



Dossier de Presse

Landes & bruyères Cap d'Erquy - Cap Fréhel

vendredi 29 avril, samedi 30 avril, dimanche 1er mai 2016 mis à jour le 29 janvier 2016













Un week-end de sport, de loisirs et de découverte dans un cadre naturel exceptionnel!

La Mairie d'Erquy, organisatrice de l'événement en partenariat avec les communes de Plévenon, Fréhel et Plurien et le soutien du Conseil départemental des Côtes d'Armor et du Conseil régional de Bretagne, est heureuse d'accueillir ses amis sportifs venus de la France entière, mais aussi leurs familles et proches à qui nous proposons des courses nature sur un parcours exceptionnel, des randonnées (pédestres, cyclo et kayak) et des animations pour tous.



Leur présence et leur fidélité au fil des années rendent encore plus belle la fête préparée avec l'aide des collectivités, associations, partenaires, ... et 500 bénévoles!

A tous, merci!

Une 14^{ème} édition toujours aussi prisée

Le record de rapidité a encore été battu cette année pour l'inscription aux courses nature 33 et 14 km ainsi que **course nature 33 km DUO** (nouveauté 2016), dès le premier jour. De nombreux messages de coureurs déçus de ne pouvoir participer nous sont parvenus, tentant par tous les

moyens de nous amadouer afin d'obtenir le précieux Sésame. Notre argumentation repose sur trois mots : « **respect de l'environnement** », nous avons en effet obtenu le privilège d'organiser nos courses sur un site exceptionnel par sa beauté, par sa flore et par sa faune, site classé Natura 2000. Cela implique le respect de certaines règles comme la limitation des coureurs par course et l'obligation de faire réaliser un état des lieux avant et après la course.



Les femmes ne sont pas en reste avec leur course dédiée : la course des Sirènes accueillera cette année 500 participantes. Elle offre 6 km de parcours par le bord de mer et la campagne et remporte un franc succès.



Enfin, nouveauté 2016, **3 Marches Nordiques sont au programme** (35 km, 12 km et 15000 pas) pour les adeptes de cette nouvelle discipline qui a le vent en poupe.



Le Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel

Reconnu « Grand Site » voici une dizaine d'années, le territoire des Caps d'Erquy et de Fréhel accueille plus de 1,6 million de visiteurs par an et bénéficie d'une grande notoriété. Adhérent au Réseau des Grands Sites de France, le Syndicat mixte Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel a lancé en 2012, en accord avec ses partenaires et le Ministère de L'Ecologie, de l'Energie et du Développement Durable, une « Opération Grand Site », devant aboutir à terme au prestigieux label national « Grand Site de France ».

Un « Grand Site » est un territoire remarquable pour ses qualités paysagères, naturelles, et culturelles, dont la dimension nationale est reconnue par un classement d'une partie significative du site au titre de la protection des monuments naturels et des sites (Loi 1930), qui accueille un large public et est engagé dans une démarche partenariale de gestion durable et concertée.

C'est dans ce cadre et avec cet état d'esprit que les organisateurs de « Landes & Bruyères, Cap d'Erquy - Cap Fréhel » mettent en place et respectent de nombreuses mesures, parmi lesquelles :



- ▶ les parcours sont élaborés en partenariat avec les gestionnaires des sites protégés du Cap Fréhel et du Cap d'Erquy ;
- ▶ une étude d'incidence est réalisée en partenariat avec les gestionnaires du site et le Syndicat mixte Grand Site Cap d'Erquy Cap Fréhel, opérateur Natura 2000 ;
- ▶ le nombre de participants est limité à 1100 pour la course nature 33 km et 1000 pour la course nature 14 km;
- ▶ la réduction et le tri des déchets sont mis en place sur les points de ravitaillement et sur le village sportif. Le choix de produits bio dégradables est également favorisé.

La Véloroute EV4

Projet européen de relier Kiev à Roscoff sur 4000 km de voie cyclable, l'Eurovelo 4 traverse Erquy en empruntant l'ancienne voie ferrée qui reliait Yffiniac (près de Saint-Brieuc) à Saint-Malo. Elle passe notamment par deux ouvrages d'art créés voici un siècle par Harel de La Noë et récemment réhabilités, pour franchir la vaste prairie humide de l'estuaire de l'Islet: le pont des marais (30 m de long) et la passerelle de la Côtière (160 m de long). Inaugurée en juin 2013, cette voie sera empruntée par le circuit de la course nature 33 km.



