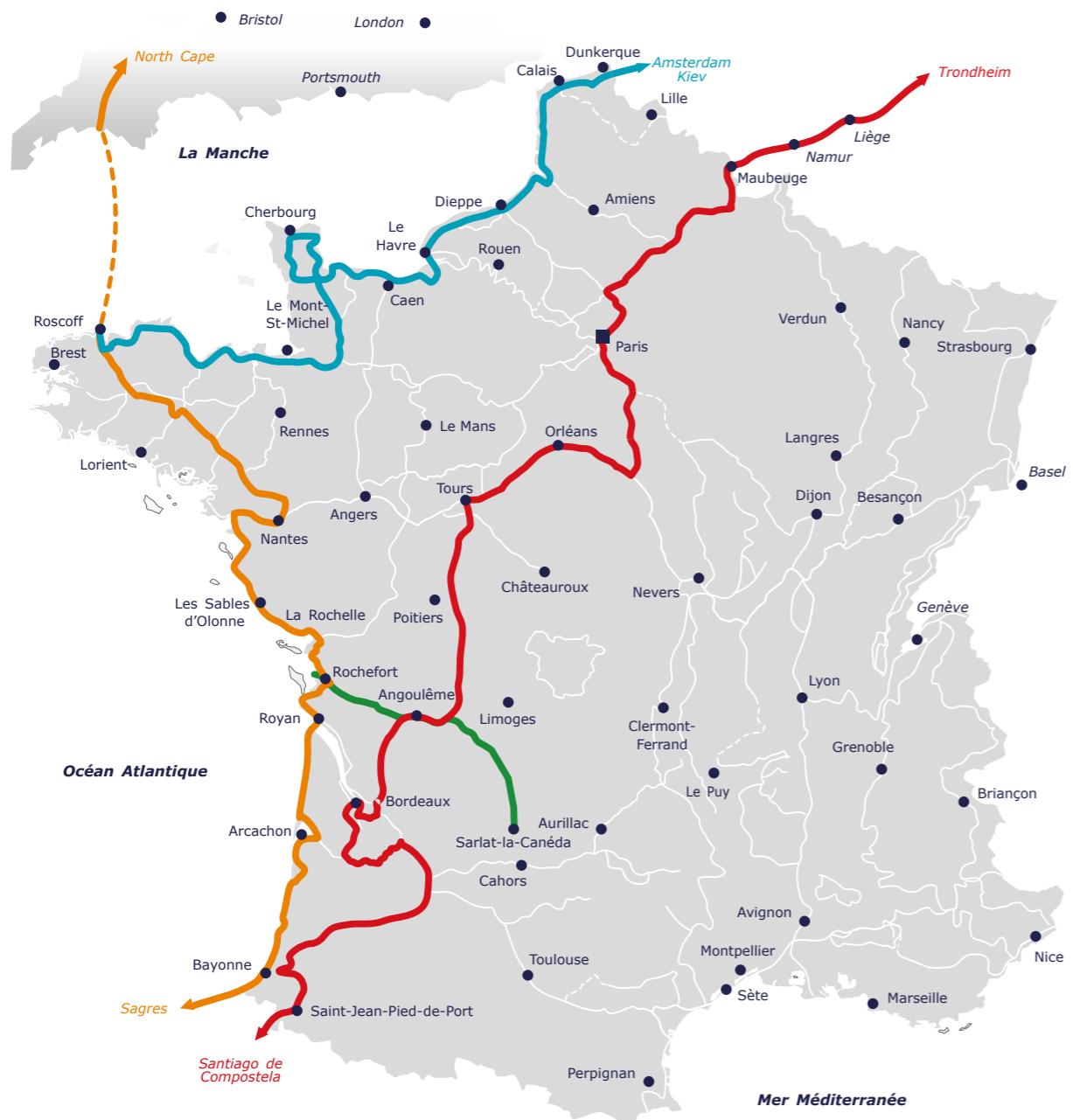




# quadricyclopedie

Dossier de presse 2024

déTours de France  
*en 4 échappées plurielles*



- La Flow Vélo
- La Scandibérique
- La Vélodyssée
- La Vélomaritime



La Flow Vélo p. 4



La Scandibérique p. 8



La Vélomaritime p. 16



La Vélodyssée p. 12

# quadri cyclo pédie

déTours de France  
en 4 échappées plurielles

*Et si on y allait  
par quatre chemins...*

Accessible à tous et propice à la découverte, le cyclotourisme permet une vivante exploration du territoire français dans sa diversité et ses richesses. Au sein d'un pays qui vise la première place mondiale des destinations cyclables à l'horizon 2030, la variété des itinéraires et la qualité des infrastructures accompagnent un intérêt toujours grandissant pour un périple aux accents slow et durables. Idéalement imaginées au carrefour de paysages enchanteurs et des envies d'évasion du cyclo-voyageur contemporain, La Flow Vélo, La Scandibérique, La Vélodyssée et La Vélomaritime quadruplent les belles occasions de se mettre en selle !

L'aventurier des véloroutes s'autorise tous les détours : des rivages de l'Atlantique à la frontière du Plat Pays, des côtes découpées du Finistère à la vallée de la Dordogne, il file de surprise en surprise dans une itinérance au long cours, ou une promenade éphémère. Il embarque sur le trajet de la tranquille Flow Vélo à bord d'un bateau miniature à Saint-Savinien-sur-Charente, à moins que ne le séduisent les grands espaces traversés par La Scandibérique et qu'il se passionne pour l'histoire pluri-centenaire des faïences de Gien... Il pédale en conscience le long de la sensible Vélodyssée et déguste les huîtres du bassin d'Arcachon, avant qu'inspiré par les embruns, il parte rouler de phare en phare au fil de la dépaysante Vélomaritime, jamais rassasié de trouvailles et de délices !

Suivez les pictogrammes



En selle comme jamais !

Les expériences à vivre ici et nulle part ailleurs



Plaisirs sans frein !

Les gourmandises et activités à savourer



Dans ses sacoches !

Les souvenirs artisanaux ou les bons produits locaux à rapporter



En roue libre !

