

# Erquy / Matignon

## La Vélo maritime / EuroVelo 4



Alternance de pointes rocheuses, étendues de landes et d'anses sableuses aux eaux turquoise... Vous pédalez ici au cœur d'un Grand Site de France : Cap d'Erquy - Cap Fréhel. Vous pourrez découvrir grâce aux liaisons des sites d'exception de la Bretagne : le Cap d'Erquy, le Cap Fréhel et le Fort-la-Latte. Les nombreux panoramas récompenseront à coup sûr vos efforts sur les belles côtes de cette étape de La Vélo maritime !

### L'itinéraire

Majoritairement sur petites routes sans grande difficulté, quelques belles côtes.

**Vigilance** après Plévenon à Port-la-Duc, après le site propre : traversée de la D786 dangereuse à cause d'un fort trafic.

### Liaisons

- À Erquy, sur la voie verte au niveau de la Ville Tréhen, une liaison de 6 km vous permet de rejoindre le Cap d'Erquy.
- Vers le Cap Fréhel, une liaison d'1,5 km vous emmène au bout du Cap et son Phare.
- À Plévenon au carrefour de la rue de La Motte, une autre liaison de 3 km vous permet de rejoindre le Fort-La-Latte
- À Matignon, une liaison de 3 km vous permet de rejoindre la station balnéaire de Saint-Cast-le-Guildo.

☐ Vous pouvez télécharger les traces GPX de ces liaisons en bas de cette page.

### Car + vélo

L'été, embarquez votre vélo entre :

- Saint-Brieuc et Saint-Cast-le-Guildo (ligne 2 du [réseau Breizhgo](#)) avec 5 points d'arrêt
- Dinan et Sables-d'Or-les-Pins - Fréhel (ligne 1 des navettes [Dinamo Estival](#))

### À ne pas manquer

☐ Côté découverte :

- Le [Grand Site de France Cap d'Erquy - Cap Fréhel](#).
- À 7 km à vélo de Matignon, découvrez la station balnéaire de Saint-Cast-le-Guildo.
- Face au [Cap Fréhel : le Château de Fort-la-Latte](#), l'impressionnante forteresse face à la mer.

☐ Côté détente / activités :

- Envie de vous initier au surf ? Testez l'activité avec l'[école de surf Armor Surf School à Fréhel](#).

© Côté dégustation : Le [Bistrot z'a huitres](#) à Port à la Duc propose dégustation d'huitres creuses et de fruits de mer avec vue sur la Baie de la Fresnaye

☐ Côté nature : Le Grand Site de France Cap d'Erquy -

**Départ**  
Erquy

**Arrivée**  
Matignon

**Durée**  
1 h 56 min

**Distance**  
28,92 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Panorama, Patrimoine,  
Site Incontournable

Cap Fréhel propose [différentes sorties nature](#).

□ Côté plages / baignades : sur cette étape, vous avez l'embaras du choix avec les plages d'Erquy, du Cap Fréhel, de Sables d'Or-les-Pins, de Saint-Cast-Le-Guildo !

□ Côté point de vue : La Baie de La Fresnaye

### **Informations touristiques**

Dinan Cap Fréhel Tourisme | Tél. 0 825 95 01 22 |

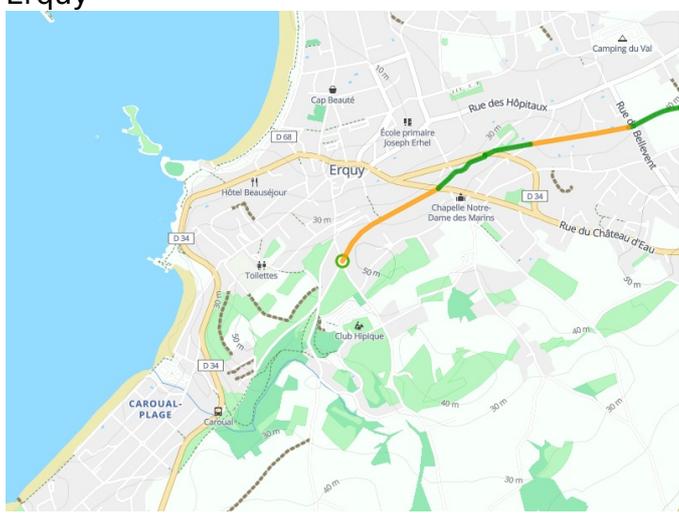
[dinan-cap-frehel.com](http://dinan-cap-frehel.com)

Office de Tourisme Cap d'Erquy - Val André | Tél. 02 57 25 22 22 | [capderquy-valandre.com](http://capderquy-valandre.com)

- Voie cyclable
- Liaisons
- Sur route
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ  
Erquy**



**Arrivée  
Matignon**

