

Les marais

À CHAQUE SAISON, SON PAYSAGE...

Lorsque les vastes prairies verdoyantes laissent place aux crues hivernales, le ciel et l'eau se confondent et nous laissent entrevoir l'âme des marais.

Ces paysages exceptionnels sont une invitation à la découverte d'une faune et d'une flore remarquables, évoluant dans un panorama au fil des saisons.

When the vast and verdant prairies give in to the winter floods, the sky and the water become one, offering us a glimpse of the marshes' very soul. These exceptional landscapes are an invitation to discover the site's remarkable fauna and flora, amidst an ever-changing panorama over the four seasons.

Wanneer de uitgestrekte groene vlakten plaats maken voor drassig wintergrond, gaan de hemel en het water in elkaar op, en laten het hart van het moeras weerspiegelen. Deze bijzondere landschappen zijn een uitnodiging om erop uit te gaan en de opmerkelijke flora en fauna te ontdekken, dat hier door de seizoenen heen leeft.

Des marais mais pas que...

Not only marshes... Moerassen, maar niet alleen...

À chacun son rythme, partez en randonnée à pied, à cheval ou en bateau. Vous trouverez toujours un chemin digne d'intérêt pour vous imprégner de ce lieu hors du temps. En soirée, vibrez, jouez et plongez dans l'univers des courses hippiques à Graignes, un lieu unique pour des moments inoubliables.

Set off, at your own pace, on foot, on horseback or by boat. You're always sure to find an interesting pathway to totally immerse yourself in this timeless setting. In the evening, enjoy the thrills of the racecourse in Graignes, a unique site for an unforgettable experience.

Maak een wandeltocht, een boottochtje of ga paardrijden, ieder op zijn eigen ritme. U vindt altijd wel een pad waar u helemaal op kunt gaan in deze tijdloze streek. En waag 's avonds uw kans, om de spanning te beleven in de wereld van paardenrennen in Graignes; een unieke locatie voor onvergetelijke herinneringen.

Bon plan

Top tip // Onze tip

A ne pas manquer la colonie de cigognes ! Venez les observer au château de la rivière à Saint-Frmond.

Don't miss the stork colony! Come and watch them at the Château de la Rivière in Saint-Frmond.

Ontdek de ooievaarskolonie! Je ziet ze bij het Château de la Rivière in Saint-Frmond.

À l'ombre de la forêt

UN PATRIMOINE PRÉSERVÉ

A la limite du Calvados, découvrez le charme et la tranquillité d'un espace partagé entre bocage et forêt.

Prenez le temps d'admirer l'imposante abbaye St-Vigor, chef d'œuvre de l'architecture normande, imperturbable face aux changements de lumières et de saisons.

Avec ses 2127 hectares, la forêt de Cerisy est un espace réputé et convoité des promeneurs et des amoureux de la nature.

Entre culture et patrimoine, l'art est omniprésent sur le territoire. Nous vous invitons à découvrir le parc des sculptures, un havre de paix ouvert sur le monde...

On the border with Calvados, discover the charm and tranquility of an environment midway between "bocage" landscape and forest. Take the time to admire the striking Saint-Vigor Abbey, a masterpiece of Norman architecture and unshakable amidst the changing lights of the four seasons.

Stretching across a surface area of 2,127 hectares, the Cerisy forest is a renowned and highly popular site among walkers and nature lovers. From culture to heritage, art is omnipresent throughout our area. We invite you to discover the sculpture park, a peaceful haven open to the outside world...

Ontdek op de grens met Calvados de charme en rust van een gebied, verdeeld tussen bos en coulisselandschap. Neem de tijd op de indrukwekkende abdij St-Vigor te bewonderen; een hoogstandje van de Normandische bouwkunst, onverstoort onder de veranderingen van licht en seizoenen.

Met zijn 2127 hectares is het bos van Cerisy alom bekend, en zeer geliefd onder de wandelaars en natuurliefhebbers. Met een overvloed aan cultuur en erfgoed is kunst overal in de streek. Wij raden u aan om een kijkje te nemen in het beeldend park, een oase van rust geopend naar de wereld...

