



Naturschauspiel Springtiden hautnah: Winterurlaub in der Bretagne

Frankfurt am Main, 22. Januar 2026. Meterhohe Wellen und tosende Gischt bei Flut, kilometerweites Watt bis zum Horizont bei Ebbe: Springtiden sind ein ganz besonderes Naturerlebnis in der Bretagne. Denn im Nordwesten Frankreichs können wir die stärksten Gezeiten Europas beobachten – und das vor allem in der kalten Jahreszeit. Zum Jahresanfang 2026 sind die Springtiden vom 2. bis 4. sowie am 19. und 20. Februar zu sehen, im März zeigt sich das Spektakel am 4. und 5. sowie vom 19. bis 22. des Monats. In vielen Küstenorten gibt es gut gelegene Aussichtspunkte, um die beeindruckenden Wellen zu beobachten. Zudem wird eine Vielzahl an Aktivitäten angeboten, um die Gezeitenzone und ihre Lebenswelten bei Ebbe zu erkunden.

Cancale, wo die Austern aus dem Meer auftauchen

Wer über die Küstenstraße anreist, sieht schon von weitem den malerischen Ort Cancale, eingebettet zwischen zwei Landspitzen, in der Bucht des Mont Saint-Michel liegen. Genau hier kann man sie in der Nebensaison erleben: die stärksten Gezeiten Europas mit einem Tidenhub von bis zu 14 Metern. Die Bucht ist aber nicht nur für ihre Gezeiten bekannt, Cancale ist auch der berühmteste Austern-Hotspot der Bretagne. Die Meeresfrüchte hier schmecken so gut, dass sie zum immateriellen Kulturerbe Frankreichs ernannt wurden. Auf dem Meeresboden reihen sich unzählige Austernbänke aneinander, die bei Ebbe auftauchen und zur Zeit der Springtiden am besten erkundet werden können. Also nichts wie rein in die Gummistiefel mit Naturguide Inga, die durch die Austernparks in der Gezeitenzone führt und ihr Wissen über die edle Muschel und die Meereswelt teilt. Informationen finden sich unter ostreika.com.

Springtiden kurz erklärt

Das Phänomen der Springtiden steht für eine Gezeitenphase mit überdurchschnittlich starkem Tidenhub, also einem besonders großen Unterschied zwischen Höchststand bei Flut und Tiefstand bei Ebbe: Bei Flut schlagen die Wellen mit besonderer Kraft gegen das Land, bei Ebbe hingegen zieht sich das Meer viel weiter zurück und bringt Landschaften zum Vorschein, die meist verborgen bleiben. Dafür sorgt die Anordnung von Sonne, Erde und Mond in einer Linie bei Neu- und Vollmond, da sich dann ihre gravitativen Kräfte kumulieren und somit verstärken.



PRESSEKONTAKT IN DEUTSCHLAND

L'AGENTOUR
VOTRE DESTINATION · NOTRE PASSION

Christine Lange
www.lagentour.com • christine@lagentour.com



Mit so viel Wissen schmecken die Austern auf dem täglichen Austernmarkt neben dem Leuchtturm am Port de la Houle noch besser, Meerblick inklusive. Wer nicht nur weit, sondern auch hoch hinaus möchte, folgt dem Küstenpfad auf die Landspitzen Pointe des Crolles und Pointe du Grouin. Von hier genießt man das schönste Panorama auf die Bucht des Mont Saint-Michel mit ihren Chausey-Inseln und der Silhouette des berühmten Klosterbergs am Horizont. Noch mehr Infos finden sich auf der Website der Tourist-Information unter saint-malo-tourisme.com, über den Austernmarkt informiert marcheauxhuitres-cancale.com.