Les événements à applaudir

# écha- ppée n°1



La Flow Vélo



*L'itinéraire de toutes les envies, pour rouler comme ça nous chante !*



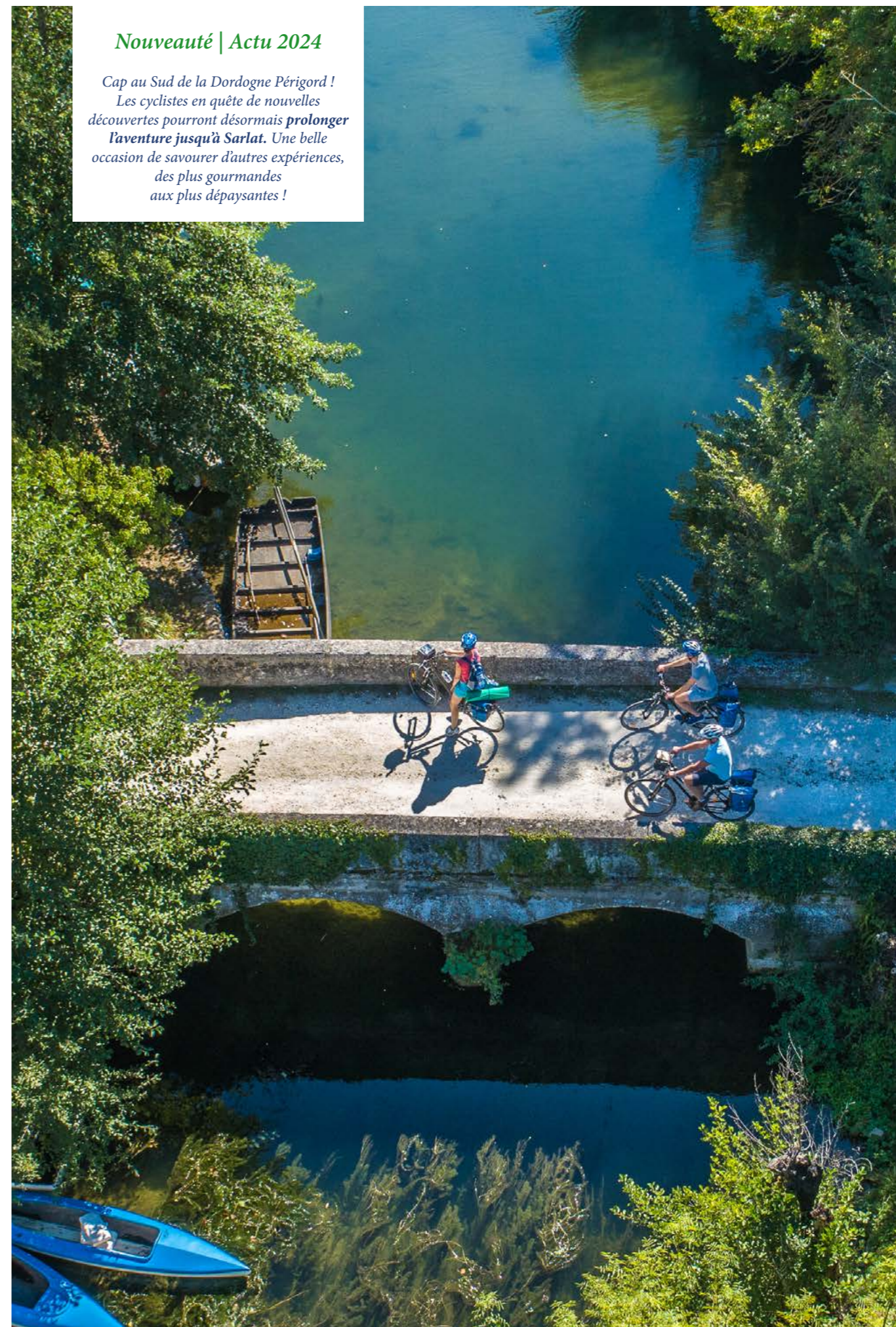
Filant sur 400 km de la Dordogne Périgord (nouvelle étape en 2024 : Sarlat) à l'océan Atlantique, La Flow Vélo est la promesse d'une **expérience d'itinérance unique**, que chacun peut vivre à son rythme. Cet itinéraire est si **accessible et diversifié** qu'il s'adapte à de **multiples profils et envies** ; en famille, en couple ou en solo, chacun peut s'y retrouver. Clément pour les mollets et « **family-friendly** » côté Charentes, La Flow Vélo se fait plus vallonnée et **sportive** côté Dordogne Périgord. La pluralité des territoires traversés offre la

garantie d'un **doux dépaysement**, et des **trésors de découvertes** que chacun peut apprécier comme bon lui semble. Des grottes préhistoriques de **Dordogne** jusqu'à la Cité internationale de la bande dessinée et de l'image à **Angoulême**, de villages pittoresques en châteaux forts, en passant par les vestiges gallo-romains de **Saintes** et l'arsenal maritime de **Rochefort**, on entend **comme un air d'autrefois**. Tout au long de l'itinéraire, **la nature donne le ton** et invite à prendre le temps de se détendre, au bord d'un lac, sur le fleuve ou sous un petit pont de bois. Savourant la richesse des différents terroirs périgourdins et charentais, on danse **une valse gourmande** convoquant huîtres, cognac, truffes et vins... pour des pauses épicuriennes et sans complexe ! Enfin, alors qu'on écoute attentivement le **chant des artisans**, on se laisse porter par une atmosphère accueillante et authentique au gré des savoir-faire et des ateliers qui jalonnent l'itinéraire. **Alors en 2024, roulons comme ça nous chante !**



## Nouveauté | Actu 2024

Cap au Sud de la Dordogne Périgord ! Les cyclistes en quête de nouvelles découvertes pourront désormais **prolonger l'aventure jusqu'à Sarlat**. Une belle occasion de savourer d'autres expériences, des plus gourmandes aux plus dépayesantes !





En selle comme jamais !

Rouler comme ça nous chante sur La Flow Vélo 4 étapes de vert et d'eau

Sur l'étape : Sarlat ↔ Excideuil
Au rythme de la nature et de l'histoire
De Sarlat, capitale du Périgord noir et nouveau point de départ de La Flow Vélo, on rejoint la Vallée de la Vézère, labellisée Grand Site de France.

vezere-perigord.fr

Sur l'étape : Saint-Savinien-sur-Charente ↔ Rochefort
Si j'étais capitaine : port miniature de Saint-Savinien-sur-Charente
Vapeur du Mississippi, bateau cargo ou remorqueur, on prend la barre de l'un des 18 modèles réduits parfaitement réalistes conçus par un charpentier de marine, pour une croisière atypique depuis le lac jusqu'au petit puis grand chenal de ce pittoresque village d'eau, d'art et d'histoire.

laflowvelo.com



Sur l'étape : Rochefort ↔ Ile d'Aix
Faire vibrer la corde sensible à Rochefort

Blottie dans l'une des dernières boucles de la Charente, cette ville-arsenal du XVIIe siècle est une escale incontournable tout entière tournée vers l'estuaire et la mer : Corderie royale, musée national de la Marine ou encore l'Accro-mâts, un « accrobranche » unique au monde où l'on passe de mât en mât à quelque 30 m de haut...

laflowvelo.com
arsenaldesmers.fr

Sur l'étape : Rochefort ↔ Ile d'Aix
Cap sur la nacre... en kayak !

Au départ de Fouras-les-Bains, notre guide aguerri Benoît mène notre petite équipe de kayakistes jusqu'à l'île d'Aix. La terre promise atteinte, on visite les claires ostréicoles avant d'en savourer les fameux produits, sous l'œil impassible du fort Boyard. Nous voilà rassasiés et dispos pour rencontrer Hervé, le seul nacrier de France. Tandis qu'il achève de nous passionner pour son métier d'art si rare, déjà le soleil décline, sonnait l'heure de reprendre nos kayaks pour regagner le continent... et retrouver nos fidèles deux-roues !

