

# La Tranche-sur-Mer / Marans

## La Véloodyssée



Sur votre parcours à vélo entre la Tranche et la Faute, la lagune de La Belle-Henriette est un endroit unique, séparée de la mer par une étroite bande de sable. Puis La Faute-sur-Mer qui s'étire vers la pointe d'Arçay vous ravira. Cap ensuite sur St-Michel-en-l'Herm par le Marais desséché. Entre Vendée et Charente-Maritime, cette étape de La Véloodyssée vous fait découvrir la partie dite « desséchée » du marais Poitevin. Pédalez au cœur de grande étendue de marais et de cultures ponctuées de fermes et cabanes jusqu'à atteindre Marans, une agréable cité fluviale longée par la Sèvre Niortaise. Soyez curieux et allez découvrir le port de plaisance, le centre historique et l'église au clocher futuriste de cette ville vivant au rythme de l'eau.

**Départ**  
La Tranche-sur-Mer

**Arrivée**  
Marans

**Durée**  
3 h 05 min

**Distance**  
46,27 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Le littoral

## Itinéraire

Cet itinéraire se fait majoritairement sur des petites routes avec des portions sans voitures dont des passages sur des chemins de halage. Pas de difficultés.

## Vigilance

Restez vigilants en traversant la Tranche-sur-Mer et la Faute-sur-Mer : trop peu de signalétique.

Nos coups de cœur

**Côté sport :** [La Tranche-sur-Mer](#), station balnéaire par excellence, est aussi idéale pour les activités sportives telles que **le surf, le kite surf et le char à voile**.

**Côté découverte :** à Saint-Michel-en-l'Herm, une visite guidée passionnante s'impose : c'est l'[Abbaye Royale](#). Amateurs de vieilles pierres, posez pied à terre et parcourez 13 siècles d'histoire à travers les jardins, le chauffoir, la salle capitulaire, le réfectoire. À Marans, le [Moulin de Beauregard](#), du XVIIe restauré à l'identique, a retrouvé son charme d'antan. Son toit conique pivote à 360° pour placer les ailes face au vent. Profitez d'une visite commentée par le meunier qui produit sa farine sur place et qui vous offrira un kilo de farine après la visite.

**Côté nature :** amoureux des paysages, de la faune et de la flore, faites une pause pour observez un patrimoine naturel remarquable : la [lagune de la réserve naturelle nationale de la Casse de la Belle Henriette](#). Située sur les communes de la Tranche-sur-mer et de la Faute-sur-mer, elle s'étend sur près de 340 hectares situés essentiellement sur le domaine maritime. Dans cette lagune on y recense notamment des habitats naturels exceptionnels au niveau européen, national et régional, ainsi que 360 espèces végétales. Elle sert de halte migratoire majeure pour un grand nombre d'oiseaux,

c'est également un site de nidification d'intérêt régional pour de nombreuses espèces. N'oubliez pas vos jumelles pour les observer !

