Textes et photographies
MICHEL BONDUELLE

Échappées cyclables

au départ de 20 villes de France

VÉLO GUIDE

Cartographie
PATRICK MÉRIENNE

Éditions **OUEST-FRANCE**

PRÉAMBULE

DE LA VILLE À LA CAMPAGNE !

Lentement mais sûrement, toutes les villes de France sont passées au « cyclable », et vous appartenez sans doute à la catégorie de ceux qui l'ont, en partie au moins, intégré à leur vie de tous les jours. Ancien ou néo-converti à la roue libre, vous avez pris l'habitude d'utiliser le vélo dans vos déplacements « domicile-travail ». Mieux, vous vous êtes déjà, de plus en plus souvent, converti à l'assistance électrique.

Quoi de plus légitime ! L'Hexagone compte aujourd'hui plusieurs milliers de kilomètres de pistes cyclables et de voies vertes, là où rien ou presque n'existait au tournant du siècle ! Un phénomène parti pour durer et dont chacun peut constater, chaque jour davantage, les effets positifs. Dernier en date, la connexion, longtemps attendue, des voies cyclables « intra » et « extramuros », des pistes cyclables « de proximité » et de leurs extensions périurbaines ou buissonnières, les fameuses « voies vertes ».

Une connexion qui, partiellement au moins, a initié ce nouveau véloguide, boosté par ce projet : vous amener, nouveau cycliste « citadin », à passer de l'utile à l'agréable, à ajouter à vos déplacements quotidiens – « pratiques » pour l'essentiel – le rayon d'action « loisir », la dimension *outdoor* qui leur manquait…

Rien de plus simple… à partir de l'une des vingt villes « cyclables » déclinées ici. Il vous suffit de prendre le large à la première occasion !

Cartes et prescriptions d'itinéraires à l'appui, vous n'avez qu'à suivre au plus près l'une ou l'autre des propositions d'échappées proposées. Toutes, volontairement « tout public », vous mèneront par le guidon jusqu'à vingt, trente ou quarante kilomètres de votre cœur de ville, ou de votre lieu de travail. Toujours en modes confort et sécurité, avec ou sans enfant. Les parcours proposés sont systématiquement réservés et sécurisés.

De quoi sans doute vous prendre au jeu plus vite que vous ne le pensiez et vous tenter, tôt ou tard, de pousser plus loin, de voir plus grand. Jusqu'à vous lancer, un jour peut-être, dans le projet d'une aventure cyclable au long cours, souvent suggérée ici en fin d'escapade. En ville comme ailleurs, il n'y a que le premier coup de pédale qui compte, et la roue libre est une source de bonheur infini. Une grande enseigne spécialisée CYCLABLE® vient d'ailleurs d'en afficher une imparable définition : « Le vélo ? Un jeu d'enfant qui dure longtemps… »

SOMMAIRE

2 Préambule
4 Les bons plans pour passer de la ville à la campagne
7 Le check-up

8 **Au départ de Paris**
En suivant l'Ourcq, la Marne, la Seine, et le Paris-Mont-Saint-Michel

22 **Au départ d'Orléans**
Au fil de la Loire, vers Sully-sur-Loire ou Beaugency

28 **Au départ de Tours**
Cap sur Amboise, Villandry ou Langeais

36 **Au départ de La Rochelle**
Direction le Marais poitevin, l'île de Ré… ou Rochefort !

44 **Au départ de Bordeaux**
L'Entre-Deux-Mers ou les rouleaux de l'Atlantique

52 **Au départ de Bayonne**
Échappées basques entre Nive, Adour et océan

58 **Au départ de Toulouse**
En bord de Garonne ou au fil du canal du Midi

66 **Au départ de Montpellier**
Direction Sète, La Grande-Motte ou le delta du Rhône

72 **Au départ de Valence**
Au fil du Rhône, de l'Isère et de la *Dolce Via*

80 **Au départ de Grenoble**
Trois escapades pour tous entre Drac, Isère et Vercors

88 **Au départ de Chambéry**
Vers les rives du Bourget ou les vins d'Apremont

96 **Au départ d'Annecy**
Parcours en balcon sur le « lac des cycles »

102 **Au départ de Lyon**
Vers le Grand Parc, la Confluence… ou la ViaRhôna

110 **Au départ de Dijon**
Le lac Kir, le canal de Bourgogne ou la voie des Vignes

