

VELOROUTES ET VOIES VERTES ACCESSIBLES EN TRAIN A PARTIR DE PARIS

23 RANDONNEES POUR CYCLISTES ET ROLLERS FRANCILIENS

Depuis 1996, plusieurs associations s'efforcent de promouvoir en France un réseau de véloroutes et de voies vertes en prenant exemple sur les réalisations européennes (notamment en Suisse, Autriche, Allemagne, Grande Bretagne, Belgique, Pays-Bas) ou américaines (route verte du Québec, greenways aux Etats-Unis).

L'action associative et les travaux du comité interministériel de suivi de la politique vélo de 1996 à 1998 ont contribué au lancement d'un schéma national de 8000 km de véloroutes validé par le Comité Interministériel d'Aménagement et de Développement du Territoire du 15 décembre 1998 dans le cadre des contrats Etat-Régions.

Les projets sont encore, pour la plupart, en phase d'étude ou en début d'aménagement.

Si la réalisation d'un réseau national continu apparaît donc encore lointaine, de nombreuses voies vertes de plusieurs dizaines de km ont été aménagées en France. De plus, des parcours cyclables importants existent en Alsace et en Aquitaine.

Certaines régions sont encore difficilement accessibles en train à partir de l'Ile-de-France pour les voyageurs transportant leur vélo.

Cependant dans les conditions actuelles, une gamme d'agréables randonnées est offerte aux habitants de la région parisienne.

Les circuits comportent, dans des proportions variables, des voies vertes réservées aux usagers non motorisés aménagées sur chemins de halage, voies forestières ou anciennes voies ferrées et des petites routes tranquilles.

Seuls les parcours accessibles pour les habitants d'Ile-de-France par les transports publics ont été présentés.

A l'exception des routes de la Suisse à vélo, le profil de la plupart des circuits est assez facile. Certains sont presque plats.

Sauf exceptions indiquées, les voies de randonnées comportent un revêtement « dur » (enrobé, bitume, ciment etc.) praticable à roller ou « stabilisé » (sable, cendre, fin gravier etc.) praticable à VTC, vélo de randonnée ou de ville mais non à roller.

Pour la plupart, les randonnées peuvent être faites en famille sous réserve d'être vigilant sur les tronçons à grande circulation inévitables.

La durée suggérée de la plupart des parcours est comprise entre une journée et deux ou trois semaines.

Les descriptions sont utilisables avec cartes IGN série bleue (ou verte ancienne) au 1/100 000 ou Michelin. Pour les randonnées en Ile-de-France, il est nécessaire de se munir de cartes plus précises (au 1/15 000, 1/25 000 ou 1/50 000).

Certaines voies de randonnée sont indiquées sur les cartes par un trait rouge, parfois en tirets, d'autres ne sont pas mentionnées.

De plus, les cartes comportent des inexactitudes en cette matière. En dehors des voies vertes, les itinéraires se déroulent en grande majorité sur routes tranquilles indiquées en blanc.

PARCOURS EN FRANCE

- 1 La baie de Somme
- 2 Le Mont-St-Michel par les voies vertes de la Manche
- 3 Canal d'Orléans
- 4 Boucles dans l'Orléanais
- 5 Orléans-Blois
- 6, 7 et 8 Parcours sur les berges de la Mayenne
- 9 Le Pays de Bray par l'Avenue Verte
- 10 Canal du Nivernais
- 11 Le Périgord Noir
- 12 La côte Aquitaine et la Dordogne
- 13 Le canal du Midi
- 14 L'Alsace
- 15, 16, 17 Langres, Lac de Der de Chantecoq

PARCOURS EUROPEENS

- 18, 19, 20 Val de Sambre et Wallonie
- 21, 22 Luxembourg
- 23 La Suisse à vélo

Transport des vélos par train au départ de Paris : horaires jusqu'au 13 décembre 2003.

Tous les trains de Grandes Lignes vers Boulogne, Maubeuge, Charleville, Strasbourg, Metz-Luxembourg, Bâle, Granville et, sauf exceptions, vers Toulouse-Cerbère, Bourges-Montluçon, comportent un espace réservé pour transporter gratuitement 6 vélos non démontés (capacité variable sur Paris-Granville) situé vers le milieu du train (pictogramme).

Par ailleurs, des trains acheminent les bicyclettes sur les lignes Paris-Clermont-Ferrand (plusieurs trains par jour) Paris-Rouen (un aller-et-retour quotidien) et Paris-Caen (un aller-et-retour samedis, dimanches et fêtes).

Certains TGV pour Dunkerque, Valenciennes, Genève, Montpellier, Valence, Avignon et Montpellier et **des trains de nuit quotidiens** pour Briançon, Bourg-St-Maurice, Hendaye, Tarbes, Port-Bou, St-Gervais, Toulouse et Vintimille comportent un local de 4 ou 6 vélos pour vélos non démontés **disponible sur réservation de 10 € par vélo.**

Légende : jours de circulation

Quot : circule tous les jours, **X** : tous les jours sauf les dimanches et fêtes

A : tous les jours sauf samedis, dimanches et fêtes,

B : tous les jours sauf samedis, **C** : samedis, dimanches et jours fériés

5 : vendredis, **6** : samedis, **7** : dimanches † : dimanches et fêtes sauf 15 août

Certaines particularités de circulation exceptionnelle n'ont pu être précisées.

1 La baie de Somme

Aller	X	†	Quot.	Tous les trains de la ligne Paris-Amiens-Abbeville-Boulogne comportent voiture 14 un compartiment-vélos			
Paris-Nord	7 07	8 04	10 07				
Abbeville	8 53	9 50	11 48				
Retour	†	Quot.	†	†	Quot.	7	
Abbeville	17 29	18 29	19 29	21 33	Rue	15 15	19 10
Paris-Nord	19 20	20 20	21 20	23 20	Paris	17 20	21 20

Aménagements : traverse du Ponthieu revêtement en sable compacté cyclable sur ancienne voie ferrée d'Abbeville à Conteville (17 km), piste cyclable d'Abbeville à St-Valéry le long du canal de la Somme, piste de la baie de Somme Le Hourdel-Le Crotoy.

Principaux centres d'intérêts : ville d'Abbeville, parc ornithologique du Marquenterre, maison de l'Oiseau, train touristique, abbaye de Valloires, église de St-Riquier.

Parcours : **Abbeville-Rue (41 km dont 31 km de piste cyclable), boucle autour d'Abbeville (120 km dont 47 km de voies vertes) ou Abbeville-ou Montreuil-Etaples (85 km dont 31 km de pistes cyclables)**

La piste Abbeville-St-Valéry débute le long du canal à proximité de la gare. Prendre cette piste à gauche vers l'aval. Après une visite de St-Valéry (ou un parcours jusqu'au Hourdel et la maison de l'oiseau), revenir sur la piste cyclable parallèle à la D 940 qui se termine 2 km au nord du Crotoy sur D 4. Le parc ornithologique du Marquenterre est à 5 km par petites routes et la gare de Rue à 4 km du parc.

Après un profil plat jusqu'ici, la suite comprend quelques petites côtes (rien d'effrayant).

Traverser la voie ferrée et gagner la vallée de l'Authie par la D 85 vers Villers-sur-Authie, la D 485 vers Nampont-St-Martin. Suivre la vallée par la D 192 (abbaye de Valloires), la D 224 jusqu'à Vitz-sur-Authie.

Quitter la vallée en tournant à droite à Vitz pour prendre la direction d'Acquet puis de Maison-Ponthieu. A la sortie du village, prendre la D 56 à gauche jusqu'à Conteville.

Traverse du Ponthieu de l'ancienne gare de Conteville à Abbeville par St-Riquier.

Autre possibilité : de l'abbaye de Valloires se diriger vers Montreuil par l'Aiguille et Ecuire. De Montreuil, prendre la D 139 sur le versant sud de la vallée de la Canche par La Calotterie et Valencendre vers Etaples-le Touquet (plusieurs trains quotidiens vers Paris-Nord comportant tous un compartiment-vélo).

Hébergements : plusieurs hôtels à Abbeville, St-Valéry-sur-Somme, Le Crotoy, Montreuil et Le Touquet, gîtes à Rue (03 22 25 02 42), à Ponthoille (03 22 27 07 11) et près du parc du Marquenterre (03 22 25 03 06), AJ à Montreuil (03 21 06 10 83) et au Touquet (03 21 05 08 22). Campings dans la baie.