Journée de kayak encadrée et excursion sur l'île d'Aix, tout compris : 89 € / adulte.

antioche-kayak.com
laflowvelo.com



Plaisirs sans frein !

Ravito 1 Faire le tour des marchés de Sarlat et de Thiviers

Au cœur du Périgord, le samedi matin, ce sont les rendez-vous des cyclo-épicuriens : on y garnit ses sacs de mets parfumés, noix AOP, truffe noire et foie gras IGP...

sarlat-tourisme.com
perigord-limousin-tourisme.com



Dans ses sacoches !

L'indispensable des baroudeurs : le couteau de Nontron, plus vieux couteau de France

On le choisit à la Coutellerie Nontronnaise, en activité depuis 1653, labellisée « Entreprise du Patrimoine Vivant ». Immanquable également : le Pôle Expérimental des Métiers d'Art de Nontron et du Périgord-Limousin, déployant expositions, animations et ateliers variés.

laflowvelo.com

Exhausteurs de souvenirs : la fleur de sel et les soupes de salicorne de l'île Madame

Sauvage et préservée, l'île Madame est accessible en mode doux, après s'être évidemment renseigné sur les horaires des marées. Et quitte à prendre le temps, autant rencontrer Gaëlle et Jean-Philippe dans leur ferme aquacole, labellisée bio et agréée ferme pédagogique. On en repart avec de délicieuses soupes de salicorne, cette petite plante charnue qui pousse sur les terres riches en or blanc... ou avec quelques sachets de fleur de sel pour les moins aventuriers !

rochefort-ocean.com

Ravito 2 Mettre Cognac en bouteille

Plus ancienne des grandes maisons de Cognac, auréolée de 300 ans de savoir-faire, la Maison Martell étanche notre soif de découverte avec un atelier de mise en bouteille de notre propre « montre » de cognac, dans un chai habituellement fermé au public.

Visite « Martell Savoir-faire » : 2 h env., 60 € / personne.

martell.com

Ravito 3 Loder ses papilles autour d'une chaudière fourasine

Anguilles et seiches convolent en justes noces dans cette spécialité de la cité de Fouras-les-Bains. Au restaurant La Fumée, situé à la pointe éponyme, on se délecte autant de la chaudière maison que de la vue, l'une des plus emblématiques du littoral de Charente-Maritime.

restaurant-lafumee.fr



En roue libre !



Escapade au centre de l'Art pariétal Lascaux IV

Pour vivre une expérience immersive au cœur de la Préhistoire, en visite libre ou guidée.

lascaux-dordogne.com

Eau fil des Bacs Chaniers / 24 août

Pour changer de monture, sur un paddle ou un canoë, et pour se retrouver ensemble dans cet écrin de nature.

www.chaniers.fr

Festival Saint-Amand fait son intéressant, à Saint-Amand de Coly / Juillet 2024

16e édition du festival, 3 jours de partage et d'échanges au gré de représentations artistiques et musicales.

saint-amandfaitsoninteressant.com

# écha- ppée n°2



La Scandibérique

## La diagonale des cyclo-aventuriers en quête de sens

Du rouge des briques du Nord à celui des colombages des fermes basques, La Scandibérique a des accents de France et de Navarre, et tout autant le goût des grands espaces propices à la déconnexion que celui de l'effervescence propre aux dynamiques cités culturelles. Ses 1 700 km de Maubeuge (Nord) à Saint-Jean-Pied-de-Port (Pays basque), passant par Paris et Bordeaux, en font la plus longue et la plus multiple des véloroutes de l'Hexagone.



Dans un tour de l'histoire de France et de l'art (de vivre) au grand air, on « rétro-pédale » des rues de Lutèce aux ruines de Cassinomagus, des châteaux de la Loire et de Fontainebleau aux cités médiévales du Sud-Ouest, des églises fortifiées de Thiérache aux cathédrales de Senlis ou de Noyon. On sémerville face à l'utopie du Familistère de Guise ou la poésie contemporaine du street art à Vitry, devant les collections du musée Carnavalet comme devant celles du MusVerre...

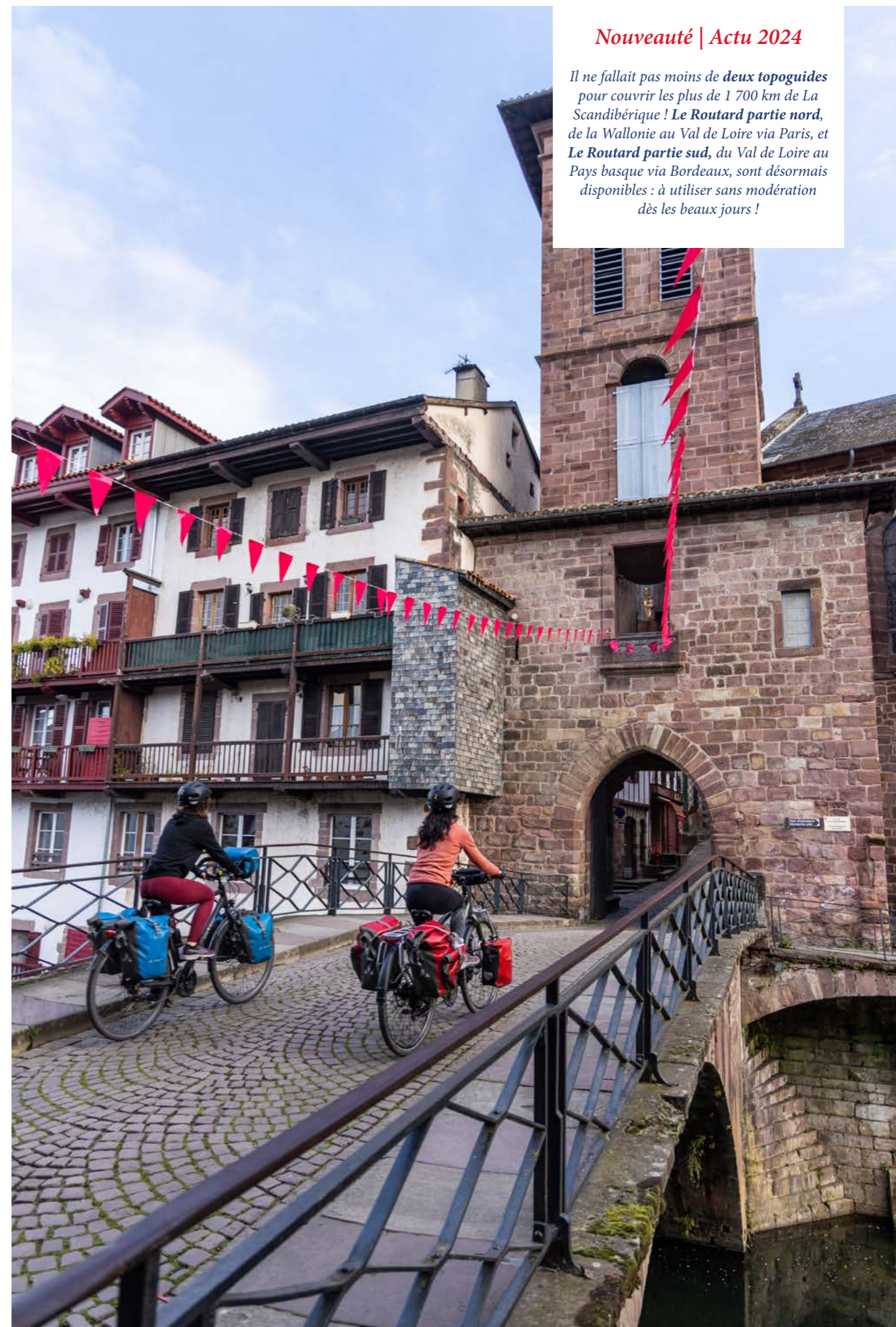
Avec pas moins de 4 régions et 20 départements traversés, on sillonne à 360° les mille et une facettes des paysages et des terroirs qui font l'essence de la France. Et quand vient l'heure du « ravito », il a la force du maroilles ou de l'ossau-iraty, la typicité du foie gras des Landes comme de l'agneau du Poitou, la douceur des cannelés bordelais et des gâteaux basques ou le tintement canaille d'un verre de Saint-Émilion, Saumur, Buzet, Cognac, Armagnac, Bergerac...