Bon plan

AU RYTHME DES 4 SAISONS, RANDONNEZ AUTOUR DE Cerisy-la-Forêt

TAKE A WALK AROUND CERISY THROUGH THE CHANGING SEASONS. WANDEL NAARGELANG HET JA ARGETIJD ROND CERISY

EN HIVER pour écouter le silence hypnotique de la forêt. **IN WINTER**, you'll be treated to the hypnotic silence of the forest. **IN DE WINTER** voel je er de aangrijpende stilte van het bos.

AU PRINTEMPS pour entendre la nature se réveiller. **IN SPRING**, you'll hear nature start to awaken. **IN HET VOORJAAR** hoor je hoe de natuur ontwaakt.

EN ÉTÉ pour profiter de la fraîcheur. **IN SUMMER**, you'll enjoy a fresher feel and in autumn. **IN DE ZOMER** vind je er verfrissing.

ET À L'AUTOMNE s'émerveiller devant ses multiples couleurs émeraude. **IN AUTUMN**, you'll get to admire the many warm, fiery colours. **IN HET NAJAAR** profiteer je van de warme herfstkleuren.



Amoureux de la nature : la Vallée de la Vire vous tend les bras ! A pied, à cheval ou à vélo, longez les méandres de la Vire et laissez-vous séduire par la mosaïque de milieux naturels que compose cet espace. Tandis que les plus intrépides tenteront de dompter ce fleuve à bord d'un canoë, kayak, ou paddle, d'autres préféreront voyager sur l'ancienne voie ferrée embarqués sur un vélo rail. Ce terrain de jeu et de découverte mêlant faune, flore et patrimoine, vous comblera lors d'une parenthèse ressourçante.

Nature lovers: the Vire valley extends a warm welcome! On foot, on horseback or by bike, travel your way along the meanders of the Vire and succumb to the charms of the mosaic of natural environments that comprises the site.

As the most daring visitors try to tame the waters of the Vire aboard a canoe, kayak or stand-up paddle, others will prefer an original rail-biking ride along the former railway track. You are sure to appreciate this marvellous playground, offering an array of things to discover from fauna to flora, via fine heritage, over a stimulating break from routine.

Natuurliefhebbers: de vallei van de Vire wacht op jullie! Te voet, te paard of met de fiets, maak een tochtje langs de Vire en laat je verrassen door het afwisselende natuurlandschap rond de rivier. Terwijl de grootste waaghazens de rivier proberen te bedwingen aan boord van een kano, kayak of paddle, reizen anderen liever over de oude spoorlijn met een velorail. Dit speel- en ontdekkingsterrein dat fauna, flora en erfgoed combineert, zal je in verrukking brengen tijdens een verkwikkende vakantie.



Cap à l'Ouest!

ENTRE BOCAGE ET MARAIS

Le centre de la Manche invite à la flânerie et à la découverte.

Au rythme d'une randonnée paisible, la beauté et la richesse patrimoniale s'empareront de vous. Succombez au charme de la 7^{ème} merveille du département : un château millénaire et son parc à la française.

Imprégnés-vous de l'histoire de la Seconde Guerre mondiale à travers le mémorial Cobra puis passez les portes du cimetière allemand dans lequel reposent près de 11000 soldats. Découvrez les savoir-faire traditionnels à l'image de l'osier et du travail de la vannerie en visitant le musée dédié à ce patrimoine vivant. Accordez-vous une pause dans ce territoire aux multiples facettes...



The centre of Manche is an invitation to roam and to discover. Over a quiet walk, immerse yourself in the beauty and the wealth of this natural heritage.

Succumb to the charm of the area's own "7th marvel": a thousand-year-old castle boasting formal French gardens. Delve into the history of World War II, thanks to the Cobra memorial, and take a stroll through the German war cemetery, the final resting place of 11,000 soldiers. Discover our osier plantation and traditional wickerwork skills over a tour of the visitor centre focusing on this living heritage. Indulge yourself in a welcome break in this multi-faceted destination...