Le village sportif, lieu de passage animé

Situé sur le port d'Erquy, il est au cœur de l'événement. Côté sportif, c'est là qu'ont lieu le retrait des dossards et la remise des prix, c'est aussi là que se trouve l'arche du Conseil départemental des Côtes d'Armor sous laquelle passeront tous les participants (au départ et/ou à l'arrivée).

Côté animation, les plus jeunes pourront participer à des ateliers de peinture sur Coquille Saint-Jacques, de maquillage, réaliser un parcours d'escalade ou s'initier au beach-tennis sur la plage du centre. Une animation autour de jeux en bois sera également présente.

L'accueil de la garderie proposée aux enfants de parents coureurs est située à l'étage de la Maison de la Mer (sur inscription). Des stands de courses amies et de partenaires, ainsi qu'une restauration et une buvette complètent l'animation du village. En matinée, l'ensemble de danseurs « les Lavandières » présentera des danses bretonnes, sur le marché puis sur le village sportif. N'oublions pas non plus la musique, elle sera représentée par 2 couples de sonneurs bretons (biniou / bombarde) présents sur les circuits des deux courses nature, ainsi qu'un sonneur des «highlands» sur le port d'Erquy.



Vers une dynamique de développement durable

Environnement

Traversant des sites classés et des milieux naturels d'intérêt, les organisateurs de « Landes & Bruyères, Cap d'Erquy - Cap Fréhel » s'engagent à mettre en adéquation la manifestation sportive et le respect des espaces naturels parcourus, ceci depuis sa création en 2003. Afin de répondre aux exigences de respect de l'environnement, de nombreuses actions sont mises en œuvre, en amont et lors de la manifestation, avec la mise en place chaque année de nouvelles mesures :

- ▶ Depuis la première édition les parcours sont élaborés en partenariat avec les gestionnaires des sites protégés du Cap Fréhel et du Cap d'Erquy ;
- ► En conformité avec les nouvelles réglementations, les organisateurs de « Landes & Bruyères, Cap d'Erquy Cap Fréhel » assurent une étude d'incidence, en partenariat avec les gestionnaires du site et le Syndicat Mixte « Grand Site Cap d'Erquy Cap Fréhel », opérateur Natura 2000 ;
- ► Le nombre de participants est limité à 1000 pour la course nature 33 km, 1000 pour la course nature 14 km, 2 x 100 pour la course nature 33 km DUO et 500 pour la course des sirènes ;
- ► La **réduction** et le **tri des déchets** sont mis en place sur les points de ravitaillement et sur le village sportif. Le choix de produits bio dégradables est favorisé ;
- ► Utilisation de toilettes sèches sur le port d'Erquy ;
- Les participants sont sensibilisés au respect de l'environnement lors de l'acceptation du règlement de l'épreuve et lors du briefing avant le départ ;
- ► Le balisage des parcours est mis en place deux jours avant l'épreuve et totalement supprimé juste après l'épreuve ;
- ▶ Un système de navettes gratuites en autocar au départ d'Erquy est proposé aux participants de la course nature 33 km qui part de Plévenon ;
- ▶ Les cadeaux offerts à la remise des dossards et les récompenses à l'arrivée sont remis sans emballage ni sac ;
- La suppression progressive de gobelets jetables (et néanmoins biodégradables) au profit de gobelets réutilisables et consignés ;
- L'incitation à pratiquer le co-voiturage;
- ▶ Nous invitons tous les coureurs à utiliser des gobelets réutilisables, disponibles à la remise des dossards et remis contre caution d'un euro. La restitution des gobelets se fait à l'arrivée au village sportif (espace buvette) où un euro leur sera rendu ;
- L'eau du robinet est utilisée aux points de ravitaillements du départ de Plévenon et sur le port d'Erquy.

SOCIAL

- Accès gratuit à toutes les animations ;
- Accès handicapé facilité sur le village sportif.

ECONOMIQUE

- ► Implication des acteurs économiques locaux ;
- Nous choisissons prioritairement des fournisseurs locaux.

Programme sportif

Vendredi 29 avril

16h00 à 20h00 Retrait des dossards courses nature et course des sirènes, village sportif.

16h00 à 20h00 Inscriptions aux randonnées et aux animations, village sportif.