Parcourue solo ou à deux, La Scandibérique se fait **introspective**. En tribu de jeunes amis, la voilà **initiatique**. Et que l'on soit itinérant pour quelques jours ou aventuriers au long cours, de **ce chemin pluriel qui nous emmène loin**, chacun retiendra au final les fabuleux pouvoirs de ressourcement et de dépaysement, de rencontre et de contemplation, de temps retrouvé et de soi révélé.

### Nouveauté | Actu 2024

Il ne fallait pas moins de deux topoguides pour couvrir les plus de 1 700 km de La Scandibérique ! **Le Routard partie nord**, de la Wallonie au Val de Loire via Paris, et **Le Routard partie sud**, du Val de Loire au Pays basque via Bordeaux, sont désormais disponibles : à utiliser sans modération dès les beaux jours !





**En selle comme jamais !**

**Sur l'étape : Compiègne ↔ Pont-Sainte-Maxence**  
**Prendre un bain de forêt musical**  
 Au cœur de la forêt domaniale de Compiègne, véritable cathédrale végétale, les quatre saisons de ces *shinrin yoku* pas comme les autres nous procurent tout au long de l'année les bienfaits reconnus de la musique et de la nature pour le corps et l'esprit.  
 De 20 à 40 € / pers.  
 festivaldesforets.fr

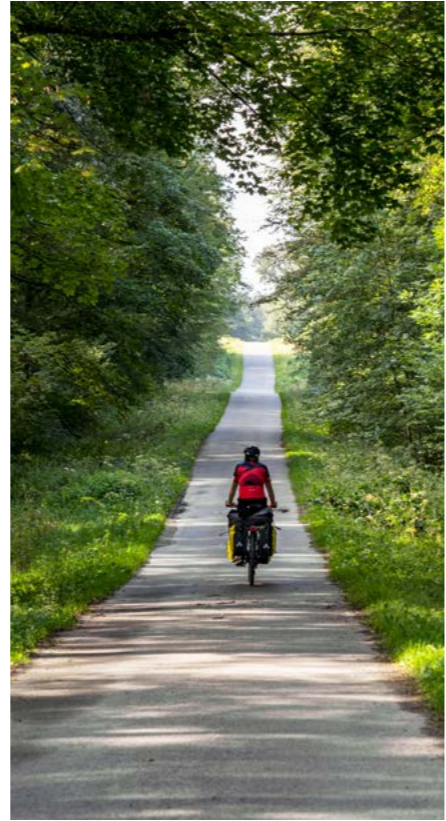
**Sur l'étape : Bondy ↔ Paris ↔ Corbeil-Essonnes**  
**Canoter chez Caillebotte**  
 En barque sur la sinieuse petite rivière de l'Yerres, dans l'Essonne, on se laisse inspirer par l'atmosphère singulière de ce domaine où le peintre impressionniste vécut dès ses 12 ans, canota lui-même, et réalisa plus de 80 toiles à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle.  
 De mai à septembre. 5 € la barque (max. 5 pers.) pour une ½ h ; 9 € pour 1 h. Caution obligatoire : chèque ou pièce d'identité.  
 maisoncaillebotte.fr



**Sur l'étape : Saint-Jean-Pied-de-Port ↔ Roncevaux**  
**Atteindre le point final et ressentir la puissance des cromlechs d'Orgambide**  
 Dressés dans les montagnes basques, emplis d'une immémoriale énergie, ces cercles de pierre servaient jadis de sépulture et marquent aujourd'hui une frontière dont chevaux, moutons et cyclistes n'ont que faire. **Saluant notre fière échappée** d'un joyeux « Agur\* ! » venu du fond des âges, les cromlechs signent la fin de notre aventure... et peut être le début d'une nouvelle !  
 \* au revoir en basque  
 scandiberique.fr

**Changer de braquet 4 étapes pour se retrouver**

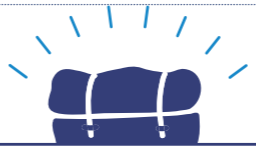
**Sur l'étape : Dax ↔ Urt**  
**Opter pour un spa hors normes : Le Splendid\*\*\*\* à Dax**  
 Au cœur des Landes, un hôtel et spa art déco mêlant les mosaïques des années 30 aux voûtes de l'ancien château fort, où se faire chouchouter avec des soins signés Cinq Mondes.  
 splendid-hotel-spa.com



**Plaisirs sans frein !**

**Ravito 1 Trouvons le filon... et le jambon de Bayonne suivra !**  
 Sel IGP réservé à la salaison du fameux jambon de Bayonne IGP, l'or blanc de Salies-de-Béarn se découvre au Pôle muséographique des salines dont le belvédère permet d'embrasser du regard l'ensemble du site de production.  
 tourisme-bearn-gaves.com

**Ravito 2 Les Praslines de Montargis**  
 Toujours fabriquées selon le procédé d'origine, ces praslines sont de délicieuses amandes grillées et caramélisées qui ont leur véritable temple : au sein de son extraordinaire boutique historique, la maison Mazet perpétue depuis 1903 une tradition multiséculaire.  
 mazetconfiseur.com



**Dans ses sacoches !**

**Poids plume pour effet garanti : une création en marqueterie de paille**  
 Dans son atelier de Nemours, Valérie Colas Des Francs revisite un art qui s'exerce depuis le XVII<sup>e</sup> siècle. Matériau rustique, la paille prend sous ses mains des allures très actuelles et se marie au métal, à l'ivoire, au zinc ou à la pierre, dans des créations épurées jouant du mouvement, des volumes et de la lumière.  
 seineetmarnevivreengrand.fr  
 valericolasdesfrancs.com



