers a lieu tous les ans pendant l'Ascension à Coutances. Il a acquis une renommée internationale et, avec plus de 70 000 spectateurs, c'est l'un des événements musicaux incontournables en Normandie. Pendant une semaine, toute la ville est en effervescence... Ne manquez pas ce rendez-vous musical !



Concert de Walid Ben Selim

Jazz sous les pommiers, c'est :

Des concerts

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

Spectacles & animations gratuites

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

Un village aux mille et une saveurs

De nombreux stands s'installent au cœur de l'événement et proposent plats locaux et saveurs du monde. L'occasion de déguster un bon verre de cidre ou une assiette de produits de la mer !

Des bars animés

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

Un dimanche en fanfares

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

Et c'est aussi...

Un événement engagé à réduire son impact environnemental, un camembert et une cuvée de cidre, une course « Jazz colore », des expos, des rencontres... Toute une ville qui vit au rythme du festival dans une ambiance inédite !

Pratique

Programmation

Retrouvez l'intégralité de la programmation sur : www.jazzsouslespommiers.com
> en 2026 : du 8 au 16 mai
> en 2027 : du 1^{er} au 8 mai

Hébergements

Trouvez un hébergement au plus près des concerts sur : www.tourisme-coutances.fr

Mobilité

Privilégiez les mobilités douces pour vous rendre au festival, bénéficiez des dispositifs de co-voiturage et du Rezo pouce. Favorisez la déambulation piétonne en centre ville, optez pour les navettes gratuites à votre disposition.

Accueil PMR/PSH

Pour préparer au mieux votre venue, contactez-nous au 07 60 69 44 62.



SE RÉGALER

Découvrez des saveurs authentiques !



Que vous soyez amateur de cuisine traditionnelle ou curieux de goûter à de nouvelles expériences gastronomiques et iodées, nos restaurants vous offriront une palette de plats préparés avec passion et des produits locaux de qualité. Savourez un moment convivial et délicieux pendant votre séjour.

Tous les restaurants et bars à huîtres sont ici.



Les marchés

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



Annuels

- **Mardi** : Agon-Coutainville · Coutances *le Bio p'tit marché* à 16h30 · Hambye
- **Mercredi** : Blainville-sur-Mer* · Gavray-sur-Sienne · Montmartin-sur-Mer · Quettreville-sur-Sienne à 17h
- **Jeudi** : Agon-Coutainville (Le Passous)* · Coutances · Saint-Sauveur-Lendelin
- **Vendredi** : Courcy* à 18h · Gouville-sur-Mer · Hambye à 17h · Lingreville* · Roncey* · Saint-Sauveur-Lendelin à 18h*
- **Samedi** : Agon-Coutainville · Bricqueville-la-Blouette* · Cerisy-la-Salle* · Coutances · Gavray-sur-Sienne · Quettreville-sur-Sienne*
- Dimanche** : Hauteville-sur-Mer

Estivaux

- **Lundi** : Gouville-sur-Mer
- **Mardi** : Hauteville-sur-Mer*
- **Jeudi** : Agon-Coutainville (Le Passous)
- **Vendredi** : Regnéville-sur-Mer à 18h · Hauteville-sur-Mer*

* Marché avec moins de 5 exposants



La distillerie Montjoie à Gavray-sur-Sienne

PRODUCTEURS

Savourez le meilleur de notre région



Entre le terroir du bocage et la beauté de la mer, nos producteurs locaux mettent tout leur savoir-faire au service de la qualité. Des champs verdoyants aux côtes sauvages, ils cultivent des produits authentiques, respectueux de la nature et des traditions. Fromages, viandes, fruits de mer et légumes de saison... Chaque produit raconte une histoire, celle d'une terre généreuse et d'une passion transmise de génération en génération. En choisissant de soutenir ces producteurs, vous savourez le meilleur de notre région, tout en préservant son patrimoine naturel et culturel.

Découvrez nos producteurs.



• Focus sur •

3 PRODUCTEURS À DÉCOUVRIR



Sel in Manche. un sel 100% normand

Guillaume propose une gamme de sels artisanaux, tous fabriqués localement, récoltés à Blainville-sur-Mer à la main. La jeune entreprise artisanale souhaite valoriser les ressources naturelles du littoral et remettre à l'honneur un savoir-faire local qui avait disparu ici.

Tourneville-sur-Mer

 *Sel in Manche*



Brasserie Captain James. une bière artisanale et biologique

Légères, plus typées, plus amères ou plus houblonnées, Captain James brasse une large gamme de bières aux goûts variés. Laissez-vous surprendre par des notes de malt tout en rondeur ou par une amertume prononcée pour réveiller vos papilles. Vente directe à la brasserie et au marché – des visites vous permettent de découvrir les secrets de fabrication d'une bonne « mousse » !

Agon-Coutainville

www.captain-james.fr



Andouillerie de la Baleine Plus de 75 ans de savoir-faire

Fabriquée et fumée à Gavray-sur-Sienne, l'Andouille de Vire produite ici vieillit au minimum 8 semaines pour vous garantir un produit de grande qualité aux saveurs remarquables. La boutique de l'Andouillerie de La Baleine propose de nombreux produits locaux en plus des délicieuses Andouilles. Fumées de manière traditionnelle au bois, vous pourrez, au cours de visites guidées estivales, découvrir toutes les étapes de fabrication du produit, les fumoirs et même déguster l'Andouille sur place.

Gavray-sur-Sienne

www.andouillerie.fr

← Découvrez tous nos producteurs en flashant le Qr code à gauche.