Samedi 30 avril

9h00 à 13h00 Retrait des dossards courses nature et course des sirènes, village sportif.

9h00 à 14h00 Inscriptions aux randonnées et aux animations, village sportif.

Nouveauté 2016 : 3 épreuves de Marche Nordique

Echauffement commun 15 mn avant chaque départ, sur le lieu du départ

Arche Conseil départemental des Côtes d'Armor, port d'Erquy.

10h00 Marche Nordique 35 km

10h15 **Marche Nordique 12 km**

10h30 Marche Nordique des 15 000 pas

12h00 à 13h00 Navettes gratuites vers Plévenon, départ parking de la Vieille Echaussée,

port d'Erquy.

13h00 Randonnée Cap d'Erquy 15 km, départ Arche Conseil départemental des

Côtes d'Armor, village sportif.

14h00 **Course nature 33 km**, départ Arche New Balance, bourg de Plévenon.

14h00 Course nature 33 km DUO, départ Arche New Balance, bourg de

Plévenon.

14h00 **Course nature 14 km**, départ Arche Conseil départemental des Côtes

d'Armor, village sportif.

14h00 Randonnée Cap Fréhel 10 ou 15 km, départ Arche New Balance, bourg

de Plévenon.

14h30 **Course des sirènes 6 km**, départ Arche Conseil départemental des Côtes

d'Armor, village sportif.

14h30 **Randonnée famille 6 km**, départ Arche Conseil départemental des Côtes

d'Armor, village sportif.

16h00 et 17h00 Remise des prix, village sportif.

17h30 Vin d'honneur offert à tous les coureurs, village sportif.

DIMANCHE 1ER MAI

8h00 **Costarmoricaine cyclotouriste**, port d'Erquy.

9h30 **Randonnée kayak en mer**, départ Maison de la Mer, port d'Erquy.

13h30 Randonnée Plurien Sables d'Or 15 km, départ place de Montangué,

Plurien.

Les épreuves sportives

LES COURSES

C'est dans un cadre exceptionnel que se déroulent les courses nature «Landes & Bruyères, Cap d'Erquy - Cap Fréhel». Avec son alternance de pointes rocheuses, d'étendues de landes, de massifs dunaires et de vasières, le Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel s'étend sur 4 communes et appartient au réseau européen Natura 2000. Abritant un patrimoine naturel diversifié, riche en découvertes paysagères ou en rencontres avec des espèces rares et surprenantes, le Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel attire chaque année plus de 1 600 000 visiteurs. Les courses nature «Landes & Bruyères, Cap d'Erquy - Cap Fréhel» sont l'occasion de le parcourir autrement et de percevoir toutes les particularités de ce territoire inoubliable!

Arrivée sur le port d'Erquy, ravitaillement tous les 5/6 km, chronométrage électronique, possibilité de vestiaire, douches à l'arrivée (Maison de la Mer), garderie (voir infos pratiques).

Course nature 33 km

Samedi 30 avril, 14h00 bourg de Plévenon.

L'épreuve reine : ils viennent de toute la France, ces coureurs à pied amoureux de la nature pour découvrir ou re-découvrir ce circuit exceptionnel, passant par le Cap Fréhel et le Cap d'Erquy, empruntant les sentiers côtiers et les plages de sable fin sur plus de 80 % du parcours, les petits villages, les falaises de grès rose.

Navettes gratuites au départ du port d'Erquy (Parking de la Vieille Echaussée, boulevard de la Mer) entre 12h00 et 13h00. Dénivelé + 725 m / - 761 m.

Sur inscription, 17 €. Limitation à 1000 concurrents.



Course nature 33 km DUO

Samedi 30 avril, 14h00 bourg de Plévenon.

Nouveauté 2016 : nous offrons la possibilité à 100 équipes de 2 coureurs de courirs sur le circuit partant de Plévenon. Le relais se fera à Plurien sur le site du Camping Les Salines.

Parking à proximité du Camping les Salines (Plurien - sables d'Or).

Sur inscription, 2 x 13 €. Limitation à 2 x 100 concurrents.



Course nature 14 km

Samedi 30 avril, 14h00 village sportif.

Le parcours est une boucle autour du Cap d'Erquy, traversant le centre ville vers les plages sauvages et les bois de pins.

Dénivelé + 286 m / - 286 m.

Sur inscription, 13 €. Limitation à 1000 concurrents.



Course des Sirènes 6 km Samedi 30 avril, 14h30 village sportif.

