

CET ETE, REPRENEZ DES COULEURS* EN ILLE-ET-VILAINE

Envie de s'évader ? De se ressourcer ? Et surtout de se retrouver, cet été on prend la direction de l'Ille-et-Vilaine pour reprendre des couleurs ! La mythique forêt de Brocéliande, les balades en vélo le long du canal d'Ille-et-Rance, les randonnées le long du GR34 ou encore les grandes plages de Saint-Malo, la diversité des paysages promet un séjour réconfortant bien mérité ! Nous vous proposons de sortir des sentiers battus à la découverte de 3 pépites bretonnes.

On reprend des couleurs avec convivialité entre amis



Entre l'auberge de jeunesse et l'hôtel, EDD Hostel est le premier « hostel » breton. Très développé à l'international à destination des backpackers, ce mode d'hébergement qui marie la convivialité de l'auberge de jeunesse avec le confort d'un hôtel design attire aujourd'hui tous les publics à la recherche de moments d'échanges et de convivialité. Situé à Dol-de-Bretagne, entre Saint-Malo et Rennes, c'est l'adresse idéale pour poser son sac à dos et sillonner l'Ille-et-Vilaine.

<https://edhostel.com/fr/hostel/>
<https://www.bretagne35.com/top-5-d-une-decouverte-de-l-ille-et-vilaine-riche-de-sensations>

On reprend des couleurs en douceur en famille à Saint-Lunaire



Un séjour en famille qui allie le bien-être pour les uns, le surf pour les autres et des moments de convivialité en famille, ça existe en Ille-et-Vilaine ! Sesame propose des séjours thématiques sur la Côte d'Émeraude : surf et yoga, surf et massage... Et la détente est pour tous, y compris pour les enfants, grâce aux massages et aux séances de Yoga sur la plage, adaptés aussi aux plus jeunes par Mélody.

Sésame bien-être – Mélody - 06 76 79 70 60 - <https://www.sesamebienetre.com/yoga-enfants>
<https://www.bretagne35.com/top-5-d-une-decouverte-de-l-ille-et-vilaine-en-famille>



On reprend des couleurs en pleine conscience au cœur de la nature

Les paysages d'Ille-et-Vilaine se prêtent volontiers aux nouvelles tendances bien-être et à l'envie de se re-connecter à la nature. Lors d'une balade active en pleine conscience, on va se ressourcer et prendre l'énergie que nous transmettent généreusement les arbres. Sophie propose la pratique du Shinrin Yoku (bain de forêt), entre Saint-Malo et le Mont-Saint-Michel, mais aussi à Rennes notamment au parc du Thabor, chargé en énergies positives. Glenn Delaval pratique la sylvothérapie lors de ses bains de forêt au cœur de Brocéliande.

Sophie Milbeau au 06 47 29 62 79 - <https://www.facebook.com/shinrinyokubretagne/>
 Glenn Delaval au 06 61 91 98 39 - <https://www.shinrinyokubroceliande.com/>
<https://www.bretagne35.com/top-5-d-une-decouverte-de-l-ille-et-vilaine-deux>

**L'Agence de développement touristique d'Ille-et-Vilaine a lancé sa campagne de communication "Reprenez des couleurs en Ille-et-Vilaine" sur les réseaux sociaux @hautebretagne #tourismehautebretagne*



Contact presse : Yolaine PROVOST-GAUTIER

Agence de développement touristique d'Ille-et-Vilaine
 Tel. 02 99 78 47 43 – y.gautier@bretagne35.com