

## Bouffée d'air iodé, boost d'énergie : la rentrée se joue en extérieur à Granville Terre et Mer

En septembre, **place à l'énergie retrouvée et aux objectifs sportifs. La Destination Granville Terre et Mer offre un terrain de jeu d'exception, pour relever de nouveaux défis ou simplement renouer avec le plaisir de bouger. Trails iodés, sorties VTT, randonnées... Et pour des sensations nouvelles, le wingfoil offre une impression de liberté grisante, porté par le vent et les embruns. De l'initiation à la performance, chaque niveau trouve sa voie. **Une rentrée sous le signe de la forme, de la nature...** et de la découverte de passions inattendues.**

## Foulées en bord de mer, souffle d'arrière-saison

**Le mois de septembre est un rendez-vous incontournable pour les coureurs sur la Destination Granville Terre et Mer.** Chemins creux, escaliers, bocage, plages, digues... Que l'on soit adepte de **trail ou de course sur route**, chacun y trouve son terrain de jeu.

Pour partager l'effort ou battre des records, **le trail de Saint-Pair-sur-Mer** propose deux parcours de 8 et 11 km au dénivelé marqué, menant les coureurs jusqu'aux abords de la mare de Bouillon, classée Natura 2000 : **une échappée sportive entre mer et bocage.**

Entre Trail et Mer : 13 septembre 2025

## À Granville, le triathlon trace sa voie entre mer et patrimoine

Au **départ de la pointe du Roc, avec en panorama la baie de Granville et les îles Chausey, le triathlon de Granville** promet une expérience sportive intense. Véritable défi sportif, il conjugue natation, cyclisme et course à pied dans un cadre exceptionnel. Après une mise à l'eau, les participants enfourchent leur **vélo pour un parcours technique le long de la baie**, avant de s'élancer dans une **course à pied au cœur de la Haute Ville**, parmi ruelles pavées et marches. **L'effort trouve sa récompense sur le port**, pour une arrivée en fanfare portée par les encouragements du public.

Granville Triathlon, le 28 septembre 2025, format S et M.



## GR223, efforts iodés pour une rentrée boostée

Les 42km du **GR223** sur le territoire de **Granville Terre et Mer**, le long du littoral protégé, permettent aux visiteurs de profiter d'un dernier shot de vitamine D et de faire le plein d'air marin. **De Bricqueville-sur-Mer à Champeaux**, le sentier offre une immersion dans **le havre de la Vanlée et sa route submersible, les parcs de mytilicoles, la Haute Ville de Granville, le jardin de la Villa Les Rhumbs, et les cabanes Vauban**, à la force des jambes. En toile de fond de cette randonnée, la baie du Mont-Saint-Michel, qui se transforme au rythme des marées, accompagne les pas des randonneurs.

## Une rentrée qui roule à Granville Terre et Mer

À **Granville Terre et Mer**, on enfourche son **VTT** pour recharger les batteries et prolonger les journées. **Six circuits balisés** invitent à (re)découvrir les paysages vallonnés du bocage normand, à la faveur des chemins creux, des sous-bois et des panoramas littoraux. Coup de coeur pour le **circuit de La Lucerne & Py Park, un itinéraire ponctué de sites patrimoniaux emblématiques** : l'Abbaye de la Lucerne, édifice à l'architecture prémontrée normande, le moulin de Vaucelles ou encore le **Py Park**, site mémoriel de la Seconde Guerre Mondiale... Chaque coup de pédale y révèle un morceau d'histoire de la Destination. Pour les plus aguerris, la **"Trouée verte"** propose un **tracé plus sportif à travers la vallée du Boscq et le village de La Meurdraquière, labellisé Village Patrimoine** - une promesse d'effort... et de plaisir, pour une rentrée rythmée.



### Agenda

Entre Trail et Mer : samedi 13 septembre 2025  
Randonnée aux lanternes : vendredi 19 septembre 2025  
Triathlon de Granville : 28 septembre 2025  
Randonnée à cheval : 27-28 septembre 2025

### **Green Destinations - Un territoire engagé**



On passe en mode « zéro déchet » : on ne jette rien dans la nature et on ramène tout avec soi. Pour rester bien hydraté, on adopte la « gourde-friendly » attitude : un QR code permet de repérer tous les points de remplissage possibles et gratuits (commerces, bars, restaurants...) sur la destination.

**TOURISME-GRANVILLE-TERRE-MER.COM**



Granville  
Terre & Mer  
Contact presse  
Maïwenn Poles  
Tel : 06 85 48 11 83  
presse@otgtm.fr