La sirène est présente sur le blason d'Erquy, c'est donc tout naturellement que la course féminine lancée en 2012 a pris le nom de «course des Sirènes». Elle propose un circuit de 6 km sur terrain varié, contournant le centre d'Erquy par la plage du Centre, le sentier côtier passant par la Corniche , la plage de Caroual, les ruelles de quartiers.

Réservée aux femmes. Dénivelé + 96 m / - 96 m.

Sur inscription, 7 €. Limitation à 500 concurrentes.



LES RANDONNÉES PÉDESTRES

Près de 1500 randonneurs viennent de toute la France découvrir un site unique et en même temps encourager les coureurs dans une ambiance très détendue. Pour leur plaisir, quatre parcours de randonnées pédestres autour du Cap d'Erquy, du Cap Fréhel, de Sables d'Or les Pins sont proposés pendant le week-end.

Circuits balisés.

Pour toutes les randonnées pédestres, inscriptions possibles avant le départ.



Randonnée Cap d'Erquy 15 km

Samedi 30 avril, 13h00 village sportif.

15 km. Départ sous l'Arche Conseil départemental des Côtes d'Armor, village sportif, arrivée sous l'Arche Endurance Shop, boulevard de la Mer à Erquy.

N'oubliez pas de venir chercher votre bracelet au village sportif pour accéder aux ravitaillements (à mi-parcours et à l'arrivée) et obtenir votre cadeau souvenir. Sur inscription, 7 €.

Randonnée Cap Fréhel 10 et 15 km

Samedi 30 avril, 14h00 bourg de Plévenon.

Deux parcours sont proposés, 10 et 15 km, à choisir au moment du départ. Départ et arrivée sous l'Arche New Balance.

N'oubliez pas de venir chercher votre bracelet au village sportif, port d'Erquy, ou au bourg de Plévenon avant le départ pour accéder aux ravitaillements (à mi-parcours et à l'arrivée) et obtenir votre cadeau souvenir. Une navette gratuite est proposée au départ du port d'Erquy (Parking de la Vieille Echaussée, boulevard de la Mer) à 12h00 précises, avec retour vers 17h30. Sur inscription, 7 €.

Randonnée Famille 6 km

Samedi 30 avril, 14h30 village sportif.

6 km. Départ sous l'Arche Conseil départemental des Côtes d'Armor, village sportif, arrivée sous l'Arche Endurance Shop, boulevard de la Mer à Erquy.

Un sac «ravitaillement» pour toute la famille ainsi qu'un cadeau souvenir vous seront remis au moment de l'inscription. Sur inscription, 7 € par famille.

Randonnée Plurien Sables d'or 15 km

Dimanche 1er mai, 13h30 place de Montangué, Plurien.

15 km.

N'oubliez pas de venir chercher votre bracelet avant le départ pour accéder aux ravitaillements (à mi-parcours et à l'arrivée) et obtenir votre cadeau souvenir. Sur inscription, 7 €.

MARCHE NORDIQUE

Parce que la demande est forte d'ajouter une nouvelle discipline qui fait de plus en plus d'adeptes et après la première édition en 2015, nous vous proposons cette année trois circuits de Marche Nordique.

Il s'agit de circuits balisés, en allure libre, empruntant les sentiers côtiers et les chemins de campagne du sud d'Erquy et passant par Pléneuf-Val-André (pour les plus longs).

Cette seconde édition sera encadrée par un professionnel assisté d'une équipe de pratiquants réguliers.

Pour les 3 distances :

- ▶ limitation du nombre de participants ;
- les chiens ne sont pas admis ;
- ▶ échauffement commun 15 mn avant chaque départ, sur le lieu du départ Arche du Conseil départemental des Cotes d'Armor, port d'Erquy ;
- départ sous l'Arche du Conseil départemental des Cotes d'Armor, port d'Erquy ;
- ► arrivée sous l'Arche Endurance Shop, port d'Erquy;
- ravitaillement à l'arrivée + cadeau souvenir ;
- matériel non fourni, prévoir chaussures de sport basses et bâtons de marche nordique ;
- randonnée encadrée et balisée ;
- n'oubliez de venir sous le chapiteau inscription randonnée sur le village sportif, port d'Erquy, pour chercher votre bracelet, obligatoire pour l'accès aux ravitaillements.



Marche Nordique 35 km

Samedi 30 avril, 10h00.

