Dossier de presse 2023

déTours de France

en 4 échappées plurielles

La Flow Vélo
La Scandibérique
La Vélodyssée
La Vélomaritime

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

La Flow Vélo p. 4

La Scandibérique p. 8

quadricyclopédie

déTours de France
en 4 échappées plurielles

La Vélodyssée p. 12

La Vélomaritime p. 16

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 !*

échappée n°1

La Flow Vélo

La véloroute chic et hydrophile qui en a sous la pédale !

Dans la douceur du Sud-Ouest, La Flow Vélo déroule son ruban vert et bleu **du Périgord noir (nouveauté 2023) jusqu'à l'île d'Aix.** Tranquille, facile et rassurante, elle est **l'alliée des familles et des néo-itinérants**, à l'heure où l'engouement pour le cyclotourisme ne se discute plus. Ses 350 kilomètres laissent le choix : de suivre l'itinéraire dans son intégralité, en une semaine environ, ou d'opter pour de courtes échappées le temps d'un (long) week-end.

C'est que, derrière son mini-format, cette véloroute chic et bucolique en a sous la pédale !
Après la traversée du **parc naturel régional Périgord-Limousin** aux reflets pluriels, passés les châteaux et les villages de caractère qui jalonnent la **Dordogne**, La Flow Vélo file jusqu'à **Angoulême, Cognac, Saintes et Rochefort,** pour terminer sa route sur les plages de **l'Atlantique**. Alors, on met le pied à terre pour prendre la mer, et rejoindre **l'île d'Aix** depuis Fouras-les-Bains.

Au fil du fleuve scintillant jusqu'au **littoral** promis, au creux des **vignobles** accueillants et de la **campagne** riante, parvenant à faire rimer **art de vivre à la française et dépaysement**, La Flow Vélo aura tenu sa promesse : celle de nous (re)mettre en selle, tout en douceur !

Nouveauté | Actu 2023

*Cap à l'est de la Dordogne ! **Le Lardin-Saint-Lazare**, aux portes du Périgord noir, succède à Thiviers comme **ville d'entrée** de La Flow Vélo, avant une nouvelle extension de l'itinéraire vers Sarlat très prochainement.*

Mouiller le maillot au fil de La Flow Vélo
4 étapes de vert et d'eau

En selle comme jamais !

Sur l'étape : Le Lardin-Saint-Lazare ↔ Excideuil

Plonger les yeux dans « la vallée de la Préhistoire »

Labellisée Grand Site de France, la Vallée de la Vézère abrite le nouveau point de départ de La Flow Vélo : **Le Lardin-Saint-Lazare.** La « cité du papier », avec son Musée de l'Industrie, est toute proche de **Condat-sur-Vézère** et de sa commanderie hospitalière. À **Terrasson-Lavilledieu**, du pont du XIIe siècle aux murailles de l'abbatiale, on flâne à la rencontre des artisans d'art. On s'émerveille aux Jardins de l'Imaginaire, on se régale au Musée du Chocolat Bovetti, et **on embarque en gabarre…**

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, sonnant 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 du marché de Thiviers*

Au cœur du Périgord vert, le samedi matin, c'est LE rendez-vous des cyclo-épicuriens : on y garnit ses sacoches de mets parfumés, **noix AOP, truffe noire et foie gras IGP…**

laflowvelo.com
perigord-limousin-tourisme.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 chaudrée 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 chaudrée maison que de la vue, l'une des plus emblématiques du littoral de Charente-Maritime.

restaurant-lafumee.fr

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

En roue libre !

L'Escapade sur le fleuve Charente, entre Rouffiac et Saintes / Juin 2023

Pour changer de monture et de point de vue sur le fleuve qui nous fait de l'œil depuis pas mal de kilomètres.

saintes-tourisme.fr

Les fêtes gallo-romaines, Saintes / Août 2023

Pour voir l'amphithéâtre et les vestiges de Mediolanum prendre vie au Ier siècle de notre ère.

saintes-tourisme.fr

Le Festival de la bande dessinée, Angoulême / Janvier 2024

Pour buller et puis s'évader, rire, réfléchir, s'émouvoir…

bdangouleme.com

échappée 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 Renaissance de la Loire aux cités médiévales du Sud-Ouest, des églises fortifiées de Thiérache aux cathédrales de Senlis ou de Noyon. On s'émerveille 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 fût itinérants 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 2023