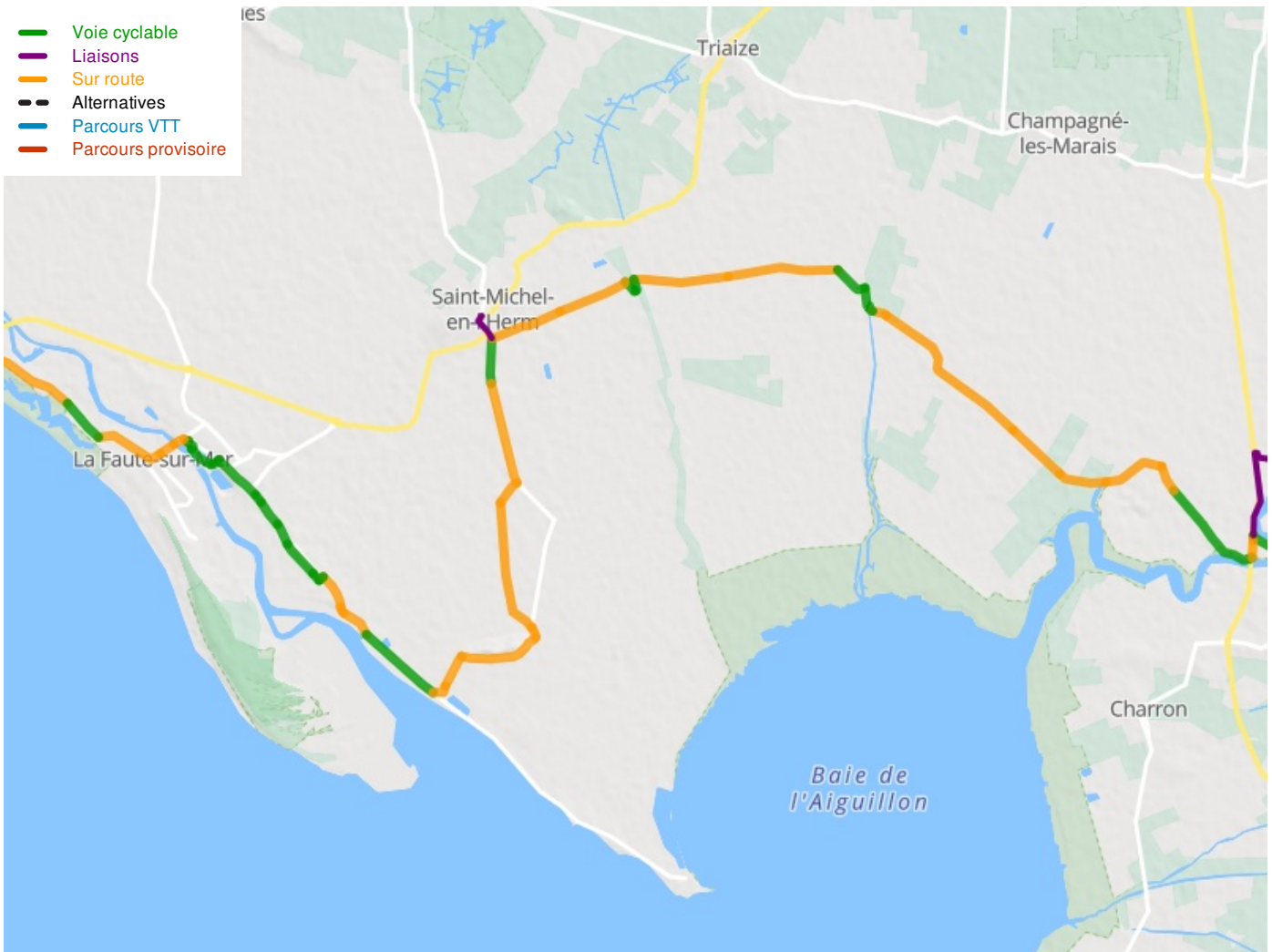
**Incontournable !** Achetez une douzaine d'œufs de la [poule de Marans](#) ! Saviez-vous qu'elle provient d'un croisement entre les poules locales et des coqs de combat asiatiques embarqués par les marins ? La « Marans » pond des œufs roux foncés réputés pour ses qualités gustatives !

**Côté aventure :** une [balade en barque sur la Venise Verte](#), avec un batelier ou en solo, c'est l'aventure garantie !

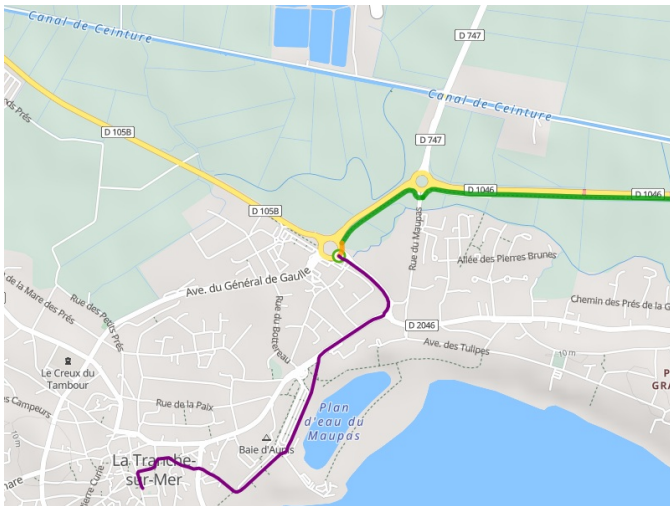
**Côté évènements :** vous n'avez pas entendu parler du [Festival Cycle & Sound](#) ? Musique, vélo et découverte des gourmandises en marais Poitevin composent ce festival original. Amis cyclistes, ce festival est fait pour vous !

**Côté papilles :** Le **paté de Ragondin** et autres rillettes, quand vous en dégustez sans savoir ce que c'est, vous adorez, expérience vécue !  
L'**angélique** est une plante à qui on reconnaît de nombreuses vertus et qui se déguste sous plusieurs formes : bâtons confits, confiture, chocolats à l'angélique, bonbons, liqueur, mais aussi huiles essentielles.

- Voie cyclable
- Liaisons
- Sur route
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ**  
La Tranche-sur-Mer



**Arrivée**  
Marans