- ▶ pour les marcheurs confirmés ;
- Les mineurs ne sont pas autorisés sur cette distance :
- ▶ 3 ravitaillements dont 1 à l'arrivée.

Sur inscription, 10 €, limitation du nombre de participants.



Marche Nordique 12 km Samedi 30 avril, 10h15.

- les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte;
- ▶ 2 ravitaillements dont 1 à l'arrivée.

Sur inscription, 7 €, limitation du nombre de participants.



Marche Nordique des 15000 pas Samedi 30 avril, 10h30.

Il s'agit d'une initiation à la marche nordique et 15000 pas (environ 7/8 km) correspondent au nombre de pas quotidiens nécessaires pour rester en forme.

- les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte;
- ▶ 1 ravitaillement à l'arrivée.

Sur inscription, 7 €, limitation du nombre de participants.



LES RANDONNÉES KAYAK EN MER

Dimanche 1^{er} mai, 9h30 - Maison de la Mer, Port d'Erquy.

Amateurs de sensations nautiques, les randonnées kayak sont proposées dans une ambiance décontractée avec deux niveaux de difficulté pour appréhender et apprécier cette activité prisée sur nos côtes.

Deux parcours en boucle sont proposés offrant une vision maritime et sauvage du Cap d'Erquy. Les départs et arrivées des 2 parcours («sportif» et «découverte») ont lieu à la Maison de la Mer.

Les kayaks, gilets et pagaies sont fournis, une attestation d'aisance aquatique pourra être demandée. Un ravitaillement et un souvenir seront offerts à l'arrivée. Prévoir des chaussures et des vêtements chauds (combinaison ou shorty), ainsi que des serviettes et vêtements secs de rechange.

Sur inscription, 7 €. Nombre de places limité.



La Costarmoricaine cyclotouriste

Dimanche 1^{er} mai, à partir de 8h00 - Port d'Erquy.

Les amoureux de la petite reine ne sont pas en reste avec la Costarmoricaine cyclotouriste qui propose trois randonnées cyclo à travers le Penthièvre.

3 circuits (60, 80 et 100 km) sont au programme pour découvrir la Côte du Penthièvre. Passage par le Cap Fréhel et Pléboulle pour les deux plus grands circuits, à proximité du Château de la Hunaudaye pour tous ... et retour sur le port d'Erquy.

Sur inscriptions : www.cyclocosta.fr. Inscriptions possibles sur place avant le départ.



Programme des animations

Vendredi 29 avril

10h00 / 14h00 / 16h00 Balade en Mer sur vieux gréement.

10h00 Découverte d'une carrière littorale en activité.

14h30 Chasse au trésor à Sables d'Or-les-Pins. à partir de 18h00 Pasta Party, salle des fêtes d'Erquy.

Samedi 30 avril

8h30 à 13h00 Grand marché réginéen.

9h00 à 18h00 Nombreuses animations sur le Village sportif.

10h00 / 14h00 / 16h00 Balade en Mer sur vieux gréement. horaires à préciser Beach tennis sur la plage du centre.

DIMANCHE 1ER MAI

10h00 / 14h00 / 16h00 Balade en Mer sur vieux gréement. 10h00 Les oiseaux marins du Cap Fréhel.

Les animations

Sorties nature et patrimoine

Proposées par les animateurs nature du Syndicat Mixte Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel, ces sorties vous feront découvrir le patrimoine naturel de notre territoire, tout en vous baladant et en vous amusant.

Inscription obligatoire, animations limitées à 30 personnes, les enfants doivent être accompagnés, nombre de places limité.

3,00 € (adulte) / 1,50 € (enfant 6 à 18 ans) / gratuit (enfant – 6 ans).

Découverte d'une carrière littorale en activité

Vendredi 29 avril 2016, 10h00.

La Carrière de Fréhel exploite depuis plus d'un siècle un gisement unique de grès rose en bord de Mer. Visite commentée à trois voix : M. Mottin, responsable du site d'extraction, M. Chatellier, passionné d'histoire locale et un animateur nature.



Chasse au trésor à Sables d'Or-les-Pins

Vendredi 29 avril 2016, 14h30.

Replongez dans les années 20 et partez sur la piste des énigmes disséminées dans la station balnéaire. Déchiffrez le code secret, manipulez avec précision la boussole, décryptez efficacement la carte et peut-être serez-vous les premiers à retrouver le trésor caché!