2 Le Mont-St-Michel par le sentier Fulgence Bienvenüe de 120 à 155 km

Aller	A	C	Automoteurs Grandes lignes comprenant de 3 à 9 places vélos ou train avec fourgon en période de pointe
Paris-Montparnasse	7 06	8 20	
Vire	9 43	10 57	
Retour	X	†*	†* : sauf 15 août
Granville	18 32	19 34	
Paris-Montparnasse	21 44	22 47	
	X*		X* : tous les jours sauf dim. et fêtes du 6 juillet au 1 ^{er} sept.. Changement à Folligny : 1 heure d'attente (2 h dimanches)
Pontorson *	17 05		
Avranches *	17 27		
Paris-Montparnasse	21 44		

Aménagements : Sentier Fulgence Bienvenüe (père du métro, constructeur de la ligne désaffectée qui sert d'assise à la voie de randonnée) aménagé par les départements de Vire à Pontaubault. Gravier ou sable compacté, cyclable, non praticable en roller.

A Vire-Mont-St-Michel-Pontorson (95 km dont 65 km sur voie verte)

De la gare, se diriger vers le centre ville. Après la montée, passer à droite de la porte. Tourner à gauche à l'église et prendre la voie étroite à l'angle de la place (à gauche des grilles). Après cette descente, passer sur la Vire à gauche puis prendre à droite la D 150 vers Champ du Boul. Après 4 km, on accède à la voie verte. On passe près de Sourdeval et de Mortain. 500 m après la traversée de la N 12 on arrive à un embranchement. Tourner à droite. La voie verte passe à St-Hilaire du Harcouët et se termine à Pontaubault.

A Pontaubault, prendre la D 313 qui longe la Sélune puis des polders, les «prés salés ». Nous rejoignons la D 288. 500 m plus loin, tourner à gauche rue du Puits Asselin dans le hameau les Bas Coutils. Croiser la D 43. Prendre la D 75 à gauche au lieu-dit le Pont à l'Anguille et la D 280 à droite. A la Rive, prendre la petite route à gauche qui rejoint la D 275 à la Bergerie à 1 km de la route d'accès au Mont-St-Michel.

Pour gagner Pontorson au départ du Mont-St-Michel, prendre le chemin revêtu qui longe le Couesnon. Après 2 km tourner à gauche, croiser la D 976, tourner à droite à Beauvoir. La petite route passe à Moidrey et rejoint la D 976 à l'entrée de Pontorson.

Hébergements : hôtels et campings à Sourdeval, Mortain, St-Hilaire-du-Harcouët et dans la baie. AJ à Pontorson (02 33 60 18 65)

Gîte d'étape du Neufbourg (près de Mortain) aménagé dans un prieuré du 12^{ème} siècle.

02 33 59 00 14 mairie.le-neubourg@wanadoo.fr

B Retour Pontorson-Avranches (26 km) ou Pontorson-Granville (60 km)

C'est un superbe parcours avec un panorama grandiose sur la baie et le Mont.

Gagner Pontaubault par les Pas, Ardevon, Les Bas Coutils puis la route côtière.

A Pontaubault, traverser la Sélune. On peut prendre la D 43 E 2 puis tourner à gauche et suivre la direction du Val-St-Père. On peut suivre le sentier GR 22 le long de l'estuaire puis prendre la route. Tourner à gauche à Ardennes. Prendre la D 556 à droite à Val-St-Père puis tourner à gauche à côté de l'école puis à droite, passer sur la voie ferrée et tourner à gauche. Longer le chemin de fer, suivre la direction Bellevue le long de la voie rapide. On peut gagner la gare d'Avranches par le sentier entre la route et la voie ferrée.

Pour continuer vers Granville, prendre la passerelle qui enjambe la Sée (vestige d'une ligne de chemin de fer d'intérêt local). Traverser un rû par la D 911 que l'on quitte immédiatement pour un chemin à gauche. Nous longeons un hippodrome. Après un passage non revêtu, prendre la voie carrossable qui passe au lieu-dit Le Poulet.

Prendre la D 591 à gauche, la route côtière encore à gauche. En longeant la côte nous passons au Grouin du Sud (superbe point de vue), à la Chaussée puis au Grand Port. Tourner ensuite à gauche pour suivre la petite route parallèle à la côte. A la sortie de Genêts, prendre la D 35E à gauche, la route à droite avant le Bec d'Andaine.

Prendre à droite la direction village d'Obret. Croiser la D 91, tourner à droite au cimetière (chemin du pavé), encore à droite à l'église de St-Jean-Thomas.

Au carrefour suivant, prendre à gauche le chemin qui monte en pente douce (ancienne voie ferrée d'intérêt local) actuellement GR 223. Prendre la route qui descend à gauche. Tourner à gauche. On traverse le hameau d'Incoville. Tourner à droite, croiser la D 61, passer à côté du cimetière. Peu après l'ancienne gare de Carolles qui est maintenant la mairie, on retrouve cette ancienne voie ferrée qui descend jusqu'à Jullouville.

Au bout du chemin, prendre la rue à droite en bas de la colline. Tourner à gauche au lieu-dit Les Planches. Nous passons devant la colonie de vacances de St-Ouen. Tourner à droite au pont Hogris. Prendre la route à gauche après Kairon. Tourner à gauche, croiser la D 373, nous passons par la Deganetière. Prendre la D 959 à gauche à Catteville puis la route immédiatement à droite. De St-Pair à Granville la D 911 route côtière est inévitable soit 2 km assez désagréables.

Centres d'intérêt. Ville d'Avranches (à l'écart du parcours) Maisons de la baie à Genêts et à St-Léonard. Traversées pédestres guidées de la baie au départ de Genêts.

Hébergements AJ à Genêts (02 33 58 40 16) genets@fuaj.org

Hôtel des Bains à St-Jean-le-Thomas (02 33 48 66 42) hdesbains@aol.com.

AJ à Granville (02 33 91 22 62) cmg@dial.oleane.com.

3 Le canal d'Orléans 85 km (de 30 à 50 km sur chemin de halage)

Aller	X	X*	†	X* :	
Paris-Lyon-banlieue	6 00	8 27	9 06	changement	
Montargis	7 31	10 09	10 41	à Moret	
Retour	Quot	X	†	X	†
Les Aubrais-Orléans	16 14	18 31	20 17	22 15	22 56
Paris-Austerlitz	17 10	19 26	21 16	23 08	23 50

Aménagement : ce canal contemporain du canal du Midi, désaffecté en 1954, fermé à la navigation est resté en eau. Sauf dans la partie centrale entre Châtenoy et Combreaux, un revêtement sableux étroit qu'il serait souhaitable d'améliorer et d'élargir permet le passage à vélo à vitesse modérée sur le halage. Le chemin est plus large de Fay-aux-Loges à Orléans. Le canal d'Orléans fait partie du parcours proposé pour la véloroute transeuropéenne St-Jacques-de-Compostelle-Paris-Moscou.

Parcours Montargis-Orléans : De la gare, se diriger vers le centre, traverser le Loing, passer devant l'office de tourisme, traverser le canal de Briare tourner à droite et suivre le canal. Nous arrivons à la promenade fléchée "chemin de l' Anglée, chemin de la Folie" qui mène au confluent. 1 km plus loin, à Ste-Catherine, le chemin se rétrécit.

On peut ensuite choisir un parcours routier jusqu'à Lorris : passer à droite sur le pont (D 94) et tourner tout de suite à gauche. Après 5 km prendre la route à gauche et tourner à droite 300 m plus loin. On continue par routes calmes jusqu'à Lorris par Presnoy, Chailly-en-Gâtinais et Noyers.

Ou continuer le long du canal, parcours moins roulant, mais plus charmant. Continuer sur la berge jusqu'à Chailly-en-Gâtinais, et au-delà. Prendre, à gauche, la route au 2è pont après le village. Tourner à droite. On arrive à Lorris par 4 km de route paisible.

De la halle de Lorris, tourner à gauche devant la Mairie (16ème siècle). Suivre l'indication "autres directions", tourner à droite vers Orléans (D 88), continuer vers Coudroy-Vieilles Maisons (C 5). 3 km plus loin prendre la direction de Grignon à droite. On longe des bassins où les péniches faisaient étape à mi-parcours. Tourner à gauche à l'auberge des trois écluses puis tout de suite à droite. On longe le canal 1 km sur route. Prendre la direction la Folie à droite en continuant le long de la voie d'eau, passer sur la passerelle pour suivre le chemin de halage qui redevient une voie de randonnée.