Het centrum van La Manche nodigt uit tot een wandeling vol ontdekkingen. De schoonheid en de rijkdom van het erfgoed zullen je in vervoering brengen tijdens een rustige wandeling.

Bezoek voor de charme van het 7^e wonder van het departement: een duizend jaar oud kasteel en zijn typisch Franse park. Snuf de geschiedenis van de Tweede Wereldoorlog op bij het museum Mémorial Cobra en ga dan door de poorten van de Duitse begraafplaats waar bijna 11.000 soldaten begraven liggen. Ontdek traditionele vaardigheden zoals vlechtwerk en mandenmakerij door een bezoek te brengen aan het museum dat aan dit levende erfgoed is gewijd. Neem een pauze in deze veelzijdige streek...

Direction le Sud!

VERS L'ART ET LA NATURE

Façonné par des siècles d'agriculture, le sud du territoire a su conserver son identité. Paysages verdoyants, espaces boisés et chemins creux feront le bonheur des randonneurs. Son identité réside également dans le savoir-faire de ses producteurs qui vous invitent à faire le plein de saveurs locales (cidre, calvados, confiture de lait, chocolat...). Cette terre de contrastes déroute par son habileté à conjuguer passé et modernité, à l'image de son relais culturel, ancienne cidrerie, aujourd'hui centre régional de création contemporaine de Tessa-Bocage - L'Usine Utopik.

Shaped by centuries of farming, the southern part of the area has preserved its traditional identity. Verdant landscapes, wooded areas and hollow paths are greatly appreciated by walking enthusiasts. This identity also stems from the skilled trades of our producers, who are delighted to offer you a taste of their local specialities (cider, calvados, milk jam, chocolate, etc.). This contrasting land surprises thanks to its harmonious blend of past and present, of which the cultural centre, a former cider factory now transformed into a centre for contemporary creation in Tessa-Bocage, bears fine witness (Usine Utopik).

Het zuidelijke deel van het gebied, gevormd door eeuwenlange landbouw, heeft zijn identiteit weten te bewaren. De groene landschappen, bosgebieden en holle weggetjes zijn als gemaakt voor wandelaars. Zijn identiteit zit ook in de vakkennis van de producenten, die u uitnodigen om de vele smaken uit de streek te komen proeven (cidre, calvados, karamelsaus, chocolade...). Deze streek van contrasten lukt het verbaasend goed om verleden en heden te combineren, zoals zijn cultureel centrum de Tessa-Bocage, vroeger een cidrerie, waar tegenwoordig moderne artiesten elkaar inspireren, en creëren (Usine Utopik).