**En roue libre !**

**Le festival cyclo-musical itinérant « Ouvrez la voix »**  
 en Gironde / Du 6 au 8 septembre  
 Sur la voie verte de l'Entre-deux-Mers, un événement rafraîchissant qui réunit les amateurs de vélo, de musique, de patrimoine et de gastronomie, cheveux au vent !  
 rockschool-barbey.com



**Ravito 3 Sauvons les abeilles : buvons une bière médiévale !**  
 Aux portes de Paris, dans la ville où fut fondée la dynastie capétienne, la Brasserie de Senlis revisite le brassage médiéval au miel, créant ainsi de rafraîchissantes bières bio à la faible amertume et aux douces notes florales. Aussi sociable et sensible aux problématiques environnementales que les abeilles qui travaillent pour elle, la généreuse brasserie épaula les apiculteurs en participant au financement de certains de leurs projets.  
 brasserie-desenlis.com

**L'un des emblèmes de l'art de vivre à la française : une faïence de Gien**  
 Labellisée « Entreprise du Patrimoine Vivant » et âgée de près de 200 ans, la plus grande manufacture d'Europe donne à voir l'excellence d'un savoir-faire séculaire, la beauté du geste et la sensualité de la matière, qu'elle honore en les réactualisant dans chacune de ses créations.  
 gien.com



**Visiter Notre Dame des Cyclistes à l'occasion de sa fête annuelle à Labastide-d'Armagnac / Le 20 mai**  
 Unique en France, cette chapelle abrite deux roues insolites et maillots de champions du grand bi au vélo du facteur, de « Pou pou » à Virenque en passant par Merckx.  
 tourismelandes.com



**La Route des Imaginaires dans les Landes / 15 et 16 septembre**  
 Ce festival itinérant parcourt la voie verte du Marsan et de l'Armagnac, en proposant un cocktail rafraîchissant de musique, théâtre, concerts, attractions foraines, sans oublier les haltes gourmandes.  
 laroutedesimaginaires.com

# écha- ppée n°3



La Vélo  
dyssée

La Vélo dyssée

Heureux qui comme  
Ulysse pédale le long du littoral



De Roscoff à Hendaye, La Vélo dyssée offre  
**1 300 km d'aventure en roue libre** avec des  
points de vue étonnants entre terre et mer et  
une **sensation de déconnexion instantanée**.

La **petite Frenchie d'Atlantic Coast  
Route** est devenue une destination à part  
entière dans le paysage cyclotouristique  
français pour ceux qui souhaitent se  
lancer dans l'aventure itinérante à deux  
roues. Elle encourage le **développement  
de pratiques durables d'acteurs engagés**  
(l'Office National des Forêts, HOALI et  
sa solution #gourdefriendly, ICI Toilettés,  
Gogo Green...) et **soutient des initiatives  
responsables** tout au long de l'itinéraire.

Pédaler sur La Vélo dyssée, c'est avant tout  
**cheminer en conscience**, pour limiter son  
impact sur l'environnement et les générations  
futures tout en prenant du plaisir pour vivre  
la meilleure cyclo-expérience possible !

## Nouveauté | Actu 2024

Le **Passeport La Vélo dyssée** revient cette  
année avec des nouveautés inédites !

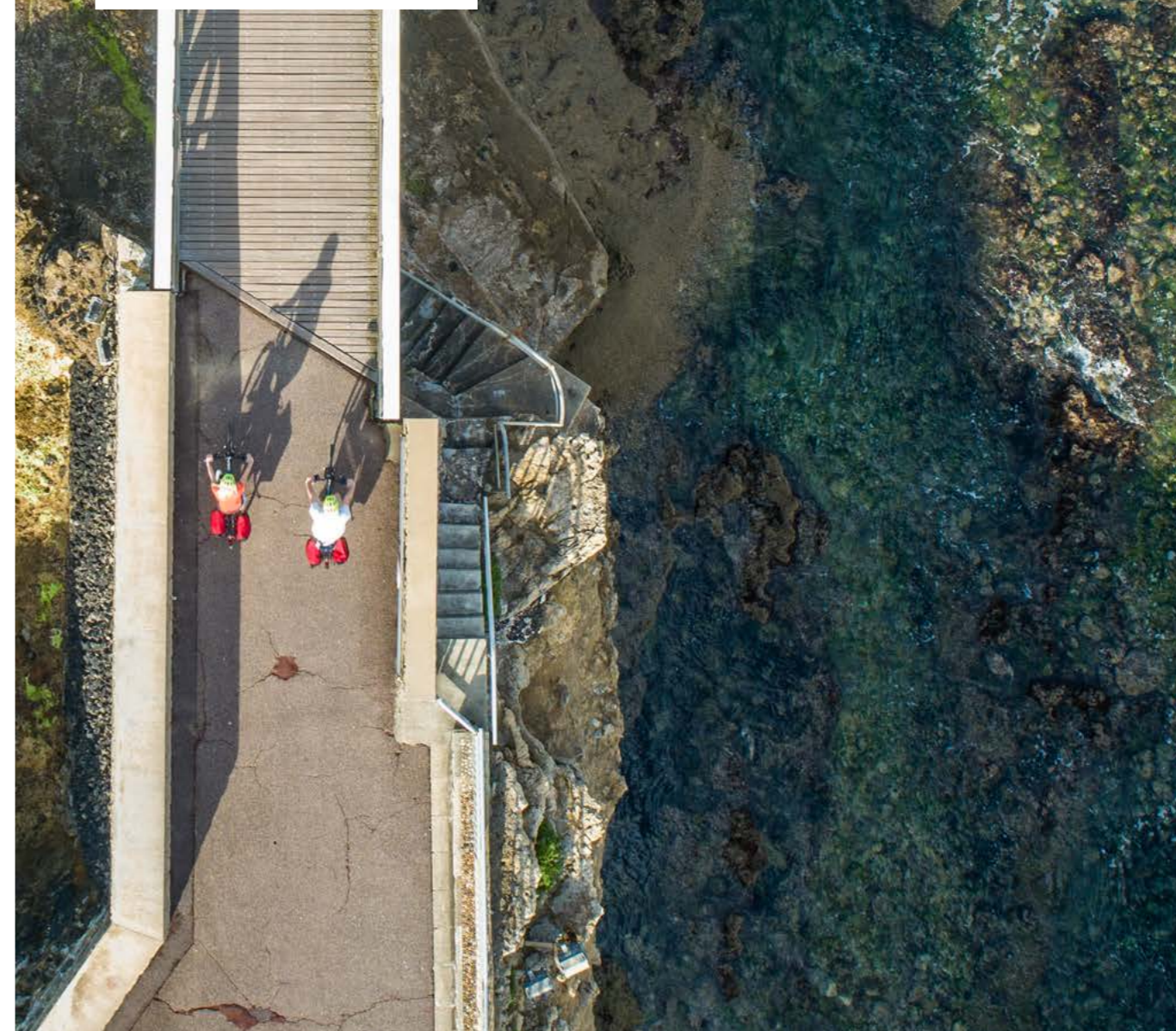
À la manière d'une **crédencial de  
pèlerin**, le document à commander sur le  
site internet de La Vélo dyssée compte **une  
cinquantaine de tampons à collectionner  
tout au long de l'itinéraire dans plus de  
70 points relais** (offices de tourisme).