Les oiseaux marins du Cap Fréhel

Dimanche 1er mai, 10h00.

Uniques en Bretagne, les falaises du Cap Fréhel accueillent chaque année de nombreuses espèces d'oiseaux fidèles à leur site de reproduction. Apprenez à les reconnaître et découvrez leurs particularités.



Balade en Mer sur vieux gréement

Vendredi 29 avril Samedi 30 avril Dimanche 1^{er} mai 10h00 / 14h00 / 16h00

A bord de la Sainte-Jeanne, réplique d'un bateau de transport traditionnel mis à l'eau en 1994, découvrez le patrimoine maritime d'Erquy, les manœuvres et la navigation à voile.

Durée environ 1h30, se présenter à la Maison de la Mer (Port d'Erquy) 15 min avant l'embarquement. Sur inscription, nombre de places limité.



PASTA PARTY

Vendredi 29 avril, à partir de 18h00.

Pour préparer au mieux votre course, venez déguster des pâtes et les fameuses Coquilles Saint-Jacques d'Erquy.

Salle des fêtes d'Erquy (centre-ville, à côté de la Mairie), sur réservation, nombre de places limité. Service de 18h00 à 21h00, 12 € par personne, apéritif offert, boissons non comprises.



Grand Marché réginéen

Samedi 30 avril, de 9h00 à 13h00.

Venez y flâner et découvrir les produits de nos terroirs, sur l'un des marchés les plus attractifs de la région.



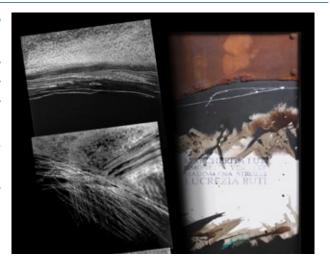
Galerie d'Art Municipale d'Erquy

Tout le week-end, de 10h30 à 12h30 et de 15h00 à 18h00.

La Galerie d'Art Municipale d'Erquy, attenante à l'Office de Tourisme d'Erquy, propose toute l'année une programmation d'expositions variées, d'artistes reconnus ou en devenir.

Exposition de Christine SUTTON et Guy COLIN, Eloge des apparences.

Ouvert pendant tout le week-end de la course, entrée libre.



Château de Bienassis

Sur réservation.

Au fond de sa longue allée, la fière et majestueuse façade de Bienassis en grès rose d'Erquy, s'impose à votre regard. Monument Historique classé du XVème et du XVIIème siècle, Bienassis représente un ensemble complet de demeure seigneuriale. Bienassis vous ouvre ses portes et vous charmera par son histoire, ses jardins à la française, son potager, ses douves, ses écuries, sa cour d'honneur, sa chapelle, et surtout par son intérieur meublé témoignage d'une maison vivante.

Possibilité de visite de groupe sur réservation.

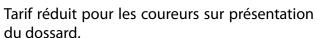
Renseignements: 06 80 27 25 38.



FORT LA LATTE

Tout le week-end, de 10h30 à 18h00.

Vaisseau de grès rose dans un site incomparable, la Roche Goyon, vieux château féodal, vigie de grès rose, lieu magique et mythique, est le témoin d'un riche passé: tours, murailles et ponts-levis vous transportent dans un autre temps. Transformé en fort de défense côtière entre 1690 et 1715, le Fort La Latte reste avant tout un château-fort. Le système défensif du XIVème siècle est toujours en place. Courtines, tours, ponts-levis, oubliettes, donjon ont traversé les siècles. Un jardin médiéval l'agrémente.



Renseignements: 02 96 41 57 11.



Chapelle de l'Îlot Saint-Michel

Tout le week-end, horaires en fonction de marées, non communiqués actuellement.

Construit sur un îlot accessible à pied à marée basse, découvrez un site majestueux et chargé d'émotion.

Accès libre et gratuit. Prévoyez des bonnes chaussures.



Communication

ACTIONS DE PROMOTION

- ▶ 12 et 13 septembre 2015 : **Marathon Auray-Vannes** (www.aurayvannes.com)
- ▶ 9 et 10 octobre 2015 : **20 kilomètres de Paris** (www.20kmparis.com),
- ▶ 27 et 28 novembre 2015 : Marathon de la Rochelle (www.marathondelarochelle.com).