HÉBERGEMENTS

En quête de détente, d'aventure ou d'évasion ?



Notre destination touristique vous propose une large gamme d'hébergements pour tous les goûts et tous les budgets. Du gîte cosy au séjour en camping en pleine nature, en passant par des hôtels confortables ou des chambres d'hôtes accueillantes, vous trouverez l'endroit idéal pour un séjour inoubliable. Chaque hébergement vous offrira un cadre unique pour profiter pleinement de votre escapade, tout en vous immergeant dans la beauté de notre région. Réservez dès maintenant.

Accédez à toute l'offre
d'hébergements du territoire.



• Nouveauté •

RoadBOOK

Poussez la porte de l'un de nos bureaux d'information touristique pour des vacances sur mesure grâce à notre roadBOOK, l'outil idéal pour personnaliser votre escapade !



Vous rêvez de découvrir des paysages pittoresques, de vivre des aventures sportives ou de vous détendre au cœur de la nature ?

Nos conseillers en séjour concevront spécialement pour vous un guide de séjour parfait. Sélectionnez les activités, les lieux à visiter et les hébergements qui vous correspondent, et laissez-vous guider à travers une expérience unique. Facile à utiliser et conçu pour tous les types de voyageurs, recevez un simple mail ou sms et consultez en un clic votre carnet de voyage personnalisé ! Le roadBOOK vous offre la liberté de partir à la découverte de notre région selon vos envies.

Préparez votre voyage et laissez-nous faire le reste !





© Cécile Balon - Altitude Manche

Les îles anglo-normandes

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 de l'île en bus ou à vélo ;
- Manger un fish and chips et goûter aux 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.

• Infos pratiques :

- 1 heure de moins qu'en France : attention, l'horaire de départ du bateau est toujours indiqué selon l'heure locale ;
- La monnaie est la Livre Sterling ;
- Passeport ou carte d'identité en cours de validité obligatoire en fonction de la durée du séjour.

Sous réserve de la législation en vigueur.

Les îles

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

Chausey

Archipel français au large de Granville composé d'une île principale de 3.5 km de long, de 365 îlots à marée basse et de plus de 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 :

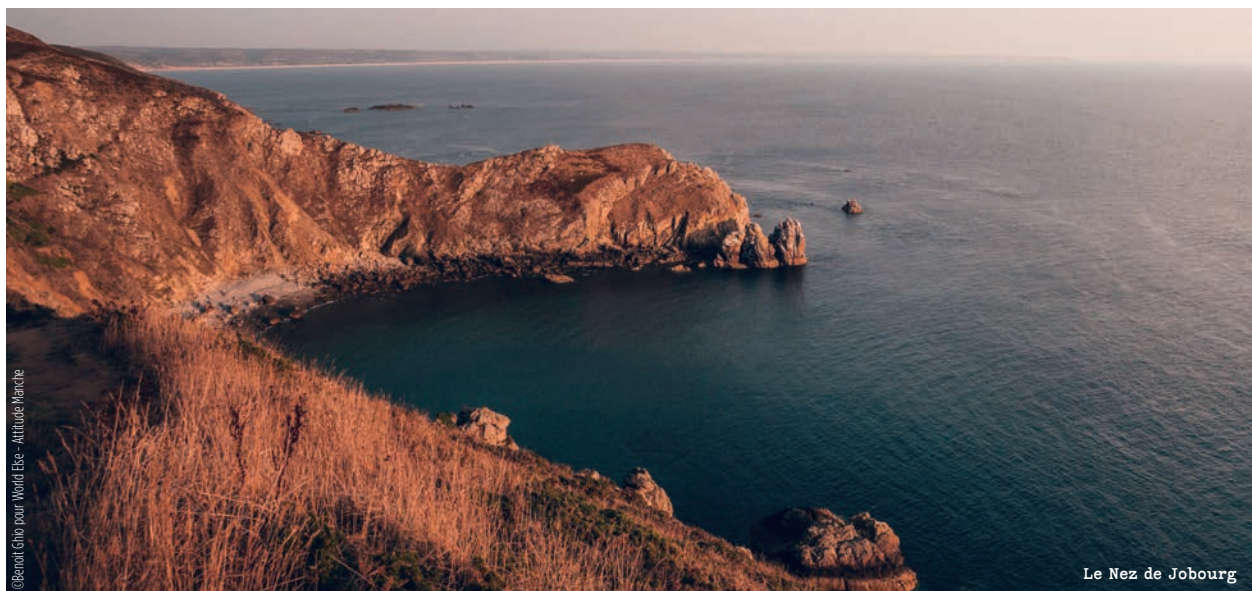
- Sillonner l'île par les petits sentiers, le tour de l'île à pied se fait en 2h ;
- Le village des Blainvillais : typique petit village de pêcheurs du XIX^e siècle, en pierre ;
- La baignade sur l'une des six plages de sable fin de l'île ;
- La pêche à pied lors des grandes marées.

• Infos pratiques :

- 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 épicerie et souvenirs.

C'est beau la Manche

Prolongez l'expérience dans notre beau département...



© Benoit Gho pour World Ebe - Attitude Manche

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.

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 des 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.

Cherbourg-en-Cotentin

>> 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, élue monument préféré des français en 2022 !

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 !

Le Val de Saire

>> À 1h20 de Coutances

Paisible et naturelle, cette partie du Cotentin possède 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.

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 plus petit port de France, le Nez de Jobourg ou le phare de Goury.



Le havre de Regnéville-sur-Mer



Suivez-nous + partagez vos expériences sur :
#coutancesnormandie