En 2024, les détenteurs du **Passeport  
La Vélo dyssée** pourront **bénéficier d'offres  
et avantages sous présentation du graal  
tamponné**. Aussi, **les offres bas-carbone**  
qui jalonnent l'itinéraire seront valorisées,  
toujours dans l'objectif d'encourager une  
démarche écoresponsable, valeur  
intrinsèque de l'itinéraire.

**Environ 60 avantages et réductions  
seront à retrouver** tout au long  
de l'itinéraire, toujours dans  
l'objectif d'encourager une démarche  
écoresponsable.

Le **Passeport La Vélo dyssée** est disponible  
gratuitement en ligne.

[lavelodyssée.com](http://lavelodyssée.com)





La Vélodyssée



En selle comme jamais !

### Saut de puce sur les îles de l'Atlantique

La Vélodyssée n'est pas si linéaire qu'il n'y paraît... Il est tout à fait possible de rester en selle pour vivre une expérience insulaire au large de la côte atlantique !

**L'île de Batz**, à 15 min de traversée au large de Roscoff dans le Finistère, longue de 3,5 km et riche d'une faune et d'une flore incomparables pour un dépaysement garanti.

**L'île de Ré**, au large de La Rochelle en Charente-Maritime, accessible par un pont, pour vivre une expérience insulaire idyllique à vélo avec ses 100 km de pistes cyclables, entre océan et petits villages de charme.

**L'île d'Aix**, dans l'estuaire de la Charente, offre un moment 100 % nature sans voiture avec une vue imprenable sur le fort Boyard, des maisons aux façades blanches fleuries de roses trémières.

**L'île Madame**, que l'on rejoint à vélo en empruntant la Passe aux Bœufs depuis Port-des-Barques, à marée basse, est la plus petite de l'archipel charentais avec son 0,72 km<sup>2</sup>.

**L'île d'Oléron**, la plus grande île de la façade atlantique française et aussi la première île cyclable de France avec un réseau de presque 200 km.

lavelodysee.com



### Ride and surf !

Qui dit littoral atlantique, dit vagues. La Vélodyssée offre la possibilité de combiner le pédalage aux plaisirs de la glisse, reliant le top 5 des spots de surf français :

#### Bud Bud en Vendée

(sur l'étape Les Sables d'Olonne - La Tranche-sur-Mer)  
De septembre à juin, à marée montante

#### La Palmyre en Charente-Maritime

(sur l'étape Marennes - Royan)  
Toute l'année, à marée montante

#### Lacanau en Gironde

(sur l'étape Hourtin Plage - Lacanau)  
D'avril à juin et de septembre à novembre, à marée montante

#### La Gravière dans les Landes

(sur l'étape Léon - Capbreton)  
De septembre à mars, à marée montante (destiné aux surfeurs expérimentés)

#### Parlementia-Guéthary dans les Pyrénées-Atlantiques

(sur l'étape Biarritz - Saint-Jean-de-Luz)  
De septembre à mars, à marée montante (destiné aux surfeurs expérimentés)

lavelodysee.com



Plaisirs sans frein !

### Ravito 1 Ramener sa fraise à la bretonne

La Fraiseriaie, glacier artisanal depuis 40 ans, propose 16 boutiques dans 10 villes de Guérande à Clisson, ainsi que 2 crêperies pour varier les plaisirs gourmands et des marchés aux fraises pour partir soi-même à la cueillette du joyau rouge sucré.

lafraiseriaie.com

### Ravito 2 Pas de Bretagne sans crêpe !

Une échappée bretonne serait un sacrilège sans une halte gourmande attablée dans une crêperie. Pour satisfaire petites et grosses faims, on mise sur le top 4 des crêperies de l'itinéraire :

- Kreizh Kastell à Saint-Pol-de-Léon
- L'Hermine à Morlaix
- Ty Gwechall à Carhaix
- L'Akène à Redon

creperiesgourmandes.fr

### Ravito 3 Bouchées iodées les pieds dans le... Bassin !

Une halte sur le Bassin d'Arcachon sera un fabuleux prétexte à pousser la porte des cabanes d'ostréiculteurs, pour un moment d'échange unique en dégustant des huîtres savoureuses les pieds dans l'eau.

huitres-arcachon-capferret.fr



Dans ses sacoches !



En roue libre !

### STEREOPARC Festival

Les 19 et 20 juillet

Site de la Corderie Royale de Rochefort

6<sup>e</sup> bougie pour le festival charentais dédié aux musiques électroniques qui s'inscrit dans un décor patrimonial grandiose à la Corderie Royale de Rochefort. L'échelle musicale de l'itinéraire qui transcende et fait repartir pour des kilomètres pleins d'entrain !

stereoparc.com



### Gogo Green - Bike to Basics

Du 3 au 11 août - Odysée musicale itinérante au départ de Bordeaux jusqu'à Hendaye

Collectif de DJ passionnés et engagés, Gogo Green se la joue itinérant avec « Bike to Basics », un festival où la tournée se fait à vélo dans la bonne humeur, la réduction de l'empreinte carbone et la musique bien sûr.

lavelodysee.com



### La gourmandise de toutes les reines

À Saint-Jean-de-Luz, on craque pour les délicieux macarons de la Maison Adam. Déjà approuvées par la mère de Louis XIV et l'infante d'Espagne en 1660, ces petites douceurs n'ont pas d'autre destinée que d'embarquer à bord des sacoches de la petite reine !

Tarif : 1 € le macaron disponible à l'unité ou par 6, 12, 18, 24, 36 ou 48.

maisonadam.fr





# écha- ppée n°4



## La Vélo maritime

*La cyclo-évasion  
qui fait rimer vitalité  
avec iodée*

La Vélo maritime, partie française de l'EuroVelo 4 inaugurée en 2021, longe le littoral sur 1 500 km de Roscoff, en Bretagne, à Dunkerque à quelques kilomètres de la frontière belge.

Véloroute continue à 100 %, l'itinéraire garantit un dépaysement total où l'on avance de phare en phare (plus de 50 à découvrir) et où l'on prend une véritable bouffée d'air frais et iodé qui booste la vitalité du corps et de l'esprit.

Entre la Baie de Morlaix, la Côte de Granit Rose, les falaises d'Étretat, la Baie de Somme et bien d'autres, la véloroute aux accents du Nord est jalonnée d'autant de sites naturels remarquables que de joyaux patrimoniaux comme les plages du Débarquement ou le Mont-Saint-Michel.