118 **Au départ de Besançon**
Au fil du Doubs, dans un sens ou dans l'autre

126 **Au départ de Strasbourg**
Vers le Rhin, la Bruche ou la Piste des Forts

136 **Au départ de Lille**
Au fil de la Deûle, de la Lys et du canal de Roubaix

146 **Au départ de Caen**
Vers les plages de la Manche ou les rives de l'Orne

152 **Au départ de Rennes**
Au bord de la Rance ou au fil de la Vilaine

158 **Au départ de Nantes**
Vers la Loire à vélo ou en filant vers l'océan

167 Remerciements

AU DÉPART DE PARIS
EN SUIVANT L'OURCQ, LA MARNE, LA SEINE ET LE PARIS-MONT-SAINT-MICHEL

La capitale était, il y a peu encore – et de loin ! – la moins cyclable des villes françaises. Aménagements divers, pistes, contre-sens cyclables, vélos en libre-service : Paris a bien assumé, finalement, sa *vélorution*, jusqu'à pouvoir montrer l'exemple et promettre, pour 2024, mille kilomètres de voies sécurisées.
Pas d'inquiétude, donc, pour aujourd'hui et pour demain : le réseau cyclable du Grand Paris ne va pas cesser de s'étendre. Il a même commencé à franchir le périphérique. La preuve… par les quatre grandes échappées qui suivent. On peut – mais oui ! – s'évader de la capitale autrement que par le train ou l'autoroute !

Itinéraire 1
Au fil de l'Ourcq (27 km)

Insolite, insoupçonnée, bien plus verte qu'on ne l'imaginerait, la piste du canal de l'Ourcq a, en plus, le format idéal pour une sortie d'une journée : 27 km en aller simple par exemple, jusqu'à Claye-Souilly, 54 en version aller-retour… sur une *Scandibérique* déjà légendaire (l'*EuroVelo 3 Trondheim-Compostelle*) ! Qu'attendez-vous, si vous ne l'avez pas encore reconnue, pour tester à deux, en famille ou entre amis, cette rare et étonnante promenade cyclable ?

De quelque arrondissement parisien que l'on vienne, le point de convergence sera le bassin de La Villette et la double voie cyclable qui mène en travelling jusqu'à hauteur de la Cité des Sciences et de la sphère scintillante de la Géode.

❶ Traversant donc le parc, passant sous le périphérique et sous le pont du tramway de ceinture, le second choc visuel sera pour l'extraordinaire mutation des bords de l'Ourcq : les anciens moulins de Paris, superbement restaurés, la traversée de Pantin magnifiée en belle promenade, l'extraordinaire revivification, surtout, des anciennes friches industrielles du bord de l'eau. Après cela, et même s'il est en évolution rapide, l'environnement de Bobigny et de Bondy paraîtra forcément un peu moins glamour ! Mais c'est le ton, réaliste, incontournable, de nombre d'échappées périurbaines… Une première halte sera possible dans le parc de la Bergère mais il faudra attendre la liaison Aulnay-sous-Bois/Livry-Gargan, puis le parc forestier de Sevran (une ancienne poudrerie) pour voir vraiment le parcours passer au vert.

❷ Au-delà et tout au long de la commune de Villeparisis, le ruban d'asphalte courant sur le côté gauche du canal aura définitivement de quoi satisfaire les plus exigeants ! La piste asphaltée s'arrête peu avant Claye-Souilly, proposant alors un raccourci urbanisé par la zone commerciale « Espace Souilly ».

❸ Mais rien ne vous empêchera de continuer par le chemin de halage – gravillonné – qui conduit jusqu'à la halte fluviale de Claye-Souilly, très proche désormais. Vous y trouverez à la fois un port nautique de charme et l'occasion d'une pause roborative méritée. Des solutions pour revenir vers Paris autrement qu'à vélo ? Par RER B, direction Saint-Rémy-lès-Chevreuse par les gares de Vert-Galant et Sevran-Livry (sortie à Paris, gare du Nord ou stations suivantes).

AU DÉPART DE CHAMBÉRY
VERS LES RIVES DU BOURGET OU LES VINS D'APREMONT

Avec ses vélos taxis, ses pistes et ses cyclistes omniprésents, Chambéry est la deuxième ville moyenne française déclarée *cyclo friendly* ! Environnée de massifs et de reliefs, de sites industriels et d'importants carrefours routiers, elle s'est simplement donné les moyens de développer, en ville comme en périphérie, les cheminements doux et les voies vertes de proximité qui font aujourd'hui la différence ! Parmi ces dernières, deux grandes avenues vertes, de part et d'autre de l'agglomération, mènent, au choix, plein sud ou plein nord.

Itinéraire 1
En piste pour les vignobles de Savoie (13 km)

La première avenue verte – à laquelle on accédera facilement depuis le cœur historique de la ville – pourrait n'apparaître à certains que comme une simple mise en jambes. Juste assez vallonnée pour justifier l'assistance électrique, c'est une promenade de santé qui a pour premier attrait de mener jusqu'au piémont du Granier, avec vue, juste en face, sur la chaîne de Belledonne. Sans problème logistique aucun, faut-il le dire.