Wasserwander-Session an der Küste von Saint-Cast-le-Guildo



Wer Wasserwandern noch nicht kennt, sollte unbedingt eine Reise nach Saint-Cast-le-Guildo einplanen. Der Küstenort im Norden der Bretagne liegt wie eine Landspitze eingerahmt zwischen zwei Buchten und ist das ganze Jahr über ein Paradies für alle, die ihre Nase bei jedem Wetter gern in die Luft halten. Die Kombination aus Bewegung und Entspannung beim Wasserwandern ist nicht nur förderlich für Fitness und Gesundheit, sondern macht dank

Neoprenanzug zu jeder Jahreszeit Spaß, ganz besonders zur Springtidenzeit im Winter. Mit der Gruppe „Les Pingouins Castins“ – ja, die Pinguine im Namen kommen von den schwarzen Ganzkörper-Anzügen – unter Anleitung von Catherine Bossuyt geht es am Strand von Pen Guen oder von der Grande Plage los. Aufwärmübungen begleiten die ersten Schritte ins Wasser, bis die Teilnehmenden bis zum Oberkörper in den Wellen stehen, dann wird langsam voran gewatet. Die sanften Bewegungen im Wasser tun der Muskulatur und dem Herz-Kreislauf-System gut; die frische Meeresbrise, das sanfte Wellenrauschen und die friedvolle Küstenlandschaft tun ihr Übriges. Weitere Informationen finden sich auf der Website der Tourist-Information unter dinan-capfrehel.com.

Strandfischen mit Monsieur Jean in Binic

Jean kennt den Strand und das Watt vor Binic-Étables-sur-Mer wie seine Westentasche – vor allem die vielen kleinen Tiere, die sich bei tiefer Ebbe in den Pfützen und dem Schlick des Meeresbodens tummeln. Beim Strandfischen in der Bucht von Saint-Brieuc im Norden der Bretagne lernen die Teilnehmenden das Watt und seine Bewohner mit fast allen Sinnen kennen: sehen, berühren, riechen und auch schmecken. Der passionierte Angler und Meeresliebhaber

PRESSEKONTAKT IN DEUTSCHLAND

L'AGENTOUR
VOTRE DESTINATION · NOTRE PASSION

Christine Lange
www.lagentour.com • christine@lagentour.com



erklärt die Techniken des Strandfischens, bei dem er großen Wert darauf legt, die Artenvielfalt der bretonischen Küste zu respektieren und nachhaltig und verantwortungsvoll zu fischen. Ausrüstung wie Schaber und Kescher bringt Jean mit, für Gummistiefel und Windjacke ist jeder selbst verantwortlich. Insbesondere im Winter ist Strandfischen ein großartiges Erlebnis, wenn sich das Wasser besonders weit vom Land zurückgezogen hat, der Wind um die Nase weht und man das Salz der frischen Meeresluft auf der Zunge schmeckt. Weitere Infos auf englischer Sprache unter monsieur-jean.fr/en-GB.



Wo der Takt der Gezeiten wichtiger ist als der Takt der Uhr

Mitten in der Bucht von Morlaix, eine der größten der Bretagne, ragt eine Halbinsel ins Meer, und auf ihr thront das Örtchen Carantec. Doch es wird noch maritimer: Denn die knapp 20 Bewohnerinnen und Bewohner der vorgelagerten Insel Callot leben tatsächlich weniger nach dem Takt der Uhr, als vielmehr im Rhythmus der Gezeiten. Denn die Insel, die eigentlich aus zwei Inseln verbunden mit einer Dünenkette besteht, ist nur bei Ebbe zu Fuß erreichbar. Dann nämlich, wenn das Meer den knapp 800 Meter langen Damm ab Carantec freilegt. Mit dem Spiel aus Ebbe und Flut ändert sich hier alle sechs Stunden das Ambiente. Die Insel Callot ist das ideale Ziel für



einen Halbtagesausflug: Bei einem Spaziergang kann man neue Energie tanken, Strandfischen gehen und die Aussicht von der Kapelle Notre Dame de Callot genießen. Wer länger bleiben und die Insel auch bei Flut erleben will, kann auf der Île Callot übernachten – in einer ehemaligen Schule, die 2018 in eine Ferienunterkunft umgewandelt wurde. Reservierungen sind unter baiedemorlaix.bzh möglich.