### Nouveauté | Actu 2024

Vivre l'aventure itinérante en mode « Robinson », n'est-ce pas un argument encore plus enthousiasmant pour découvrir La Vélo maritime ? Tout au long de l'itinéraire, ce sont une cinquantaine de cabanes et autres hébergements peu conventionnels (pods, mini canadiennes sur pilotis, cabadiennes, campétoiles...) légers et adaptés au tourisme à vélo, qui accueillent les cyclovoyageurs à l'âme d'enfant aventurier qui rêve de s'endormir sous les étoiles.  
[lavelomaritime.fr](http://lavelomaritime.fr)





## En selle comme jamais !

### Piquer un phare

Cylindrique, carré ou même octogonal, en pierre, en granit rose ou en brique rouge, plus ou moins haut, bicolore ou bien très sobre... Le phare est sans aucun doute l'élément patrimonial emblématique de l'itinéraire. Qu'on s'amuse à les compter (plus de 50 sur la totalité de la véloroute !), à jouer au jeu des différences, à graver leurs marches pour voir au loin, on aime pédaler sur La Véloroute au rythme de la découverte de ses phares qui tissent le fil d'une histoire de marins inlassablement captivante.

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

siècle, l'Oignon de Roscoff s'exporte en terre britannique, avec les agriculteurs vendeurs surnommés alors « Johnnie », Petit Jean à la mode anglaise.

[roscoff-tourisme.com](http://roscoff-tourisme.com)

### Ravito 3 Du guidon au mâchon

Avis aux gourmands et gourmets adeptes de deux-roues ! Petite Reine Normandie offre une expérience au grand air tout en régaland les papilles. Accompagné d'un guide, le groupe de cyclo-randonneurs sillonne la campagne normande durant 5 h 30 en vélo à assistance électrique en s'octroyant des pauses gourmandes où les spécialités de la gastronomie locale devraient sans nul doute faire l'unanimité !

Balade gourmande : 179 € par personne à partir de 2 participants

[petitereinenormandie.fr](http://petitereinenormandie.fr)



## Dans ses sacoches !

### L'or vert de la Baie de Somme

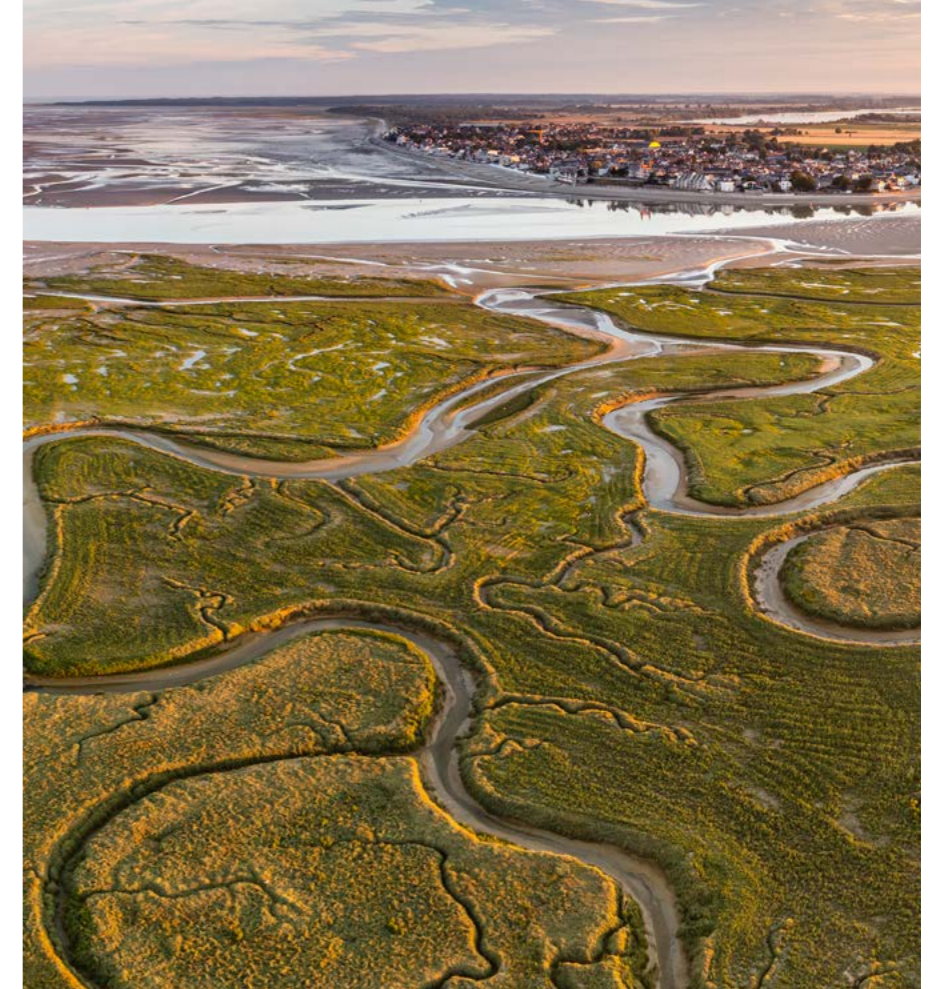
Cueillie à la main par les pêcheurs à pied de début juin à fin août dans les estuaires du littoral des Hauts-de-France (en particulier la Baie de Somme qui représente 90 % de la production française), la salicorne est principalement utilisée comme condiment dans du vinaigre. Ce n'est pas pour rien qu'on la surnomme « cornichon de mer » ! Crue en salade ou cuite comme des haricots verts, cet or vert est plein de promesse à qui sait le goûter. Pour boucler la boucle, quoi de mieux que d'assister à la Fête de la Salicorne le dernier week-end de juin au Crotoy ?

[nord-decouverte.fr](http://nord-decouverte.fr)

### Une petite mousse pour la route

Sur la rive du Jaudy, dans une ancienne friche industrielle à Tréguier, la brasserie Philomenn accueille les valeureux itinérants pour une pause bien méritée. Ici, on vous entraîne à la découverte de toutes les étapes de fabrication de cette bière aux parfums bretons. Des matières premières à la dégustation en passant par les étapes de brassage, on apprend autant que l'on se requinque avec ce breuvage « made in Trégor ».

[philomenn.fr](http://philomenn.fr)



## En roue libre !

### 150 ans de l'Impressionnisme en Normandie

Toute la Normandie se met aux couleurs de l'Impressionnisme pour fêter les 150 ans de la naissance du mouvement artistique. De nombreux rendez-vous au Havre, à Fécamp, Etretat, Deauville à ne pas manquer !

[normandie-impressionniste.fr](http://normandie-impressionniste.fr)

### Festival Les Traversées Tatihou Du 20 au 25 août

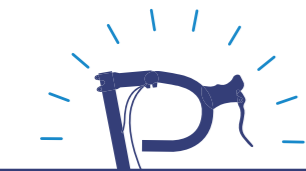
Rendez-vous musical qui mixe musiques traditionnelles et musiques du monde, le festival a lieu sur l'île Tatihou que l'on rejoint à pied à marée basse depuis Saint-Vaast-la-Hougue dans la Manche.

