

3 Itinéraires sensoriels et gourmands pour profiter de l'arrière-saison

Symbole par excellence du slow tourisme, les vacances à vélo sont particulièrement propices à la découverte des terroirs et du patrimoine gastronomique des régions. Parce que l'automne rime souvent avec retour du froid et de la grisaille, fatigue et journées au bureau, rien de tel qu'une escapade à vélo au grand air à la découverte des terroirs et spécialités régionales pour faire le plein d'énergie et de réconfort avant l'arrivée de l'hiver ! Pour une balade à la journée, sur un week-end ou à la semaine, La Scandibérique®, La Vélodyssée® et La Flow Vélo® offrent une multitude de possibilités pour s'évader du quotidien et profiter des derniers rayons du soleil, tout en mêlant activité physique, découverte et pauses gourmandes. Entre paysages somptueux, stimulation olfactive le long des chemins et pépites gastronomiques, zoom sur 3 itinéraires sensoriels et gourmands pour profiter de l'arrière-saison à vélo. À consommer sans modération...

1



Environ 111 km



3 jours & 2 nuits



Débutant

De Roscoff à Rostrenen, à la découverte des spécialités culinaires bretonnes

3 jours d'escapade à vélo en terres bretonnes pour s'imprégner de la culture locale et profiter des **nombreuses spécialités culinaires** qu'offre la région. Au départ de Roscoff, ce court séjour sur La Vélodyssée débute dans les champs de primeurs pour une expérience olfactive unique et une vue imprenable sur la baie. Après un court arrêt à Saint-Pol-de-Léon pour assister aux enchères du marché au cadran de Kérisnel, cap sur Morlaix et son marché hebdomadaire du samedi matin pour découvrir les saveurs locales et déguster une **galette de blé noir**. Accompagnée de **beurre** et d'une **bolée de cidre** évidemment ! Le plein d'énergie fait, la forêt et les landes caractéristiques des Monts d'Arrée guident les voyageurs jusqu'à Carhaix, terre d'accueil des « Vieilles Charrues ». Puis, La Vélodyssée rejoint le Canal de Nantes à Brest et ses écluses pour une balade au fil de l'eau bucolique et champêtre sous le signe de la nature. Entre mer, lac et forêt, villages typiques et pauses gourmandes, La Vélodyssée promet ici un voyage sensoriel à son rythme, parfait pour les épicuriens en quête de plaisirs et de découvertes gustatives.

Pour en savoir plus : <https://www.lavelodysee.com/itineraire/roscoff-morlaix>

2



Environ 100 km



2 jours & 1 nuit



Débutant



D'Angoulême à Saintes, immersion dans le patrimoine naturel, architectural et gastronomique des Charentes

2 jours à vélo pour éveiller ses sens au contact des somptueux paysages et pépites gastronomiques des Charentes. Entre Angoulême et Châteauneuf, La Flow Vélo® alterne entre rive droite et rive gauche de la Charente pour une douce parenthèse à vélo au fil de l'eau au cœur de la campagne charentaise. En chemin, un premier arrêt s'impose au village de Trois-Palis pour visiter la chocolaterie Letuffe, la plus réputée de la région. L'occasion de déguster une célèbre **Marguerite d'Angoulême**, chocolat aromatisé à l'orange, ou encore une cerise au cognac : la « **Guinette** ». De Châteauneuf à Cognac en passant par Jarnac, La Flow Vélo® sillonne au cœur des vignobles pour un panorama exceptionnel sur les vignes et la vallée. Les nombreux viticulteurs et maisons de négoce ouvrent leurs portes aux visiteurs pour une dégustation de **cognac**, **pineau ou vin de pays**. **Melon charentais**, **truite de Gensac** ou **fromages de chèvre** accompagnent parfaitement les spécialités du vignoble. L'arrivée à Saintes clôt ce séjour ponctué de Villes d'Art et d'Histoire, de vignobles et de petits villages de charme pour un moment hors du temps, riche de découvertes architecturales et gustatives.

Pour en savoir plus : <https://www.laflowvelo.com/carte/angouleme-chateauneuf-sur-charente>
<https://www.laflowvelo.com/carte/chateauneuf-sur-charente-jarnac-cognac>
<https://www.laflowvelo.com/carte/cognac-saintes>

3



Environ 126 km



2 jours & 1 nuit



Débutant

D'Escalans à Dax, la gastronomie landaise à l'honneur !

Cap dans les Landes sur les chemins de La Scandibérique® ! Bien connu pour sa convivialité et son généreux terroir, le pays de Cocagne est l'endroit idéal pour profiter d'un week-end à vélo en couple ou entre amis sur le thème de la gourmandise. Au départ d'Escalans, La Scandibérique® rejoint Labastide d'Armagnac. Un village bastide médiévale authentique parfait pour se plonger dans la culture locale tout en profitant du vignoble de la plus vieille eau de vie de France. L'occasion idéale de déguster l'**Armagnac** d'un producteur local ! L'itinéraire se poursuit vers Mont-de-Marsan où les tables locales subliment le **confit de canard** et le **foie gras**, symboles de la gastronomie landaise. Vers estomacs satisfaits, il est temps de reprendre le vélo en direction de Dax où les sources thermales promettent un moment de détente parfait pour clôturer ce séjour en beauté et faire le plein d'énergie avant de prendre le chemin du retour...

Pour en savoir plus : <https://www.scandiberique.fr/itineraire/escalans-mont-de-marsan>

À propos...

La Scandibérique

EuroVelo 3

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 nature, tantôt urbaine, La Scandibérique se vit sur plusieurs jours pour une immersion totale dans les terroirs et patrimoines français !

scandiberique.fr

La Vélodyssée

Atlantic Coast Route – EuroVelo 1

La Vélodyssée, c'est plus de 1200 km d'itinéraire cyclable entièrement balisé – dont 72% 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 frenchy 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 étonnants entre terre et mer et une sensation de déconnexion instantanée !

lavelodysee.com

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 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...

laflowvelo.com