PRESSEKONTAKT IN DEUTSCHLAND

L'AGENTOUR
VOTRE DESTINATION · NOTRE PASSION

Christine Lange
www.lagentour.com • christine@lagentour.com



Von Leuchtturm zu Leuchtturm in Plouguerneau

Nicht nur bei Springtiden, auch wenn es um Leuchttürme geht, ist die Bretagne eine Region der Superlative: die höchste Leuchtturmdichte weltweit, den hellsten Leuchtturm Europas und auch den höchsten finden wir in ihrem nordwestlichsten Zipfel bei Plouguerneau. Letzterer steht auf der gleichnamigen Insel „Île Vierge“ und ist mit seinen 82,5 Metern sogar der höchste steinerne Leuchtturm der Welt. Insgesamt 20 Leuchttürme weisen hier



Seefahrern aus aller Welt seit mehr als einem Jahrhundert ihren sicheren Weg. Jeder Leuchtturm wirft dabei in seinem eigenen, für ihn charakteristischen Rhythmus seine hellen Strahlen bis zu 50 Kilometer weit in den dunklen Nachthimmel. Wer mehr über die steinernen Wächter der Meere erfahren möchte, ist bei der geführten Leuchtturmtour in Plouguerneau genau richtig. Sie startet zu den Springtiden am 20. Februar um 14 Uhr und am 20. März um 13:30 Uhr jeweils an der Landspitze Kastell Ac'h und führt entlang des Küstenpfads in zwei Stunden auf vier Kilometern an drei Leuchttürmen vorbei: dem Leuchtturm Île Wrac'h, dem Leuchtturm Île Vierge und dem Leuchtturm von Lanvaon. Im Winter ist die Tour besonders magisch, wenn während der Tour die Dämmerung einsetzt und die Teilnehmenden das Anschalten der Leuchttürme miterleben können. Die Leuchtturmsspaziergänge können unter boutique.abers-tourisme.com gebucht werden.

Auf der Halbinsel Crozon das Winterlicht genießen

Sonnenuntergänge sind zu jeder Jahreszeit schön. Im Winter sind Licht und Farben jedoch oft noch intensiver – und man muss nicht so lange warten, bis die Sonne untergeht. In Crozon, auf der gleichnamigen Halbinsel ganz im Westen der Bretagne gelegen, finden sich einige perfekte Sonnenuntergangssspots. Denn hier fällt der Blick nach Westen, wo die Sonne im Meer versinkt. Ein beeindruckendes Winterpanorama, egal ob das Sonnenlicht das sanft schillernde Watt mit seinen unzähligen Pfützen in Orangetöne färbt oder sich in den Wellen der Flut spiegelt. Eingerahmt wird der Blick von der Felsengruppe Tas de Pois und dem Cap de la Chèvre, deren raue Natur vor allem bei stürmischem Wetter sehenswert ist. Kamera nicht vergessen. Website: crozon-tourisme.bzh/



PRESSEKONTAKT IN DEUTSCHLAND

L'AGENTOUR
VOTRE DESTINATION · NOTRE PASSION

Christine Lange
www.lagentour.com · christine@lagentour.com



Legenden und Copyrights von oben nach unten:

- Meerblick mit allen Sinnen: Der tägliche Austermarkt am Kai bietet den besten Blick auf die Austerbänke vor der Küste, wo bei Springtiden emsiges Treiben herrscht. Copyright: Saint-Malo – Baie du Mont Saint-Michel
- Der Jungbrunnen der Bretoninnen und Bretonen ist das Meer, denn Wasserwandern im Winter hält fit und macht abendrein noch gute Laune. Copyright: Alexandre Lamoureux
- Bei Springtiden legt die tiefe Ebbe Schätze frei, die sonst auf dem Meeresgrund verborgen bleiben. Copyright: Office de Tourisme de Binic-Étables-sur-Mer
- Reif für die Insel? Dann auf nach Carantec! Von hier geht's zu Fuß auf die Insel Callot. Copyright: Alexandre Lamoureux
- Neben Austern und Crêpe sind Leuchttürme das Wahrzeichen der Bretagne. Über ihre Geschichte und ihre Leuchtsignale erfährt man mehr bei einer geführten Tour entlang der Küste von Plouguerneau. Copyright: Jérémy Jéhanin
- Zwischen wilden Klippen und weiten Stränden zeigt sich die Halbinsel Crozon im Winter ungezähmt. Copyright: Jérémy Jéhanin

PRESSEKONTAKT IN DEUTSCHLAND

L'AGENTOUR
VOTRE DESTINATION · NOTRE PASSION

Christine Lange
www.lagentour.com • christine@lagentour.com