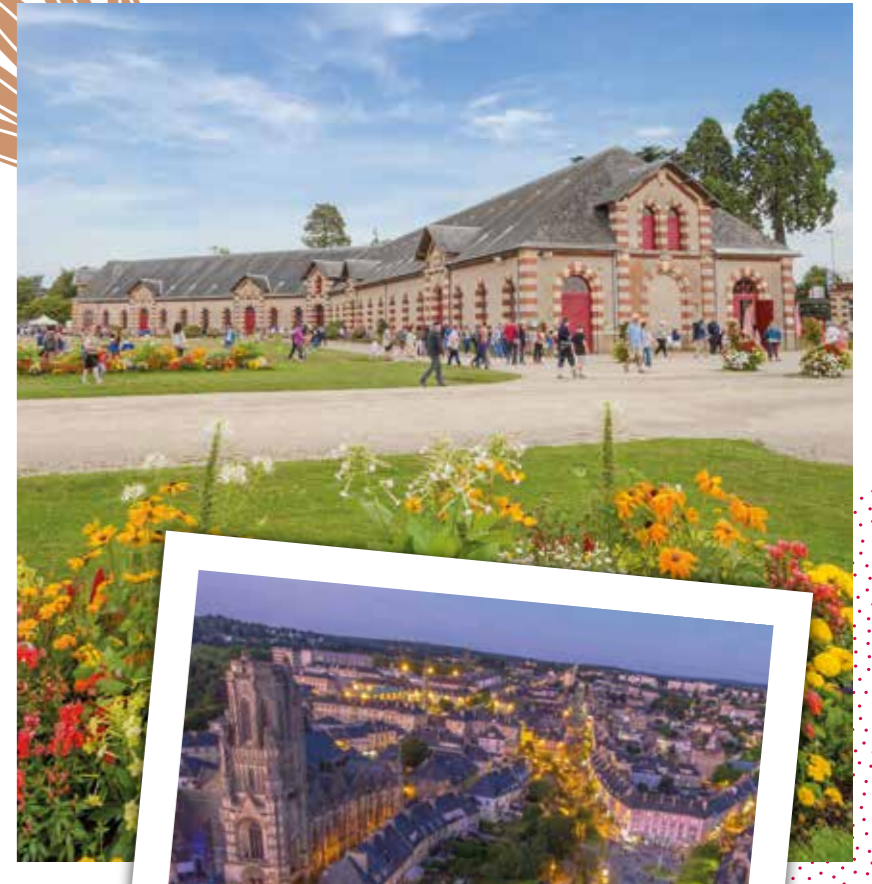
Saint-Lô

UNE VILLE AU CŒUR DE LA MANCHE

Au cœur de la presqu'île du Cotentin, la ville de Saint-Lô domine la Vire du haut de ses remparts. La cité préfectorale, profondément marquée par l'histoire, s'est relevée de ses cendres et s'est résolument tournée vers un avenir haut en couleur. Elle conjugue aujourd'hui trésors anciens, et prouesses architecturales de la reconstruction : véritable musée à ciel ouvert. Sans jamais rejeter ses racines rurales, la ville a su s'imposer et devenir un lieu incontournable du cheval : son haras, au cœur du pôle hippique, accueille des manifestations équestres de haut niveau. Découvrez les secrets de la ville et les traditions ancestrales à travers ses musées, ses remparts et ses vestiges. Les noctambules ne seront pas en reste, une programmation hétéroclite les attend : théâtres, concerts, festivals... Imprégnés-vous de l'art du lâcher-prise à la Saint-Loise!!!

Located in the centre of the Cotentin peninsula, the town of Saint-Lô proudly dominates from its ramparts. This administrative centre, deeply marked by its eventful history, has resuscitated from its ruins and is now resolutely turning towards a colourful future. Today, it offers a medley of age-old treasures, examples of architectural prowess from the post-war reconstruction: in brief, an open-air museum. Whilst cherishing its rural roots, the town has successfully asserted itself to become the capital of horses. Its stud farm hosts top-level equestrian events. Discover the town's secrets, and its age-old traditions, thanks to its museums, ramparts and vestiges. Night owls are also sure to delight, for a highly diverse programme awaits them: theatre, concerts, festivals, etc. Immerse yourself in our very special way of letting go!

Midden op het schiereiland Cotentin heerst de stad Saint-Lô van boven zijn stadsmuren over de Vire. De prefectuurstad, waar de geschiedenis diepe sporen heeft achtergelaten, is uit zijn as herrezen en richt zich op een kleurrijke toekomst. Tegenwoordig is ze een combinatie van oude schatten, en architectonische hoogstandjes van de wederopbouw: een waar openluchtmuseum. Zijn stoeterij organiseert paardenevenementen van hoge kwaliteit. Ontdek de geheimen van de stad, en de eeuwenoude tradities in zijn musea, stadsmuren en overblijfselen. De nachtbrakers wacht een druk programma: theater, concerten, festivals... Beleef de kunst van helemaal losgaan op z'n Saint-Loos!!!



Saint-Lô by night



Les jardins du château de Canisy



La Chapelle-sur-Vire



Les remparts de Saint-Lô