

# 4 WEEK-ENDS À VELO À PROGRAMMER EN MAI

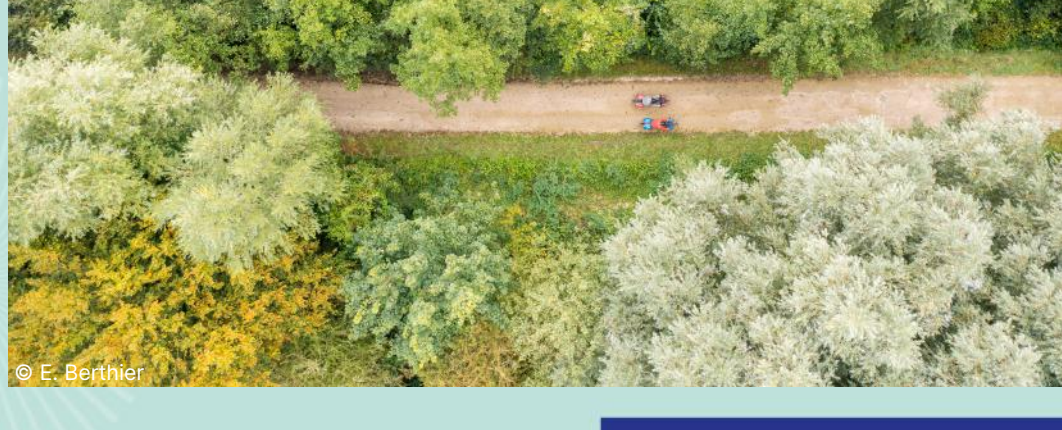


À quelques semaines des vacances estivales, les week-ends de mai sont l'occasion de s'offrir une courte parenthèse ensoleillée pour faire le plein d'énergie et d'inspiration en attendant l'été. Plus calmes et moins fréquentés, ces week-ends – prolongés ou non – sont idéaux pour partir à la découverte des trésors de l'Hexagone le temps d'une escapade à vélo au grand air. Sur le littoral atlantique ou « au vert », dans la campagne française, sur deux, trois ou quatre jours, tour d'horizon de 4 itinéraires parfaits pour s'évader et déconnecter le temps d'un court séjour à vélo en mai.



## PARENTHÈSE AU VERT EN PAYS DE THIÉRACHE

### SUR LA SCANDIBÉRIQUE



© E. Berthier

**Au départ d'Étréaupont**, ce parcours de 75 km accessible aux débutants est idéal pour profiter d'une parenthèse au vert dans l'environnement bucolique de la campagne axonaise. Églises fortifiées, prairies bocagères et villages de briques ponctuent cette portion de La Scandibérique en Pays de Thiérache. Après avoir visité le château fort et le célèbre Familistère de Guise – témoin du riche passé industriel du Nord de la France –, l'itinéraire suit les traces de l'écrivain et aventurier écossais Robert Louis Stevenson le long des rives bocagères de l'Oise et du canal de la Sambre à l'Oise. Un véritable voyage dans le temps, bucolique et champêtre, au fil de ses écluses, ponts canaux et des moulins d'autan...

📍 75 km

🚲 3 jours / 2 nuits

🗺️ Débutant

#### LES COUPS DE CŒUR DU PARCOURS :

- Le village perché d'Englancourt et son point de vue sur la Vallée de l'Oise
- L'église fortifiée de Beaurain
- Le château fort et le Familistère de Guise
- Les écluses, ponts et moulins remarquables qui jalonnent l'itinéraire

PLUS D'INFORMATIONS SUR

[www.scandiberique.fr](http://www.scandiberique.fr)



## MICRO-AVENTURE IODÉE DE BAYEUX À DEAUVILLE

### SUR LA VÉLOMARITIME



© E. Berthier

📍 107 km

🚲 3 jours / 2 nuits

🗺️ Habitué

#### LES COUPS DE CŒUR DU PARCOURS :

- Départ et retour en train possible depuis Bayeux et Deauville
- La cathédrale Notre-Dame à Bayeux, joyau de l'architecture normande
- La Tapisserie de Bayeux, classée à l'Unesco
- Les plages et le musée du Débarquement à Arromanches
- L'Estuaire de l'Orne, vaste espace naturel protégé
- Le site des Vaches Noires et ses falaises de craie
- Cabourg et ses villas Belle Époque, reine de la Côte Fleurie
- L'arrivée à Deauville et un petit tour sur les célèbres planches de Deauville

PLUS D'INFORMATIONS SUR

[www.lavelomaritime.fr](http://www.lavelomaritime.fr)

**Le temps d'un week-end**, cette portion de La Vélo maritime propose d'explorer le Calvados à vélo. Après avoir visité Bayeux et sa célèbre cathédrale Notre-Dame, direction Ouissehem en empruntant un parcours littoral et iodé le long de la Côte de Nacre à la découverte des sites emblématiques du débarquement. Passé les canaux de Caen et de l'Orne, l'Estuaire de l'Orne et ses 1000 ha d'espaces naturels préservés laissent peu à peu place aux somptueuses plages normandes et leurs étendues de sable fin. Entre océan, dunes, marais et villas Belle Époque, la station balnéaire de Cabourg est une étape à ne pas manquer. Plus escarpée, la fin du parcours offre une vue imprenable sur la Côte Fleurie et les falaises de craie des Vaches Noires. La micro-aventure se termine dans la très chic Deauville où une balade sur les célèbres Planches s'impose...