2,8 km plus loin nous rejoignons une route sur l'autre rive et nous arrivons à Châtenoy. De la place de l'église de Châtenoy, prendre la rue de Chicamour et continuer jusqu'à Combreaux. En suivant la direction de l'Etang des Bois nous retrouvons le canal d'Orléans dont on suit les rives jusqu'à Orléans. On peut préférer les routes calmes au nord du canal mais seulement jusqu'à Fay-aux-Loges. Rester ensuite au bord du canal. Gagner la gare des Aubrais à 2 km du centre à vélo, en tramway ou par navette SNCF

Hébergements Lorris : camping et hôtel (02 38 92 43 79), Combreaux : hôtel (02 38 46 89 89) Orléans AJ (02 38 53 60 06)

4 Boucles dans l'Orléanais

Accès SNCF : gare des Aubrais à 2 km de la gare d'Orléans (navette SNCF)

Aller	X	Quo*	C	Quo*	Quot	**
Paris-Austerlitz	7 06	7 22	7 34	9 21	10 11	10 23
Les Aubrais	7 58	8 20	8 27	10 17	11 06	11 22
Retour	Quot	X	†	X	†	
Les Aubrais	16 14	18 31	20 17	22 15	22 56	
Paris-Austerlitz	17 10	19 26	21 16	23 08	23 50	

* : train Aqualys dont la majorité comporte un espace vélo en milieu de train.

** : quotidien du 26 juin au 6 juillet, C du 12 juillet au 30 août

Aménagements : piste cyclable sur le pont franchissant la Loire et aux abords, levée de la Loire en principe fermée à la circulation motorisée (revêtement routier), berges du canal d'Orléans revêtement stabilisé de 2 m de large (non accessible aux rollers).

Boucle de 42 km dont 30 km sur voies fermées à la circulation motorisée

De la gare d'Orléans, prendre l'avenue à gauche. Tourner à droite et longer la voie ferrée (piste cyclable). On accède à la piste sur le pont par une rampe hélicoïdale.

Prendre la première rampe à gauche après le pont (parcours vélo fléché) passer sous la voie ferrée. Nous rejoignons une piste cyclable qui se termine après une base de loisirs. Après un passage sur route, prendre la levée (parcours cyclable fléché). Traverser la Loire à Jargeau. Prendre la D 424 jusqu'à Donnery. Prendre à gauche le chemin de halage du canal d'Orléans pour revenir à Orléans.

Boucle de 100 km dont 40 km sur voies fermées à la circulation motorisée.

Centres d'intérêt : église de Germigny, abbaye de St-Benoit, château de Sully.

Parcours : gagner les bords de Loire, suivre le fleuve vers l'amont par les terre-pleins des quais. On atteint le canal d'Orléans. Continuer jusqu'au gué Girault (4 km après Fay-aux-Loges, ancienne usine d'alimentation du canal avec un restaurant à côté). Quitter le canal en prenant la route à droite. Prendre la D 9 à droite puis la petite route immédiatement à gauche. Passer sur l'autoroute puis tourner à gauche. A Châteauneuf, rejoindre la Loire au pont sans traverser le fleuve.

Prendre à gauche la promenade pédestre le long du fleuve. Après 500 mètres, le sentier se rétrécit puis débouche dans une rue résidentielle. Tourner à gauche au premier carrefour suivant. Suivre le fléchage cycliste jusqu'à St-Benoit-sur-Loire.

Prendre la D 141 en direction de Bonnée. Après 5 km, près d'un silo, prendre la petite route vers Sully-sur-Loire à droite.

De Sully, longer la Loire vers l'aval. Nous croisons une voie ferrée au débouché d'un pont. Croiser la D 951 et prendre la rue des Châtaigniers en face puis la route à droite direction "Pavie jeune, Pavie vieux." Après 2 km, croiser une première route. 1 km plus loin, tourner à gauche et obliquer à droite direction "Grand pont, Vautré". Nous atteignons un croisement avec une route non revêtue en face. Tourner à droite. Croiser la D 951, pour atteindre la Loire. Obliquer à droite près d'un édifice en brique qui est une ancienne tuilerie et suivre la levée des bords de Loire. Après le croisement avec la D 11, continuer la route qui rejoint la levée et suivre le parcours cyclable. A l'approche d'Orléans une piste cyclable longe la route. Quitter cette piste et prendre la rue en face près de serres. Après le pont sous la voie ferrée, prendre à droite la piste du pont.

Hébergements : gîtes à Donnery (02 38 59 27 30 & 02 38 59 20 10) et à Jargeau (02 38 59 76 60) mdl45@wanadoo.fr, hôtel à Sandillon (vélotel) (02 38 41 00 22)

5 La vallée des rois d'Orléans à Blois (65 ou 75 km)

Aller	X	Quo*	C	Quo*	**
Paris-Austerlitz	7 06	7 22	7 34	9 21	10 23
Les Aubrais	7 58	8 20	8 27	10 17	11 22
Retour	Quot*	Quot*	**	Quot*	†*
Blois	17 30	18 00	18 53	19 17	20 54
Paris-Austerlitz	18 59	19 59	20 26	20 58	22 53

* : trains Aqualys : la majorité avec un espace vélo. Adressez-vous au contrôleur.

** : quotidien du 6 juillet au 31 août 2003

Aménagements : Sans attendre l'achèvement prévu pour 2006 du parcours «la Loire à vélo», les voies vertes réalisées autour de Chambord par le Pays des châteaux et les balisages existants permettent des parcours dans d'assez bonnes conditions.

Ce parcours fait partie de la véloroute St-Jacques de Compostelle-Paris-Moscou.

Parcours : du pont ancien George V, prendre la piste cyclable sur le quai vers l'aval rive droite. A l'entrée d'un pont récent, suivre un chemin surplombant le fleuve. Nous rejoignons une route et nous nous éloignons un peu de la Loire. Nous traversons un bois par un chemin non revêtu. Après une ligne à haute tension, le revêtement s'interrompt. Continuer sur le chemin et prendre la route à droite.

Croiser la N 152 (Les Fourneaux) et prendre la route à gauche. Tourner à droite à St-Ay puis à gauche après être passé sur l'autoroute. Après 2 km, prendre la D 3 à droite puis tourner 2 fois à gauche en contournant un mur. Tourner à droite après avoir traversé une rivière puis à gauche. Nous passons sur l'autoroute. Tourner à droite puis à gauche, passer sous la voie ferrée. A Meung-sur-Loire, suivre la Loire.

Tourner à gauche à La Baule. Après 1 km nous atteignons une route non revêtue.

Au pont médiéval de Beaugency, se diriger vers l'aval, quitter la route un peu plus loin pour rester au bord du fleuve. A l'endroit où le revêtement s'interrompt, continuer à suivre le chemin. Tourner à gauche après la station d'épuration. Après environ 1 km tourner à droite, près d'un bouquet d'arbres. A Tavers, prendre la route à gauche.

Quitter la route à l'entrée d'Avaray (panneau d'information touristiques) pour prendre le chemin près de la Loire puis tourner à droite pour rejoindre la levée (digue).

Arrivé à la D 112 (route de Mer à Muides), **2 parcours** sont suggérés

par la rive droite. direct et facile. Continuer sur la levée que nous quittons après 5 km. La route s'infléchit à droite et passe sur une petite rivière. Tourner à gauche. La rue longe la rivière et nous entrons à Cour-sur-Loire par la rue de la Mairie. Tourner à gauche pour rejoindre la Loire. Sur le chemin le long du mur d'enceinte du château de Ménars (17e, 18e siècles). Continuer jusqu'à Blois.

par Chambord : Tourner à gauche pour traverser la Loire. Tourner à droite après le pont. Par temps sec, on peut suivre le sentier le long de la Loire jusqu'à St-Dyé.

Sinon tourner à gauche à l'église de Muides et prendre la D 951 à droite

Prendre la D 112 A à gauche à St-Dyé. Une voie verte qui s'amorce à la sortie du village conduit au parc de Chambord. Pour gagner Blois, suivre l'itinéraire cycliste fléché qui passe par Montlivault. On rejoint une courte piste cyclable près de Blois

Hébergements : Orléans : AJ (02 38 53 60 06) perso.crjs@liberty.fr, Beaugency : AJ (02 38 44 61 31), Le relais des Templiers (Vélotel) (02 38 44 53 78), Hôtel de la Sologne (02 38 44 50 27), Muides-sur-Loire : hôtel et camping château des marais (Vélotel, Vélocamp) (02 54 87 05 42), camping municipal (Vélocamp) (02 54 87 01 56),

Blois : AJ (02 54 78 27 71) Hôtel Anne de Bretagne (Vélotel) (02 54 78 05 38)

Les hôtels et campings **Vélotel-Vélocamp** répondent à une Charte de qualité (local à vélos fermé, assistance-dépannage, conseils touristiques, panier pique-nique).

LES RIVES DE LA MAYENNE « A LA DECOUVERTE DE 85 KM DE BONHEUR »

Parcours 6, 7 et 8

Aménagements : chemin de halage de la Mayenne aménagé pour la randonnée 85 km. Le revêtement ne permet pas la pratique roller. La voie verte doit être bientôt prolongée au nord de Mayenne sur une ancienne voie ferrée jusqu'à St-Loup-du-Gast.