❶ Il suffira de suivre d'abord la signalétique qui, du Carré Curial, vous donne le bon cap, c'est-à-dire la porte de Buisson Rond. Depuis là, aucune hésitation possible. Saluant au passage le château de

Boigne, on traversera successivement le parc et le centre équestre attenants pour atteindre la large piste cyclable asphaltée filant – rive droite puis rive gauche de la bruyante autoroute – jusqu'à hauteur de Myans.

❷ Une pincée de kilomètres encore vous mèneront, sous la muraille ébréchée du Granier, jusqu'au beau plan d'eau du petit lac Saint-André, en plein terroir de production des vins de Savoie : Chignin, Les Abymes, Apremont. On est là sur le territoire des Abymes, là où se produisit en 1248 le dramatique effondrement d'une partie du Granier (5 000 victimes au moins).

Tout juste sortie de la ville, la piste file en bord de Leysse, direction Le Bourget-du-Lac !

Itinéraire 2
Le lac du Bourget à portée de guidon (22 km)

L'autre avenue verte de Chambéry propose une échappée d'exception : rejoindre en site propre les rives sud du lac du Bourget en suivant le cours rafraîchissant de la Leysse !

3 Une douzaine de kilomètres jusque-là, la piste se déroule d'abord au revers des bâtiments et quartiers suburbains de Chambéry avant d'approcher, serrant de près la Leysse, la jolie station du Bourget-du-Lac, son parc, sa plage municipale et son yacht-club.

Entre le fond du lac et Aix-les-Bains, c'est une demi-douzaine de kilomètres avec vue grand angle qui vous attendent !

Sallenelles
Amfreville
Ranville
Ste-Honorine-la-Chardronette
Colombelles
Mondeville
BAIE DE L'ORNE
Maison de la Nature et de l'Estuaire
Pointe du Siège
L'Orne
Pegasus Bridge
16 km
Viaduc de Caen
Pont de Colombelles
Canal de Caen à la Mer
Port de Ouistreham
Phare, écluse
Le Maresquier
Château de Bénouville
Château de Beauregard
Ornavik
Presqu'île
Maison du Vélo
Petit Lourdes
Embarcadère Ferry
Bénouville
Blainville-sur-Orne
Hérouville-St-Clair
Abbaye aux Dames
Bassin St-Pierre
Plage de Riva Bella
Ouistreham / Riva-Bella
St-Aubin-d'Arquenay
Biéville-Beuville
Tour Leroy
Église St-Pierre
Château
Caen / Pont de la Fonderie
Sword Beach
CALVADOS
Colleville-Montgomery
Mémorial de Caen
LA MANCHE
SEINE-MARITIME
EURE
Ouistreham
Deauville
Bayeux
Caen
CALVADOS
Thury-Harcourt
Vers Luc-sur-Mer, 8 km
Lion-sur-Mer
Hermanville-sur-Mer
Périers-sur-le-Dan
Épron
0
1
2 km

4 Ouistreham et les trois kilomètres de plage de sable de Riva-Bella sont à vous, mais ne manquez pas, si vous ne l'avez déjà faite, la visite du Grand Bunker, le colossal ouvrage de béton qui, sur cinq étages, abritait le poste de commandement des batteries côtières.

5 Envie de poursuivre ? L'EuroVelo 4 vous tend les bras, qui vous permettrait de pousser sans grand effort, via Luc-sur-Mer, jusqu'à Courseulles-sur-Mer, à 20 km. À vous de décider…

On l'a signalé en page précédente. Juste un peu avant d'atteindre le fameux *Pegasus Bridge*, le château de Bénouville vaut plus qu'un coup d'œil fugitif au passage. Œuvre du génial Claude-Nicolas Ledoux, il a accueilli entre autres le déjeuner des chefs d'État et de gouvernement lors du 70e anniversaire du Débarquement.
© Photo G.Wait / Calvados Attractivité

Également aux Éditions OUEST-FRANCE

Éditions **OUEST-FRANCE**
Rennes

Éditeur Hervé Chirault
Coordination éditoriale Isabelle Rousseau
Conception graphique et mise en page
Studio graphique des Éditions Ouest-France
Photogravure Graph&Ti, Rennes (35)

© 2019, Éditions Ouest-France
Édilarge SA, Rennes
ISBN : 978-2-7373-7998-7
Dépôt légal : avril 2019
N° d'éditeur : 10093.01.03.04.19

Imprimé en Europe
www.editionsouestfrance.fr