*Il ne fallait pas moins de **deux topoguides** pour couvrir les 1 700 km de La Scandibérique ! Édités par **Le Routard**, le premier sortira le **19 avril**, le second le **22 novembre.***

LA SCANDIBERIQUE
Le chemin qui vous emmène loin
3

Changer de braquet
4 étapes pour se retrouver

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 sinueuse 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 XIXe 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 : Dax ↔ Hurt

*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

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

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** Mettre la main à la pâte chez Marie*

Pâtissière hors pair, elle nous livre les secrets et tours de main de la **tourtière landaise**, délice mêlant généreusement **pommes et armagnac.**

tourismelandes.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 XVIIe 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
valeriecolasdesfrancs.com

En roue libre !

Applaudir le Tour de France devant Notre-Dame-des-Cyclistes,
à Labastide-d'Armagnac / Le 4 juillet

Unique en France, cette chapelle abrite deux-roues insolites et maillots de champions, du grand bi au vélo du facteur, de « Poupou » à Virenque en passant par Merckx.

tourismelandes.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 **épaule les apiculteurs** en participant au financement de certains de leurs projets.

brasseriedesenlis.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

Championnat de France de Montgolfières
à Marmande / Du 13 au 18 août

Si l'on met pied à terre, c'est ici pour prendre la voie des airs : après avoir observé le ballet des 50 ballons en compétition, réunissant les meilleurs pilotes de France, on s'envole pour un baptême en montgolfière.

marmande-montgolfieres-2023.fr

Le festival cyclo-musical itinérant « Ouvre la voix »
en Gironde / Du 1er au 3 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

échappée n°3

La Vélodyssée

Heureux qui comme
Ulysse pédale le long du littoral

De Roscoff à Hendaye, La Vélodyssée 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** (Gogo Green, Treevelers, Hello Nouvelle Vague…) et **soutient des initiatives responsables** tout au long de l'itinéraire.

Pédaler sur La Vélodyssée, 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 2023

***Le Passeport La Vélodyssée** 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 Vélodyssée compte **38 tampons à collectionner tout au long de l'itinéraire dans les 60 points relais** (offices de tourisme).*
*En 2023, les détenteurs du Passeport La Vélodyssée 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.*
Passeport La Vélodyssée en commande et entièrement gratuit dès avril 2023.

lavelodyssee.com

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, est la plus petite de l'archipel charentais avec son 0,72 km2.
—
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.

lavelodyssee.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)

lavelodyssee.com

Plaisirs sans frein !

Ravito 1 *Ramener sa fraise à la bretonne*

La Fraiseraie, 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.

lafraiseraie.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 !

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

En roue libre !

Stereo Parc Festival
Les 21 et 22 juillet 2023
Site de la Corderie Royale de Rochefort

5e bougie pour le festival charentais dédié aux musiques électroniques qui s'inscrit dans un décor patrimonial grandiose à la Corderie Royale de Rochefort. L'escale musicale de l'itinéraire qui transcende et fait repartir pour des kilomètres pleins d'entrain !

stereoparc.com

Gogo Green – Bike to Basics
Du 29 juillet au 6 août – Odyssée musicale itinérante au départ de Bordeaux jusqu'à Biarritz

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.

lavelodyssee.com

échappée n°4

LA VÉLO MARITIME

La Vélomaritime

La cyclo-évasion qui fait rimer vitalité avec iodée

La Vélomaritime, 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 **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 le **Mont-Saint-Michel.** Effet waouh garanti !

Nouveauté | Actu 2023

*Fini les lectures de carte, les boussoles, GPS et autres outils d'orientation ! Pour toujours plus de confort, de qualité et de sécurité, La Vélomaritime est désormais équipée d'une signalisation **100 % continue dès ce printemps 2023.** Le cyclo-aventurier peut suivre l'itinéraire sans aucune difficulté **dans les deux sens,** et profiter pleinement du paysage à couper le souffle (mais pas les jambes).*

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 gravir leurs marches pour voir au loin, on aime pédaler sur La Vélomaritime au rythme de la découverte de ses phares qui tissent le fil d'une histoire de marins inlassablement captivante.

lavelomaritime.fr

Plaisirs sans frein !