Des parcours sont proposés en combinaison avec les voies vertes du Mortainais.

Principaux centres d'intérêt : ancienne abbaye et cascades à Mortain, vélo-rail à St-Loup du Gast, villes de Mayenne, de Laval, expositions dans maison éclusière

Hébergements : Gîte d'étape du Neufbourg (près de Mortain) aménagé dans un prieuré du 12^{ème} siècle. 02 33 59 00 14 mairie.le-neubourg@wanadoo.fr

St-Fraimbault (12 km sud Domfront) Gîte étape Bellevue 02 33 3878 25

St-Fraimbault-de-Prières (à 4 km au sud Ambrières-les-Vallées) gîte d'étape communal

mairie.st.fraimbault.de.prieres@wanadoo.fr (02 43 32 13 66 ou 02 43 00 87 78),

Ambrières-les-Vallées : hôtel Le gué de Gênes (02 43 04 95 44) et camping

Mayenne hôtels et camping , Moulay (au sud de Mayenne) hôtel : 02 43 00 49 13.

Laval plusieurs hôtels et AJ (02 43 67 91 00) , Château-Gonthier : hôtels et camping.

Documentation : Guide et carte du chemin de halage : conseil général de la Mayenne 39, rue Mazagran BP 1429 53014 LAVAL Cedex 02 43 66 53 53 www.cg53.fr

6 Vire-Laval : 135 km dont 95 km sur voies de randonnée

Aller	A	C				
Paris-Mtp.	7 06	8 20	Départ Paris-Montparnasse. Automoteurs de 3 à 9 places vélos ou fourgon en période de pointe			
Vire	9 43	10 57				
Retour	A	†*	6*	7	Changement Le Mans départ 19 35	
Laval	17 50	17 59	18 20	19 55	sauf dim dép. Laval 19 55 direct	
Paris-Mtp.	21 50	21 50	21 50	22 35	6* : samedis sauf en juillet et août	

†* également sam. du 12 juillet au 27 août

De la gare, se diriger vers le centre ville. Après la montée, passer à droite de la porte. Tourner à gauche à l'église et prendre la voie étroite à l'angle de la place (à gauche des grilles). Après cette descente, passer sur la Vire à gauche puis prendre à droite la D 150 vers Champ du Boul. Après 4 km, on accède à la voie verte. On passe près de Sourdeval et de Mortain. 500 m après la traversée de la N 12 on arrive à un embranchement. Tourner à gauche. Dans le département de l'Orne, le revêtement est plus rustique.

Quitter la voie verte à St-Mars-d'Egrenne près de l'ancienne gare, propriété privée. Se diriger vers le village de St-Mars d'Egrenne. Prendre la D 217 à l'église puis la D 262 à gauche pour rejoindre le chemin de halage à Mayenne par un parcours de 35 km à 40 km de petites routes par St-Fraimbault, Couesmes-en-Froulay et Oisseau ou par Torchamp, Céaucé, Cigné, Ambrières les Vallées (par D 507 et D 214 en évitant la D 292), et St-Loup-du-Gast. (voie verte en cours d'aménagement).

Suivre le chemin de halage de Mayenne à Laval. On peut continuer jusqu'à Daon et Morannes. (retour voir parcours 10)

7 Laval-Mont-St-Michel : 145 km dont 90 km sur voies de randonnée

Aller	X*	X**	X* : sauf dim. et fêtes du 5 juillet au 30 août. : train direct				
Paris-Montp.	7 45	9 30	X** : changement au Mans (attente 40 mn)				
Laval	10 41	13 25					
Retour	X	†*		X		A*	†*
Granville	18 32	19 34	Pontorson *	17 05	Morannes *	18 08	18 38
Paris-Montp.	21 44	22 47	Avranches *	17 27	ParisMontp.	21 50	21 50
			Paris Montp	21 44	* Changement au Mans		

Retour de Pontorson ou Avranches : changement à Folligny (attente 1 h)

Chemin de halage jusqu'à Mayenne, voie verte de Mayenne à St-Loup-du-Gast (lorsque cet aménagement sera terminé) puis routes calmes par Céaucé et Torchamp.

Voie verte du Mortainais de St-Mars-d'Egrenne à Pontaubault.

Arrivée au Mont-St-Michel et retour par Pontorson, Avranches ou Granville décrits dans parcours Le Mont-St-Michel par le sentier Fulgence-Bienvenue (parcours 5)

8 Laval-Daon-Morannes : 66 km

Partie sud du chemin de halage (50 km) jusqu'à Daon par Château-Gonthier et retour par Morannes par 16 km de petites routes en passant par Soevres et Contigné.

9 Le Pays de Bray par l'Avenue Verte

Aller	Quot*		A**	6**
Paris-St-Lazare	9 15	Paris-St-Lazare	6 58	9 02
Dieppe *	11 33	Serqueux**	9 06	11 39
Retour	6**	A	Dim**	A *
Serqueux**	16 34	17 29	18 45	Dieppe*
Paris-St-Lazare**	18 40	19 41	20 41	Paris-St-Lazare

* : changement à Rouen ** : changement à Gisors.

A* : uniquement vendredi du 11 juillet au 22 août sauf 15 août.

Aménagement : l'Avenue verte du pays de Bray récemment aménagée sur la partie abandonnée de ligne Paris-Dieppe par Gisors de St-Aubin le Caut à Baubec (39 km). Cette voie praticable à rollers, qui sera ensuite prolongée jusqu'à Serqueux et Dieppe, est le premier élément de la future Avenue Verte Paris-Londres.

Aménagée sur la largeur des deux voies de l'ancienne ligne Paris-Gisors-Dieppe, l'Avenue Verte a ainsi entraîné la destruction de cette importante liaison ferroviaire.

Le déclassement de la ligne est contesté par les associations d'usagers des transports.

Nous espérons une amélioration de la desserte Paris-Gisors-Serqueux actuellement mal desservie et des correspondances sur la liaison Dieppe-Paris par Rouen.

Dieppe-Serqueux : 49 km dont 39 km sur l'avenue verte Gagner l'avenue verte à St-Aubin le Caut à 9 km au sud-ouest de Dieppe par les D 154 et D 1. L'avenue verte suit la vallée de la Béthune dans la boutonnière du pays de Bray. La voie verte se termine à 1 km de la gare de Serqueux. Dans l'autre sens le retour n'est possible de Dieppe qu'en semaine.

Hébergements : *Dieppe* : AJ (02 35 84 85 73) *Neuchâtel* : hôtels (02 35 93 00 02 et 02 35 93 14 60), *Forges-les-Eaux* : hôtel (02 35 90 51 22) et gîte d'étape communal Relais du Chasse Marée (02 35 09 68 37) dans l'ancienne gare thermale.

10 Le canal du Nivernais de Cercy-la-Tour à Auxerre

Aller	Quot	Retour	A	†
Paris-Lyon	8 47	Auxerre	16 29	18 36
Cercy-la-Tour	13 19	Paris-Bercy	18 11	20 25

Train Corail pour Clermont-Ferrand, changement à Nevers et TER pour Chagny.

La correspondance à Nevers (arrivée à 10 h 45 départ 12 h 27) laisse le temps d'une visite rapide de la ville.

Le parcours alterne petites routes parallèles à la voie d'eau et parties sur le chemin de halage avec 25 km de voie verte revêtue en site propre à l'approche d'Auxerre. Pour varier le plaisir, on peut quitter le canal au niveau de Tannay pour gagner Vézelay par Teigny, Nuars puis D 119, D 53 et route à droite près du cimetière de Fontenay-sous-Vézelay. Revenir dans la vallée par la D 123 en passant par Brosses. On termine le parcours par 25 km de voie verte le long du canal avec quelques lacunes (travaux suspendus) et 6 km de petite route du pont de Vaux à Auxerre.

11 Le Périgord Noir (randonnée de 3 jours à une semaine)

Aller	A*	†*	Quot *	Retour	†	X	†
Paris-Austerlitz	6 42	7 34	10 05	Gourdon	16 31	18 21	19 04
Souillac	11 30	12 26	14 37	Paris-Austerlitz	21 34	23 08	23 50

A* : changement à Brive départ 7 03 jusqu'au 27 juin et à partir du 1^{er} septembre

†* : changement à Brive

Quot* : départ 10 h 11 ou 9 50 certains jours. Trains avec compartiment vélos voiture 13

Aménagement : une piste cyclable de 11 km bien revêtue en dur de 2,20 m de large a été réalisée en 1997 par un syndicat intercommunal sur l'ancienne voie ferrée Sarlat-Souillac. Cette piste s'amorce à 3 km au sud-est de Sarlat et se termine à Groléjac avec un court embranchement jusqu'à Aillac. Le prolongement de cette piste jusqu'à la gare de Sarlat et, à l'autre extrémité, d'Aillac en direction de Souillac serait très souhaitable.