Un site Internet dédié à l'épreuve

- ► landesetbruyeres.erquy.fr.
 - Ouverture des pré-inscriptions en ligne le 5 janvier 2016.

PROGRAMMES

- L'édition de programmes diffusés sur les Côtes d'Armor (format A4 couleur 16 pages).
 - Distribution à partir de début avril 2016 chez les partenaires ;

 - distribution sur le village sportif.

AFFICHES

- ▶ affiches format «abri bus» (120 x 176 cm);
- ▶ affiches format «A3» (42 x 29,7 cm);
- ▶ autocollants pour nos actions de promotion.

PRESSE

- ► Encarts promotionnels dans la revue «Jogging International»;
- ► Encart promotionnel sur le calendrier des courses hors stade des Côtes d'Armor, une demi-page.
- ▶ Présentation de l'événement sur les agendas des courses des magazines et sites web spécialisés nationaux.
- ► Photos et dossier de presse accessibles sur la page : http://landesetbruyeres.erquy.fr/contact/presse/







Infos pratiques

INFORMATION AU PUBLIC

Office de Tourisme d'Erquy

3 rue du 19 mars 1962 - BP 81 - 22430 Erquy

Tél: +33 (0)2 96 72 30 12 Fax: +33 (0)2 96 72 02 88

Courriel: info@erquy-tourisme.com Web: www.erquy-tourisme.com

HÉBERGEMENT

Les Offices de Tourisme sont à votre disposition pour vous aider dans votre choix.

Erquy

Tél: +33 (0)2 96 72 30 12 - www.erquy-tourisme.com

Fréhel

Tél: +33 (0)2 96 41 57 23 - www.pays-de-frehel.com

Plévenon

Tél: +33 (0)2 96 41 43 06 - www.plevenon.fr

Plurien

Tél: +33 (0)2 96 72 18 52 - www.plurien-tourisme.com

RÈGLEMENT

Le règlement de l'épreuve est disponible sur le site internet de l'épreuve (rubrique «Inscriptions»).

GARDERIE

Réservé aux enfants dont les deux parents sont concurrents d'une des deux courses nature ou de la course des Sirènes.

Sur inscription, nombre de places limité.

Samedi 30 avril 2016, de 12h00 à 17h30 environ, à l'étage de la Maison de la Mer (village sportif, port d'Erquy), gratuit.

Sécurité et respect de L'environnement

- La participation aux courses nature nécessite un entraînement spécifique et adapté en raison de la difficulté du parcours (dénivelé, escaliers, plages de sable ...);
- Les déchets doivent être impérativement déposés aux points de ravitaillement ;
- ▶ Afin de respecter la faune et la flore, ne sortez pas des parcours balisés.

Organisation

• « Landes & Bruyères, Cap d'Erquy - Cap Fréhel » est organisé par la Mairie d'Erquy.

Sont associés à l'organisation

- ▶ le service communication, le service des sports et les services techniques de la Mairie d'Erquy ;
- ► l'Office de Tourisme d'Erquy;
- la société MaïArmor, spécialisée en organisation d'événements sportifs ;
- les communes de Fréhel, Plévenon et Plurien ;
- ▶ un groupe de 10 bénévoles, investit toute l'année pour préparer chaque nouvelle édition ;
- ▶ 500 bénévoles à pied d'œuvre le week-end de l'évènement.

Avec le soutien

- ▶ du Conseil départemental des Côtes d'Armor;
- ▶ du Conseil régional de Bretagne ;
- ▶ du partenaire presse Jogging International;
- des entreprises privées, des artisans et commerçants locaux.

CONTACTS

Mairie d'Erquy

11 square de l'Hôtel de ville - BP 09 - 22430 Erquy

Tél: +33 (0)2 96 63 64 64 - Fax: +33 (0)2 96 63 64 70 www.ville-erquy.com - info@ville-erquy.com

Relations partenaires

Geneviève Clément - Tél : +33 (0)2 96 77 04 57 - contact@maiarmor.com Jean-Luc Dubos - Tél : +33 (0)6 11 98 59 43 - dubos.jeanluc@gmail.com

Communication & animations

Alban Sorette - Tél: +33 (0)2 96 63 64 64 - communication@ville-erquy.com

Organisation générale

Geneviève Clément - Tél : +33 (0)2 96 77 04 57 - contact@maiarmor.com Stéphanie Robert - Tél : +33 (0)2 96 63 64 64 - robert@ville-erquy.com