[manche.fr](http://manche.fr)

### Son et Lumière de Gravelines Les 22, 23, 24, 28, 29 et 30 août à 22h

Dans l'incomparable Porte aux Boules, au sein des fortifications de Vauban, on remonte le temps en parcourant 1000 ans d'histoire à travers un spectacle de 2h. Magistral !

[ville-gravelines.fr](http://ville-gravelines.fr)



## Plaisirs sans frein !



### Ravito 1 Les Saint-Jacques, du port à l'assiette !

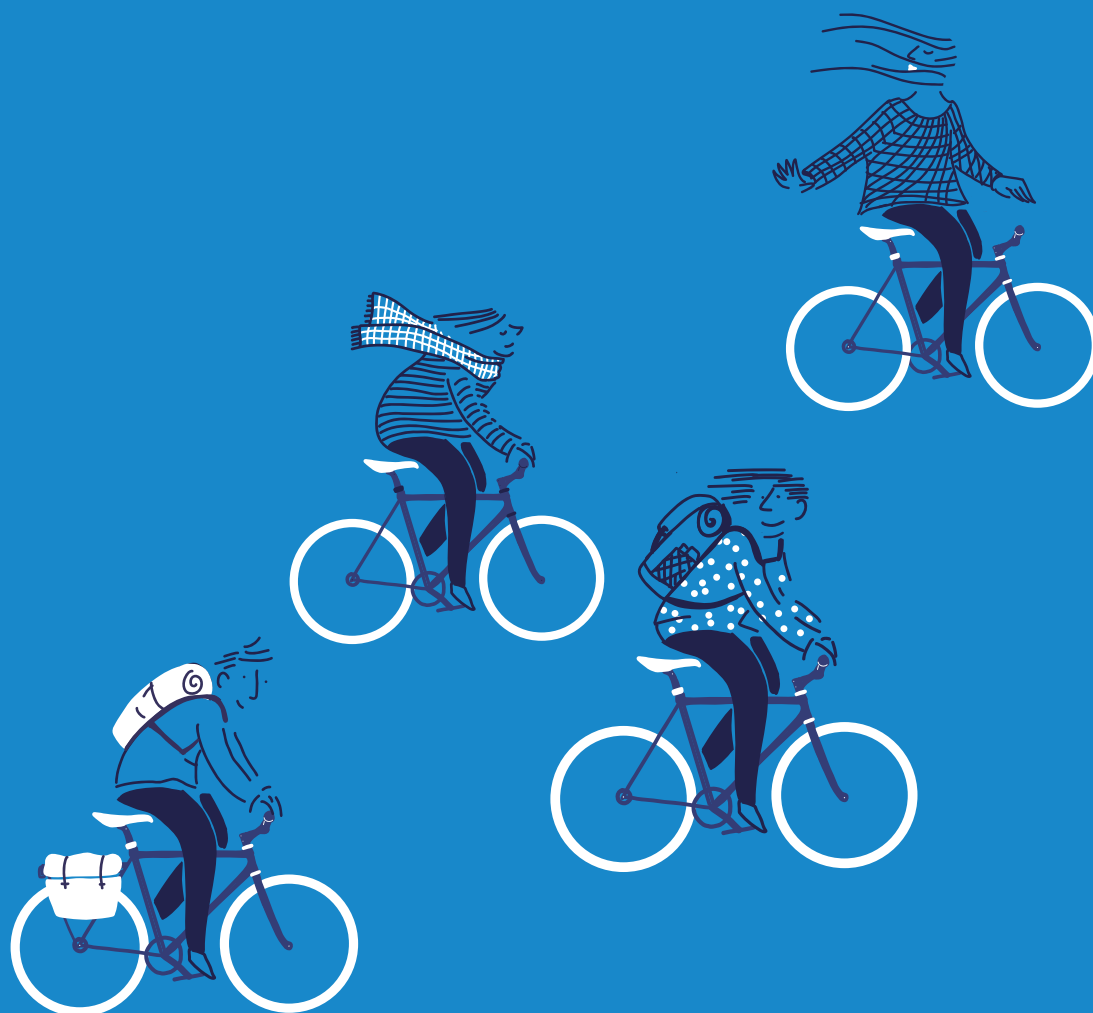
Star des assiettes le long de La Véloroute, la coquille Saint-Jacques se pêche d'octobre à mai. Consommée crue, en tartare ou en carpaccio, ou bien cuite poêlée, rôtie ou pochée, ce produit de la mer sait ravir nos papilles dans de nombreux restaurants pour une halte gourmande ou lors de fêtes qui lui rendent hommage. Pour les inconditionnels du fameux coquillage, il est même possible de participer à un atelier cuisine suivi d'un déjeuner et d'une visite privée de Port-en-Bessin, premier port de pêche artisanal de coquilles Saint-Jacques.

[normandie-tourisme.fr](http://normandie-tourisme.fr)

### Ravito 2 Fêter l'oignon et les Johnnies

La vente de l'Oignon de Roscoff, AOP depuis 2013, débute dans le courant du mois d'août, après une période de séchage de quelques semaines, traditionnellement à l'occasion de la fête de l'Oignon de Roscoff qui a lieu le troisième week-end du mois d'août. Organisées par la Confrérie de l'Oignon AOP de Roscoff, les festivités ont lieu 2 jours durant sur le vieux-port de Roscoff. Aliment essentiel pour les marins, c'est en 1647 que Frère Cyril, moine capucin, sème la première graine. À partir du XIX<sup>e</sup>





## Contacts presse aiRPur

La Flow Vélo et La Scandibérique  
Émilie KHAN / 06 66 40 04 74 / ekhan@agence-airpur.fr

La Vélodyssée et La Vélomaritime  
Tiphaine PRILLARD / 07 50 36 44 36 / tprillard@agence-airpur.fr

Crédits photos : Aurelie STAPF - porteurdesonge.com, Maxime Mendizabal (droner Win Air) - Charentes  
Tourisme, Déclic&Décolle, Rochefort Tourisme, Faïencerie de Gien, Brasserie de Senlis, Alexandre Leroy,  
Emmanuel Berthier, Le Splendid, Un monde à vélo - Oise Tourisme, Landes Attractivité - Sébastien Chebas-  
sier, Gaelle Le Boulicaut - Morbihan Tourisme, 02 studio, Vincent Rustuel - Calvados Attractivité, Emma-  
nuel Berthier, Côtes d'Armor Destination - L'Œil de Paco, Petite Reine Normandie, Loic Durand - Calvados  
Attractivité, Luccah Caron, Danielle Dumas, Friendly Frenchy, Carnet d'Escapades.

Création graphique / illustration :  
The Superb Agency • www.thesuperb-agency.com

laflowvelo.com | scandiberique.fr | lavelodysee.com | lavelomaritime.fr