Principaux centres d'intérêt : villes de Sarlat, Domme, Gourdon, châteaux de Castelnaud, des Milandes, de Beynac, la Dordogne «la rivière Espérance», l'autorail Espérance (en juillet-août), la gastronomie etc.

A Souillac-Sarlat par la rive gauche de la Dordogne (35 km dont 11 km de piste cyclable) : de la gare de Souillac se diriger vers le centre puis vers le stade. Traverser la Dordogne puis prendre, à la sortie de Cieurac, la petite route à droite qui se rapproche de la Dordogne et longe un camping. On rejoint ensuite la D 43. Prendre la petite route à droite à St-Julien-de-Lampon. On rejoint ensuite la D 50. Tourner à gauche et à droite à Groléjac pour gagner la piste cyclable. Au bout de la piste, tourner à gauche et prendre immédiatement à droite la petite route. Arrivé près d'un supermarché, tourner à droite, passer sur l'ancienne voie ferrée puis tourner à gauche pour gagner la gare et le centre de Sarlat.

B Parcours dans le Sarladais (45 km dont 11 km de piste cyclable) : les centres d'intérêts sont multiples autour de Sarlat. On trouve beaucoup de petites routes mais la région est très vallonnée.

Le parcours suivant en boucle au départ de Sarlat est assez facile. Il relie plusieurs des principaux sites et limite les dénivelés. Compter une grande journée avec les visites.

Prendre la piste cyclable jusqu'à Carsac puis la D 703 jusqu'à Vitrac. Traverser la Dordogne prendre la route à droite, monter à Domme. Descendre à Cénac, traverser la rivière, prendre la 2^{ème} route à gauche, continuer jusqu'à Beynac-Cazenac. Revenir vers Vitrac et visiter les châteaux de Castelnaud et des Milandes. Changer encore de rive.

A La Roque Gageac, prendre la petite route à gauche pour éviter la route principale que l'on rejoint 1 km avant le pont de Vitrac. Gagner Vitrac par la D 55. Après le village, prendre la route à gauche qui monte vers Lanelongue et redescend à Sarlat.

C Retour : Sarlat-Gourdon (30 km dont 11 km de piste cyclable) : piste cyclable jusqu'à Groléjac. A Groléjac, prendre la petite route qui passe près du camping au bord d'un étang. Gagner Gourdon par Nabirat et Payrignac en évitant la D 704.

Hébergements : Sarlat AJ (05 53 59 47 59 ou 05 53 30 21 27) gîte 05 53 29 48 99 et 06 70 11 33 92 le.cambourte@wanadoo.fr

12 La côte aquitaine et la Dordogne

Aller	*		Quot *	
Paris-Austerlitz	10 23	Paris-Austerlitz *	23 14	
Royan	16 29	Bayonne *	6 43	
Retour	**		X	†
Royan	14 10	Gourdon	18 21	19 04
Paris-Austerlitz	20 26	Paris-Austerlitz.	23 08	23 50

* : Paris-Royan quotidien du 26 juin au 6 juillet, sam. dim. & fêtes du 12 juillet au 30 août

** : Royan-Paris quotidien du 6 juillet au 31 août

Quot* : Paris-Austerlitz-Bayonne : train de nuit avec places vélos réservation de 10 €.

Aménagements : le réseau aquitain comprend principalement un itinéraire de Labenne (au nord de Bayonne) à la Pointe de Grave avec peu de lacunes mais de qualité inégale (plusieurs pistes étroites en Gironde), 2 pistes bien revêtues sur d'anciennes voies ferrées reliées à ce parcours côtier, de Mios (près d'Arcachon) à Bazas (66 km), de Lacanau à Bordeaux (59 km) et du sud de Bordeaux à Sauveterre-de-Guyenne (58 km).

Bayonne-Royan (280 km dont 230 km de pistes cyclables). Bac du Verdon pour Royan.

Bayonne-Bordeaux-Gourdon 480 km dont 280 km en site propre.

Quitter l'itinéraire côtier à Lacanau. La piste se termine au bord de la Garonne, rive gauche, au nord de Bordeaux. La piste Roger Lapébie s'amorce au sud de l'agglomération au pont de Bègles. La piste longe la route sur la rive droite puis s'éloigne du fleuve sur la plate-forme d'une ancienne voie ferrée et passe à Créon (station vélos La gare 33670 CREON 05 57 34 30 95)

Quitter la piste environ 15 km après Créon en prenant la D 140 près de Bellefond pour rejoindre la vallée de la Dordogne par Rauzan (château), St-Vincent-de-Pertigas, Ste-Florence. Suivre la vallée sur petites routes, rive droite de Castillon-la-Bataille à Ste-Foy-la-Grande, rive gauche ensuite. Parcours suggéré : Bergerac, Faux, Montsac, château de Bannes, Molières, Cadouin, Belvès, Castelnaud, Sarlat. Le parcours est facile jusqu'à Bergerac, beau, intéressant mais vallonné au-delà.

Il est possible de le raccourcir en prenant l'autorail TER de Castillon-la-Bataille à Sarlat (ou toutes stations intermédiaires). Parcours Sarlat-Gourdon voir .

Bayonne-Langon-Gourdon : 450 km . Variante évitant la traversée de Bordeaux

Quitter le parcours côtier près d'Arcachon pour prendre la piste cyclable Mios-Bazas. Gagner Langon puis Sauveterre-de-Guyenne par petites routes. Prendre la piste cyclable environ 15 km et la quitter près de Bellefond pour rejoindre la Dordogne.

Hébergements : **Messanges** (40 km au nord de Bayonne) : gîte d'étape 05 58 48 55 29

Pontex-les-Forges : gîte d'étape l'Aerial-du-Tastot (11 km à l'est de Mimizan sur piste)

05 58 07 45 40 ou 05 58 09 11 20 ot.mimizan@wanadoo.fr www.mimizan-tourism.com

Cap-Ferret (accès depuis Arcachon) AJ (du 1^{er} juillet au 31 août) 05 56 60 64 62

Belin Beliet gîte d'étape (sur piste Mios-Bazas) 05 56 88 02 68 volcelest@wanadoo.fr

Bordeaux : AJ 05 56 33 00 70 auberge.bx@wanadoo.fr

St-Antoine de Breuilh (3 km de Ste-Foy-la-Grande) gîte d'étape 05 53 24 80 36

Ste-Foy-la-Grande : Grand hôtel 05 57 46 00 08 **Lalinde** : gîte d'étape 05 53 61 05 17 ot.lalinde@perigord.tm.fr **Cadouin** : AJ 05 53 73 28 78 cadouin@fuaj.org

St-Pardoux-et-Vielvic : (2 km à de Belvès) :05 53 29 10 20 belves@perigord.com

Sarlat : AJ (05 53 59 47 59), gîte (05 53 29 48 99) le.cambourte@wanadoo.fr

Documents : Pistes cyclables du littoral 05 56 0170 00 Tourisme@cr-aquitaine.fr

Carte des pistes cyclables de Gironde. 05 56 52 61 40 www.tourisme-gironde.cg33.fr

13 Le canal du Midi

Aller	X*	X*	Quot	Quot*	Retour	Quot*		Quot.
Paris-Aust.	6 42	8 15	10 05	22 56	Narbonne	22 45	Béziers	9 36
Toulouse	12 54	14 14	16 40	6 51	Paris-Au.	7 27	Paris-Lyon	19 42

X* : départ 6 05 et à 7 28 (au lieu de 6 42 et 8 15) du lundi au vendredi du 7 au 25 juillet

* quot* : trains de nuit comprenant des emplacements pour vélos sur réservation 10 €.

Aménagement : une piste cyclable de 46 km de 3 m. de large avec un revêtement en bitume a été aménagée de Toulouse à Port-Lauragais. Au-delà, sauf quelques tronçons de piste, le chemin de halage, empierré ou en terre, est à peu près roulant par temps sec. L'association Vélo Toulouse défend la création d'une voie verte continue de Sète à Toulouse et Bordeaux (canal latéral à la Garonne) la véloroute des Deux-Mers.

Parcours Toulouse-Narbonne (186 km dont 65 km de piste cyclable ou chemin goudronné et 121 km de chemin) ou **Toulouse Béziers** (205 km dont 65 km revêtu).