## ESCAPADE BUCOLIQUE ET CHAMPÊTRE D'ANGOULÊME À COGNAC

### SUR LA FLOW VÉLO



© Aurélie Stapi - porteurdesonge.com ; Charentes Tourisme

**Après une incursion dans la Cité de la bicyclette**, La Vélo guide des voyageurs à vélo entre rive droite et rive gauche de la Charente par un itinéraire au fil de l'eau, ponctué de villages et de moulins, de jolis ponts de pierre et de moulins à eau. En chemin, la plage du bain des Dames est idéale pour profiter de cet environnement bucolique le temps d'une courte pause.

Passé Châteauneuf-sur-Charente et ses hôtels particuliers, l'itinéraire s'enfonce au cœur du vignoble charentais pour une parenthèse au vert au milieu des vignes. À Jarnac et Cognac, les quais bordés de maisons de négoce sont l'occasion de flâner et profiter d'une dégustation du célèbre spiritueux charentais.

📍 61 km

🚲 2 jours / 1 nuit

🗺️ Débutant

#### LES COUPS DE CŒUR DU PARCOURS :

- Départ et retour en train possible depuis Angoulême et Cognac
- Angoulême, capitale de la bande dessinée
- Un itinéraire au fil de l'eau, le long de la vallée de la Charente
- Les villages et leurs églises romanes le long de l'itinéraire
- L'Abbaye de Bassac, 1000 ans d'histoire entre fleuve et vignes
- Jarnac, les quais de la Charente et la Maison Natale de François Mitterrand
- Cognac, ses célèbres maisons de négoce et la vieille ville autour du Château des Valois

PLUS D'INFORMATIONS SUR

[www.laflowvelo.com](http://www.laflowvelo.com)



## PARCOURS ARTISTIQUE LE LONG DE LA LOIRE, DE NANTES À PORNIC

### SUR LA VÉLODYSSÉE



© La Véloodyssée - Aurélie Stapi

📍 97 km

🚲 4 jours / 3 nuits

🗺️ Débutant

#### LES COUPS DE CŒUR DU PARCOURS :

- Départ et retour en train possible depuis Nantes et Pornic
- L'accessibilité de l'itinéraire et les faibles distances journalières
- Les Machines de l'île à Nantes
- Les œuvres artistiques qui ponctuent ce parcours le long de la Loire
- L'arrivée sur l'Atlantique et le retour des embruns
- Pornic, son château et ses pêcheries

PLUS D'INFORMATIONS SUR

[www.lavelodysee.com](http://www.lavelodysee.com)

**Après avoir profité du Buillonement Trentemoult et Paimboeuf**, charmants villages de pêcheurs et leurs maisons colorées, pour une halte hors du temps. Le bateau mou de Erwin Wurm, le jardin étoilé de Kinya Maruyama... les insolites œuvres d'art contemporain du parcours Estuaire ponctuent cette balade bucolique le long de la Loire pour un moment alliant nature et culture. Puis, La Véloodyssée met le cap sur l'océan en direction de Saint-Brevin, son Serpent d'Océan et ses grandes plages de sable fin. Pornic et ses incontournables pêcheries marquent la fin de cette odyssee vers l'Atlantique. Un itinéraire sur 4 jours accessible aux débutants et aux familles, parfait pour découvrir l'étonnant univers qui règne le long de l'estuaire de la Loire...

#### À PROPOS

##### À propos de La Scandibérique\* :

Plus longue véloroute de France, La Scandibérique, le chemin qui vous emmène loin, relie Maubeuge (Nord) à Saint-Jean-Pied-de-Port (Pyrénées-Atlantiques) au fil d'un parcours d'environ 1700 km ! Elle traverse 4 régions et 20 départements et offre une multitude infinie de découvertes et de rencontres. Tantôt urbaine, tantôt rurale, La Scandibérique se vit sur plusieurs jours pour une immersion totale dans les terroirs et patrimoines français !

Plus d'informations sur : [scandiberique.fr](http://scandiberique.fr)

##### À propos de La Vélo maritime\* :

Inaugurée en 2021, La Vélo maritime est un itinéraire vélo de 1500 km reliant Roscoff à Dunkerque, de la Manche à la Mer du Nord, par un réseau de petites routes et voies vertes. Partie française de l'Eurovelo 4, qui relie Roscoff à Kiev, La Vélo maritime se distingue par un itinéraire maritime dévoilant les sites emblématiques du littoral breton, normand et nordiste. De la côte de Granit Rose à la côte d'Opale, en passant par le Mont Saint-Michel, Étretat ou la Baie de Somme, elle est idéale pour les cyclistes en quête d'évasion, de défis et de découvertes culturelles et gastronomiques.

Plus d'informations sur : [lavelomaritime.fr](http://lavelomaritime.fr)

##### À propos de La Flow Vélo\* :

La Flow Vélo est une véloroute chic et bucolique située aux portes du Sud-Ouest. Longue de 290 km, elle relie Thiviers en Dordogne à l'île d'Aix en Charente-Maritime en passant par la Charente. Entre terre et mer, entre vignes et air iodé, elle promet un parcours au fil de l'eau, jalonné d'art et d'histoire... Un voyage à deux roues qui met tous les sens en éveil...

Plus d'informations sur : [laflowvelo.com](http://laflowvelo.com)

##### À propos de La Véloodyssée\* :

La Véloodyssée, c'est 1300 km d'itinéraire cyclable entièrement balisé – dont 76% sans voiture – pour découvrir toute la richesse du littoral atlantique français et vivre une aventure à vélo hors du commun. Inaugurée en 2012 et primée à plusieurs reprises, l'étape française de l'Atlantic Coast Route (Eurovelo 1) relie Roscoff à Hendaye et traverse pas moins de 3 régions et 9 départements pour des points de vue remarquables entre terre et mer et une sensation de déconnexion instantanée !

Plus d'informations sur : [lavelodysee.com](http://lavelodysee.com)

Contacts médias

Margot Cariou

Charlotte Petitprez