Ravito 1 *Passer son diplôme de crêpier*

Manger des crêpes en Bretagne, c'est facile. Les faire, c'est une autre affaire. **La Crêperie du Port à Saint-Quay-Portrieux** propose des **ateliers pour apprendre à réaliser ses crêpes.** Une professionnelle qui manie rozell et billig depuis plus de 15 ans dévoile ses astuces et techniques pour devenir le roi de la galette. Et on s'attable bien volontiers pour déguster sa réalisation, bon appétit !

À partir de 21 € / personne

saintquayportrieux.com

Ravito 2 *Mettre de l'huître sur le feu*

L'huître de Saint-Vaast-la-Hougue, iodée et charnue, vient du plus ancien bassin ostréicole de la Manche. Pour sublimer toutes ses saveurs, le chef du restaurant **Le Panoramique à La Pernelle,** propose des cours de cuisine afin d'accommoder le subtil fruit de mer de bien des façons.
Et pour célébrer le coquillage à la perle, l'association « Saint-Vaast » organise **la fête de l'huître le week-end du 14 juillet.**

Cours de cuisine « L'huître dans tous ses états » à partir de 55 € / personne

le-panoramique.fr

Ravito 3 *Du guidon au mâchon*

Avis aux gourmands et gourmets adeptes du deux-roues ! **Petite Reine Normandie** offre une expérience au grand air tout en régalant 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 à partir de 149 € / personne pour 2-3 personnes et 139 € / personne pour 4-5 personnes

petitereinenormandie.fr

Dans ses sacoches !

Voir la vie en Vélomaritime

La France est le premier producteur européen de coquillages avec 250 000 tonnes sorties de l'eau par an. Laurent Pezé et Sandrine Guyot de **Friendly Frenchy** ont donc eu l'idée de **recycler des coquillages pour en faire… des lunettes !** Avec deux collections labellisées Origine France Garantie, ils valorisent des montures issues de coquilles Saint-Jacques, d'huîtres ou de palourdes. **Partenaire de La Vélomaritime** avec pour objectif commun de **défendre le savoir-faire français, la richesse du littoral et la protection de l'environnement,** la société bretonne a créé **une paire de lunettes à l'effigie de la véloroute.** De quoi préserver la planète avec style.

À partir de 115 € la paire de lunettes

Plus d'infos : **lavelomaritime.fr**
Boutique en ligne : **friendlyfrenchy.fr**

Vélo qui roule amasse sa mousse

Sur la Côte d'Opale, **le Grand Site de France des Deux-Caps** attire l'attention. Pour admirer pleinement le paysage, on pose sa monture et on pousse la porte de **la Ferme de Belle Dalle** à Tardinghen. C'est ici que pétillent de fines bulles à la saveur maltée de la **brasserie artisanale des 2 Caps.** Avec l'orge produit par Christophe et Alexia Noyon sur leurs terres, leurs bières primées à plusieurs reprises séduisent le palais des fins connaisseurs autant que les itinérants lors d'une pause rafraichissante.

Visites guidées et dégustations tous les vendredis en juillet-août (entre 10h et 15h). Réservation conseillée.

2caps.fr

En roue libre !

Festival de la Côte d'Opale
Du 6 au 9 juillet – Site de l'éperon à Boulogne-sur-Mer

Événement incontournable de la **scène musicale française depuis 47 ans**, dans toute sa variété et pour toutes les générations. Au programme cette année : Louise Attaque, Matt Pokora, Benjamin Biolay…

festival-cotedopale.fr

Festival Les Traversées Tatihou
Du 30 août au 3 septembre

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

Les Escales de Nuit
Du 14 août au 23 août

L'abbaye de Beauport, édifice incontournable des Côtes d'Armor, se met en lumière, en son et en mouvement le temps de visites guidées nocturnes avec la compagnie Les Rémouleurs.

Tarif plein 12 € / Tarif réduit 9 €

abbayebeauport.com

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 Chebassier, Gaelle Le Boulicaut – Morbihan Tourisme, 02 studio, Vincent Rustuel – Calvados Attractivité, Emmanuel 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 | lavelodyssee.com | lavelomaritime.fr