Documentation. Guide Toulouse-Sète à vélo le long du canal du Midi. Julien Savary (72 pages). Commander à l'Association Vélo 5, rue François Collignon 31200 TOULOUSE : chèque de 6 € port compris à l'ordre de l'Association Vélo. 05 61 11 87 09 www.cartovelo.com www.toulouse.fubicy.org

Autorisation. La circulation sur le halage est interdite aux vélos sauf pistes cyclables. Demande d'autorisation à M. le Directeur Voies navigables de France 2 port St-Etienne 310179 TOULOUSE Cedex. Courriel : brigitte.busignan@equipement.gouv.fr

14 L'Alsace

Aller	Quot	Quot	Retour	B	Quot.	B
Paris-Est	6 36	8 05	Strasbourg	15 47	18 16	19 09
Saverne	-	12 23	Saverne	16 11	-	19 33
Strasbourg	10 45	12 55	Paris-Est	20 09	22 53	23 36

Aménagements : pistes cyclables du canal de la Marne au Rhin de Lutzelbourg à Strasbourg, du canal de la Bruche, canal du Rhône au Rhin au sud de Strasbourg, et de Mulhouse, véloroute transfrontalière Molsheim-Offenburg, digues du Rhin etc.

Boucle de Saverne ou de Strasbourg (105 km dont 90 km sur voies cyclables) Piste le long du canal de Saverne à Strasbourg (44 km). A Strasbourg, longer les quais de l'Ill au nord du centre historique et suivre les directions Montagne Verte, Eckbolsheim puis Molsheim le long du canal de la Bruche sur la piste européenne (25 km).

De Molsheim (belle ville sur la route des vins) à Romanswiller par Wasselonne, piste sur ancienne voie ferrées avec quelques tronçons sur petites routes. De Romanswiller à Saverne, parcours fléché sur routes par Salenthal, Marmoutier et Gottenhouse.

Autres possibilités : se limiter au parcours Saverne-Strasbourg-Molsheim (70 km en site propre) en prenant le train de Molsheim à Strasbourg (bonne desserte)

Véloroute du Rhin de Strasbourg à Bâle (trains Bâle-Paris avec compartiment vélos)

Documents dans les offices de tourisme : Carte des parcours cyclables du Bas-Rhin.

Hébergements Saverne : AJ 03 88 91 14 84 saverne@fuaj.org

Strasbourg 2 AJ René Cassin 03 88 30 26 48 strasbourg.rene-cassin@fuaj.org

et AJ Parc du Rhin 03 88 45 54 20 strasbourg.parc-du-rhin@fuaj.org

Molsheim hôtel du centre logis vélo 03 88 38 54 50 hotelrestaurant.centre@wanadoo.fr

Wasselonne : relais de Wasselonne logis vélo 03 88 59 12 00 info@relais-wasselonne.fr

LANGRES, LE CANAL DE LA MARNE A LA SAONE ET LAC DE DER DE CHANTECOQ

Aller	X*	†**	
Paris-Est	6 39	8 13	
Culmont-Chalindrey	9 39	11 27	
Retour	5 et C	Quot.	Quot.
Chaumont	16 45	18 43	21 30
Paris-Est	19 35	21 09	23 44

X* et le 15 août † ** : sauf le 15 août

Trains avec un compartiment vélos

voiture 12 vers le milieu du train.

5 et C : vend, sam, dim & fêtes

sauf 15 août

Aménagements : rives du canal revêtues (pratique roller possible) de Langres à Joiville sauf une interruption d'environ 500 m entre Versaignes et Rolampont.

Voie verte de Langres à Orcevaux (13 km). Parcours cyclable du lac de Der.

15 Culmont-Langres-Chaumont : 65 km (48 km en site propre) en 2 jours.

De la gare de Culmont-Chalindrey, se diriger à gauche, prendre la D 923 à gauche à Culmont. En restant sur cette petite route on arrive à St-Geosmes en passant par St-Vallier-sur-Marne, Ballesmes-sur-Marne et Corlée. A St-Geosmes, traverser la N 174, prendre la rue à droite puis la voie verte à gauche. Après 3 km, il reste à gravir une centaine de mètres pour accéder à la ville (parmi les 50 plus belles de France).

De la ville de Langres, descendre en direction de la gare et du canal par les rues secondaires (rue d'Alsace et rue de Champagne) parallèles à la D 74 pour éviter cette route importante. Traverser le pont sur le canal puis accéder au chemin de halage par un sentier escarpé en l'absence d'aménagement. Les 25 km avant Chaumont sont très pittoresques. 200 m après avoir quitté le canal par la N 74, prendre à gauche la rue à accès limité pour monter vers Chaumont situé sur une colline à 1 km.

16 Chaumont-St-Dizier : 75 km. On peut prolonger la balade sur le chemin de halage jusqu'à Joinville et tronçons sur routes dans la vallée pour parties non revêtues.

Hébergements : Langres : camping, hôtels de la poste (03 25 87 10 51), de l'Europe (03 25 87 10 88) et AJ (03 25 87 09 69), Rolampont : hôtel La Tuffière (03 25 87 32 52), Marnay-sur-Marne hôtel La Vallée (03 25 31 10 11) Chaumont : hôtel L'Etoile d'Or (logis vélo) Route de Langres 013 25 03 02 23, AJ 1 rue de Carcassonne (03 25 03 22 77) Bologne hôtel du commerce (03 25 01 41 18), Vignory : hôtel Le relais verdoyant (03 25 02 44 49), Joinville hôtel Le Nord (03 25 94 10 97)

17 Le lac du Der de Chantecoq (60 km de St-Dizier, tour du lac et retour)

Aller		Quot.*	Retour	A	†*
Paris-Est	7 05	13 05	St-Dizier	17 45	18 36
St-Dizier	9 16	15 28	Paris-Est	20 01	20 57

Trains avec compartiment vélos

Quot* : changt à Vitry-le-François

†* : sauf 15 août et 1^{er} novembre

Centres d'intérêt : Réserve ornithologique, maison de l'Oiseau et du Poisson

Parcours : de la gare, se diriger vers le centre puis vers l'office de tourisme. Prendre la piste cyclable sur le pont. Tourner à droite et prendre la rue à droite à l'endroit où la piste cyclable s'interrompt. Tourner ensuite à gauche et prendre à droite la piste cyclable qui longe le canal d'amenée. On fait ensuite le tour du lac sur pistes cyclables.

On peut prolonger la randonnée au sud du lac (églises à pans de bois).

Parcours conseillé : Giffaumont-Champaubert, D 13 puis D 55 pour Châtillon-sur-Broué, Droyes, Puellémontier, Lentilles, Chavanges, Arrembécourt, Outines.

Hébergements : hôtels à Eclaron (03 25 04 17 76) (03 25 04 11 17) Giffaumont-Champaubert (03 26 72 62 65), plusieurs campings autour du lac.

DU VAL DE SAMBRE A LA WALLONIE PAR LE SENTIER EMERAUDE ET LE RAVEL

Parcours 18, 19 et 20

Aller	X	Quot.*	A *	Quot * : jusqu'au 14 septembre tous les jours, à partir du 20 sept. sam, dim & fêtes A * : à partir du 15 sept. : du lun au vend.
Paris-Nord	7 34	10 37	11 07	
Maubeuge	9 34	12 37	13 07	
Retour	C	Quot *	+	TER Givet-Charleville. Corail Charleville-Paris Quot * : tous les jours sauf du 28 au 31 juillet et du 4 au 6 août
Givet	16 13	18 02	19 01	
Charleville	17 37	19 28	20 23	
Paris-Est	20 17	22 07	23 10	

Retour de Valenciennes à Paris-Nord par TGV réservation obligatoire de l'emplacement vélo 10 €. **Retour de Hirson** par TER et changement à Aulnoye ou autorail TER Hirson-Laon et train Laon-Paris-Nord.

Aménagements : Sentier Emeraude, voie verte de 9 km accessible aux cyclistes, personnes à mobilité réduite et cavaliers de Ferrière-la-Grande (2 km au sud de Maubeuge), à Choisis réalisée courant 2003 sur l'ancienne voie ferrée Maubeuge-Fourmies. La liaison de Maubeuge à Ferrière-la-Grande (2 km) devrait être aménagée ensuite. Au sud, de Choisis à Trélon, l'ancienne ligne est une voie de randonnée équestre et pédestre non cyclable sur une trentaine de km.

L'association CyclotransEurope défend la réalisation d'une voie verte accessible à toutes les catégories de randonneurs sur l'ensemble de la ligne jusqu'à Trélon. Cet aménagement serait un atout pour le développement touristique de l'Avesnois.

Les berges de la Sambre qui étaient revêtues de Maubeuge à Jeumont sont maintenant difficilement praticables faute d'entretien. La réfection et l'amélioration de cette voie sont prévus. En Belgique, le chemin de halage cyclable fait partie du RAVEL (Réseau Autonome de Voies Lentes) réalisé par le Ministère de l'Équipement de Wallonie.

Documentation : Guides Ravel 1 Ouest Armentières-Tournai-Mons, Ravel 2 Mariembourg-Namur-Hoegaarden, Ravel 3 Erquelines-Charleroi-Lembeek avec cartes, photos, description, infos touristiques.

Édités par le Ministère de l'Équipement et des Transports de Wallonie.

Editeur responsable Francis Hambye boulevard du Nord 8, B 5000 NAMUR ravel.wallonie.be

Présentation Le sentier Emeraude est proposé comme amorce de plusieurs randonnées en Wallonie sur les parcours RAVEL par Charleroi et Mons avec retour par Valenciennes ou Lille ou vers les Ardennes par Namur et la vallée de la Meuse avec retour par Givet ou Hirson.

18 Maubeuge-Valenciennes (155 km dont 135 km en site propre)

A Maubeuge-Charleroi 60 km dont 48 km en site propre

De la gare de Maubeuge, prendre à droite passer sur le pont qui franchit la voie ferrée. Prendre la petite rue en face (chemin vert). On accède à un chemin revêtu près d'un château d'eau. Le sentier dans le prolongement devrait être prochainement revêtu. Par temps humide, il est impraticable. Dans ce cas, prendre la rue à gauche pour gagner Ferrière-la-Grande et le sentier Emeraude près de l'ancienne gare.

Quitter la voie verte à Obrechies. Prendre la direction de Quiévelon puis de Colleret. Avant d'entrer à Marpent, tourner à droite pour gagner Jeumont. Tourner à droite à Jeumont puis à gauche à l'église. Traverser la Sambre et prendre le halage à droite. Après 500 m, nous arrivons à la frontière au début du parcours RAVEL 3.

Nous suivons la Sambre jusqu'à Marchienne-le-Pont près de Charleroi

2 possibilités au bassin de Marchienne à Marchienne-au-Pont.

a) suivre Ravel 3 qui contourne l'agglomération par l'ouest : prendre la rue des déportés, la rue du Calvaire à droite, passer sous la voie et rejoindre le canal Charleroi-Bruxelles.

b) ou continuer à suivre le canal en changeant de rive pour gagner le centre ville avec un passage impressionnant au cœur de la sidérurgie carolorégienne. Du centre de Charleroi, on gagne une voie verte aménagée sur une ancienne voie ferrée minière qui contourne la ville par l'Est et rejoint le canal de Charleroi à Bruxelles.

B Charleroi-Valenciennes : 95 km dont 87 km en site propre

On suit ensuite le canal de Charleroi à Bruxelles jusqu'à Seneffe où l'on prend l'itinéraire RAVEL 1 par le canal du centre de Seneffe à Mons puis le canal Nimy-Blaton-Péronnes jusqu'à la porte de garde (immense écluse) au confluent.

Suivre le canal Blaton-Ath à droite et changer de rive à la première écluse.

Quitter le canal à l'écluse 4 après être passé sous une voie ferrée. Prendre la route qui revient vers la voie ferrée, tourner à gauche rue du Mont d'Or après le pont puis prendre 200 m à gauche la voie de randonnée qui se termine à l'ancienne gare de Bernissart. Prendre la rue de Valenciennes puis la petite route à gauche à la frontière. Traverser le parc de loisirs sur d'anciennes houillères. En obliquant à droite au sommet, on arrive à un parking. Une voie de randonnée en sable compacté sur une ancienne ligne minière s'amorce de l'autre côté de la route, longe des étangs et contourne Condé-sur-l'Escaut.

Après une coupure sur l'Escaut (pont inaccessible), la voie de randonnée est continue jusqu'à Bruay-sur-l'Escaut. Il reste 4 km jusqu'à Valenciennes, les moins agréables du parcours, en zone urbaine.

19 Sambre et Meuse par Ravel : 160 ou 230 km

A Maubeuge-Charleroi-Namur-Givet 160 km dont 145 km en site propre.

Parcours 21 B jusqu'à Charleroi puis suivre la Sambre jusqu'à Namur (RAVEL 3).

De Namur à la frontière suivre la Meuse par RAVEL 2 : beau parcours par Dinant.

A Hermeton sur Meuse, on peut gagner Givet, en restant le long de la rivière et revenir à Paris-Est par TER Givet-Charleville puis trains Corail Charleville-Mezières-Paris-Est.

B Maubeuge-Charleroi-Namur-Hirson 230 km dont 170 km en site propre.

Du pont d'Hermenton, on peut prolonger la randonnée jusqu'à Hirson. Continuer Ravel 2 en passant au-delà de la voie ferrée puis en longeant la ligne Dinant-Givet fermée au trafic voyageurs (espérons sa réouverture). Ravel 2 suit une ancienne voie ferrée jusqu'à Mariembourg où se termine l'aménagement. Gagner Chirmay par routes tranquilles en passant par Boussu-en-Fagne, Amblain, Lompret et Vaux avec des passages accidentés.

A Chimay, prendre la direction du sud jusqu'au lieu-dit Villa-Lamarque par Forges.

A Villa-Lamarche, tourner à droite puis à gauche à Loge Wactiaux. A Cendron., passer la frontière et prendre la route forestière revêtue fermée à la circulation motorisée. Cette voie qui traverse la forêt St-Michel se termine près d'une maison forestière.

Continuer dans la même direction, croiser la D 31 et tourner à droite à Montorieux.

A St-Michel, prendre la direction d'Hirson puis tourner à droite vers Sougland.

Après le croisement avec la D 1050, nous rejoignons la D 31 à moins d'un km d'Hirson.

20 Givet-Maubeuge ou Givet-Charleroi-Valenciennes

On peut également faire le parcours Givet-Maubeuge dans l'autre sens. Train corail Paris-Est-Charleville à 7 h 17 en semaine, à 8 h 17 le week-end puis TER pour Givet .

Dans ce cas, on peut également choisir, à Charleroi, de s'orienter vers Mons et Valenciennes (parcours 21 B).

AU LUXEMBOURG : LA BALADE A VELO, UN PLAISIR EXQUIS !

Aller	A*	C*	X	Retour	B	Quot
Paris-Est	6 52	7 52	10 50	Luxembourg	16 34	18 40
Thionville	10 12	11 10	14 13	Thionville	17 01	19 07
Luxembourg	10 54	11 35	14 35	Paris-Est	20 29	22 24

A * : sauf du 1^{er} sept. au 17 oct.
C* : sauf 21 et 28 septembre

Présentation.

Le Luxembourg fait de la randonnée à vélo un atout de son développement touristique.

Un réseau national de pistes cyclables est aménagé sur d'anciennes voies ferrées et sur les chemins ruraux et dans les vallées. Les itinéraires balisés comprennent en majorité des voies vertes bien revêtues d'environ 3 m de large et des liaisons sur routes calmes.

Sans être grandioses, les paysages aux confins des Ardennes ou dans les vallées de la Moselle, de la Sûre et de l'Alzette ne manquent pas de charme et sont très pittoresques dans la petite Suisse du Luxembourg.

Les parcours parsemés de petites côtes épicées laisseront cependant sur leur faim les dévoreurs de cols alpins. Les amateurs de plats moins relevés trouveront leur régal dans la vallée de la Moselle.

Ce réseau relié aux véloroutes allemandes, à la voie verte Thionville-Apach et à une piste cyclable jusqu'à Bastogne en Belgique permet des randonnées transfrontalières.

C'est une destination idéale pour savourer un week-end ou une semaine de détente.

Une desserte par train direct de Paris permet d'amorcer la balade de Thionville sur la voie verte le long de la Moselle ou directement de Luxembourg.

Sur les relations intérieures, le transport des vélos est commode (supplément de 1,2 € pour le vélo) avec des trains fréquents sur l'ensemble du réseau.

Documentation

Velo Tour Luxembourg. 144 pages richement illustrées en allemand, français, anglais avec carte cycliste complète dans un transparent. ISBN: 2-87954-078-X 15,80 €

Parcours proposés : les deux parcours suivants sont d'un accès commode de France.

On peut les limiter à une partie, par exemple Thionville-Luxembourg, Luxembourg-Wasserbillig (avec retour en train à Luxembourg), Luxembourg-Trèves-Thionville ou les combiner par exemple Thionville-Luxembourg-Diekich ou continuer le long de la Moselle puis gagner Luxembourg par Charly ou poursuivre le long de Sûre au nord d'Esternach et revenir à Luxembourg par Ettelbrück.

21 Boucle Thionville-Luxembourg-Trèves-Thionville 240 km

Ce parcours permet de visiter Luxembourg, Esternach et Trèves puis de suivre la vallée de la Moselle. Il comprend des parties pittoresques mais assez accidentées sur une trentaine de km de la Moselle à Luxembourg et de Luxembourg à la vallée de la Sûre.

A Thionville-Perl : sur la route de Charles le Téméraire 35 km

La voie verte sur le chemin de halage de la Moselle canalisée débute au centre de Thionville. Large et bien revêtue, elle est praticable à rollers. L'itinéraire balisé comprend 4 passages sur route d'environ 500 m chacun pour changer de rive.

Au départ de Thionville, la large plaine offre un attrait limité avec une vue sur la centrale nucléaire de Cattenom mais après quelques km, la vallée se rétrécit et le parcours dans les méandres est très pittoresque. Après avoir longé la voie ferrée à Apach près de la frontière, la piste rejoint la voie d'eau après la gare de Perl, en Allemagne.

On peut continuer sur la rive allemande (parcours fléché facile) ou gagner Luxembourg.

B Perl-Luxembourg 35 km

Ce parcours non balisé (en juin 2003) ne manque pas de relief. Il comprend une majorité de chemins revêtus fermés à la circulation.

Le parcours conseillé actuellement de Perl à Ellange sera modifié lorsque la piste cyclable prévue sur une ancienne voie ferrée de Remich à Ellange-gare sera ouverte.

Au bord de la Moselle, prendre la direction de Schengen. De l'autre côté du pont, gagner la rive près du monument commémorant les accords de Schengen.

Une piste cyclable s'amorce un peu au delà, passe sous un pont autoroutier, s'écarte de la route et la rejoint ensuite. Après environ 1 km prendre à gauche la petite route interdite aux poids lourds vers Remerschen. Prendre la route à gauche vers Remerschen puis une rue étroite à droite à l'entrée du village (Steegaas ce qui peut se traduire par chemin de la grimpette). Sinuer dans le lacs des chemins de vigne (tous revêtus) en gardant le cap sur l'éolienne : toujours plus haut, toujours plus beau !

L'effort est récompensé par un splendide panorama sur la vallée de la Moselle.

Ensuite, sauf si vous voulez renouveler l'ascension, pas d'hésitation une route très tranquille débouche sur une route un peu plus importante qui mène à Elvange.

Continuer jusqu'à Ellange, tourner à droite puis prendre une petite rue immédiatement à gauche qui débouche sur un chemin rural revêtu (circulation interdite sauf engins agricoles et vélos). Obliquer à gauche. Le chemin rejoint la N 13 près de Dalheim. Prendre cette route à grande circulation à gauche sur 200 m puis le chemin rural à gauche. A Filsdorf, tourner à droite et tout de suite à gauche, contourner l'église, croiser la N 13 pour suivre un chemin rural sur 3 km. Prendre la route à gauche.

A Hassel , prendre la direction de Syren puis la rue des champs à gauche à la sortie du village vers le cimetière. Après 2 km de chemin rural prendre le CR 154 à gauche.

A Alzingen, croiser la N 3 pour se diriger vers le camping. Suivre ensuite le fléchage vers Luxembourg (Grund). La route fermée à la circulation (ou à accès réservé aux riverains) suit les méandres de la vallée encaissée de l'Alzette jusqu'à Luxembourg.

On peut suivre la direction de la gare mais il y a quelques marches à gravir.

Pour éviter cette ascension, continuer jusqu'au Grund. En face du pont, au fond d'un couloir, un ascenseur mène à la ville haute.

Hébergement AJ Luxembourg (+352) 22 68 89/22 19 20 luxembourg@youthhostels.lu

C Luxembourg-Esternach : sur les traces de Charly 47 km

Sortir de la gare de Luxembourg vers la droite.

Prendre l'avenue à droite vers le pont (bandes cyclables). Sur la place à droite au débouché du pont après un premier bâtiment, prendre l'ascenseur pour le Grund.

A la sortie de l'ascenseur suivre à gauche le fléchage cycliste. Nous avons des vues impressionnantes sur les fortifications et sur l'étagement de la ville.

Peu après la traversée d'un parc, quitter l'itinéraire cycliste pour prendre à droite la direction Kirchberg en passant sous la voie ferrée.

Après une montée sur route, continuer rue du fond St-Martin. Après 4 km, on aboutit à la piste cyclable vers Esternach. Tourner à gauche puis à droite. La piste rejoint une route.

Arrivé devant le parc des expositions, prendre la piste cyclable à gauche.

Le parcours utilise en partie le tracé d'une ancienne voie ferrée à voie étroite «Charly» (l'ingénieur chargé de la construction de la ligne se prénommeait Charles)

Après une traversée forestière, nous croisons une route à Senningerberg près d'un château d'eau. Prendre ensuite la 2^{ème} rue à gauche. La piste reprend au bout ensuite.

Certains tronçons pourraient faire croire à une ancienne ligne à crémaillère ou à un funiculaire, d'autres à un tramway sur route.

En réalité, le parcours cyclable fait quelques infidélités à la ligne en partie disparue ce qui ajoute du piquant à la balade. Mais nous n'avons pas encore tout vu !

Charly qui ne cesse de nous surprendre nous réserve le meilleur pour la fin : un passage dans un tunnel (éclairé) suivi de la traversée du grand canyon ! Bravo l'artiste !

Nous passons près d'un lac avant d'arriver à Esternach, charmante petite ville.

Hébergements AJ Esternach (+352) 72 01 58 echternach@youthhostels.lu et hôtels

D Esternach-Wasserbillig : un parcours très Sûre. 26 km

Au pont, prendre à droite le long de la Sûre la piste cyclable qui sinue, tantôt près de la rivière, tantôt de l'autre côté de la route en surplomb sur une ancienne voie ferrée.

A Moersdorf, il faut changer de rive et longer la Moselle côté allemand. En effet, la piste luxembourgeoise s'interrompt un peu au delà sur la route à grande circulation.

On peut revenir à Luxembourg en train par la gare de Wasserbillig sur l'autre rive.

E Wasserbillig-Trèves 13 km

Pour gagner Trèves, rester en Allemagne sur la même rive. Après un court passage sur route, nous rejoignons une piste cyclable au bord de la Moselle.

F Trèves-Thionville 84 km Parcours sur piste cyclable presque continue.

22 Luxembourg-Diekirch 45 km (et nord du Luxembourg)

De la gare de Luxembourg à droite, prendre l'avenue à droite vers le pont (bandes cyclables). Sur la place à droite au débouché du pont après un premier bâtiment, prendre l'ascenseur qui permet de rejoindre la ville basse.

A la sortie du couloir, prendre la rue à gauche et suivre le balisage jusqu'à Ettelbruck.

On peut continuer vers Diekirch ou vers Bourscheid et rayonner dans la région.

Retour en train à Luxembourg de Diekirch, Ettelbruck, Wiltz etc.

Hébergements AJ à Ettelbruck (+ 352) 81 22 69 ettelbruck@youthhostels.lux à Wiltz (+ 352) 95 80 39 wiltz@youthhostels.lu

Entente des hôtels-restaurants Ardennes. Haute Sûre luxembourgeoises. Forfait nuitée en demi-pension avec transfert des bagages 75 €. info@ardennes-hotels.lu

23 LA SUISSE A VELO

Aller	X	†		Quot	TGV	TGV lundi, mardi, jeudi, vend. 10 €
Paris-Est	7 14	8 13	Paris-Est	22 43	Paris-Lyon	
Bâle	12 30	13 57	Coire	7 51	Genève	
Retour	B	Quot.		Quot	TGV	TGV sauf samedis
Bâle	16 47	18 30	Coire	21 16	Paris-Lyon	Place vélo sur réservation 10 €
Paris-Est	21 40	23 44	Paris-Est	6 46	Genève	

Parmi les neuf itinéraires cyclables nationaux, quatre sont accessibles en train pour les cyclistes franciliens, les routes **7 (Jura)** Bâle-Genève par Vallorbe, escarpée, **5 (Mittelland)** Bâle-Genève par Bienne plus facile, **2 (Rhin)** Coire-Bâle et **1 (Rhône)** Coire-Andermatt-Genève (en combinant avec des tronçons d'autres routes pour rejoindre les gares de départ et d'arrivée).

La Suisse n'est pas la Hollande. C'est un autre pays du vélo ! Vastes plaines et voies navigables sont rares, aucune ligne ferroviaire n'est abandonnée : donc peu de voies vertes plates. La beauté des paysages et les descentes se méritent. Quelques courts tronçons à grande circulation et des parties non asphaltées n'ont pu être évités.

Mais tout est très bien organisé : fléchage, information, services, hébergement, accueil, services ferroviaires. Enfin, les nostalgiques des paiements en francs seront ravis.

Documents : 3 guides comprenant chacun la description de 3 routes. Carte. Indicateur.

Suisse pays du cyclisme, case postale 8027 ZURICH 01/288 11 11. www.switzerlandholidays.ch