

Normandie

D'Utah Beach au Mont Saint Michel

France

Code voyage : FRALV0003

Vélo liberté • Voyage itinérant

8 jours • 7 nuits • Rien à porter • Niveau : 2 / 5



Des grandes plages et falaises du Cotentin, vous rejoindrez le Mont Saint Michel, après avoir traversé les marais du Cotentin, les réserves ornithologiques, la vallée de la Vire et le bocage normand, ponctués de charmantes bourgades : une découverte complète de la Normandie ! La majorité du parcours se fait sur voies vertes.

Outre les sites naturels magnifiques de ce tronçon de l'Euro vélo 4 - La Vélomaritime, ce parcours est un voyage à travers l'histoire, du Moyen Age au Jour J.

Cette vélo-route est partout balisée ; elle suit des « voies vertes » ou emprunte de petites routes secondaires tranquilles.

Points forts

- Découverte d'un territoire marqué par l'Histoire avec la plage du débarquement d'Utah Beach
- La quiétude des voies vertes de la vallée de la Vire et les impressionnantes roches de Ham
- Une arrivée remarquable sur la baie du Mont-Saint-Michel, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO
- La célèbre gastronomie locale : cidre, andouille de Vire ou camembert de Normandie
- Un tronçon de la Vélomaritime

EN BREF



Au cœur de la Manche et du Parc naturel régional des Marais du Cotentin vous commencez sur la côte est du Cotentin pour revivre l'histoire du débarquement sur la plage d'Utah Beach. A partir de Saint-Lô, vous longez la vallée de la Vire jusqu'à Mortain, au cœur du bocage Normand. Une belle voie verte vous mène jusqu'à la baie du Mont Saint-Michel.

Cet itinéraire se fait aussi bien à la belle saison, au printemps et en été où le temps est plus doux et sec qu'en automne, où les paysages se parent de magnifiques couleurs.

Découvrez les spécialités culinaires le long de ce voyage, des fruits de mers au calvados, vos papilles n'ont pas finis de se réjouir !

PROGRAMME

J1 • Carentan

Arrivée à Carentan, au cœur du Parc Naturel Régional des marais du Cotentin.

Nuit en auberge à Carentan

J2 • Carentan – Utah Beach – Carentan

Route vers la côte, ses plages et Utah Beach, la plage du débarquement : musée et réserve ornithologique de Beauguillot de 150 hectares. Retour sur Carentan.

Nuit en auberge à Carentan

45 km de vélo

J3 • Carentan – Saint Lô

En laissant derrière vous les marais du Cotentin et leurs réseaux de canaux, vous roulez dans le bocage normand. La région compte de nombreux élevages de chevaux, En suivant le sinueux canal de Vire, vous arrivez jusqu'à St Lô. Surnommée « Capitale des Ruines » après les destructions de la seconde guerre mondiale, la ville d'aujourd'hui a repris des couleurs et accueille le pôle hippique le plus important de France.

Nuit à Saint Lô en hôtel de tourisme 4*

46 km de vélo

J4 • Saint Lô – Vire

Cette étape commence comme elle s'était terminée la veille, sur un itinéraire bien balisé le long de la Vire, jusqu'à Pont Farcy sur 30 km environ, puis nous abordons le plus gros relief de cette traversée.

1/ Traversée balisée sur de petites routes à travers la « Suisse Normande » au relief parfois difficile, notamment avant le viaduc (un spot connu des adeptes du saut à l'élastique) et la vallée de la Souleuvre, jusqu'à Vire, capitale de l'andouille fumée.

32 km d entre Pont Farcy et Vire, + 550 m, - 450 m

2/ Par un itinéraire plus court, sur de petites routes également vallonnées, mais à un degré moins difficile et moins long, jusqu'à Vire.

Nuit à Vire en hôtel 3*

50 ou 62 km de vélo suivant l'option choisie

J5 • Vire – Mortain

A quelques kilomètres de Vire, ne manquez pas le lac de la Dathée, réserve ornithologique, lieu de rendez-vous des amateurs d'activités nautiques et des golfeurs. Passage par les « villages patrimoines » de Brouains et Vengeons. Enfin, c'est dans une ambiance boisée que vous rejoindrez les grandes et petites cascades au confluent de la Cance et du Cançon, halte rafraîchissante, avant d'arriver sur Mortain. A visiter : son abbaye blanche, la petite Chapelle St Michel, la collégiale St Evroult, et le mémorial américain.

Nuit à Mortain en hôtel 3* avec piscine ou dans les environs.

43 km de vélo

J6 • Mortain – Ducey

Depuis Mortain, votre itinéraire serpente à travers le Pays de la Baie du Mt St Michel, en suivant le relief vallonné de la vallée de la Sée et la Sélune. Passage à Saint Hilaire du Harcouët, ville fondée par Guillaume le Conquérant et connue localement pour son étonnant marché aux bestiaux

hebdomadaire. Arrivée à Ducey, porte d'entrée de la baie du Mont St Michel et ancien port de commerce. Découvrez son château des Montgomery et le vieux pont, datant tous deux du XVIIe siècle.

Nuit à Ducey en hôtel 2* ou dans les environs

34 km de vélo

J7 • Ducey – Mont St Michel – Pontorson

Etape royale entre terre et mer, à travers les polders et le long du Couesnon jusqu'à l'extraordinaire baie du Mont St Michel et son abbaye. Route jusqu'à la charmante petite ville de Pontorson, en partie le long du Couesnon, avec de superbes points de vue sur le Mont St Michel.

Nuit à Pontorson en hôtel 3*.

43 km de vélo

J8 • Pontorson

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Vous pouvez retourner faire un tour à vélo au Mont St Michel, ou bien y aller en bus, ou les deux (les bus du Mont St Michel acceptent les vélos ; vous pouvez faire l'aller à vélo et le retour en bus, par exemple, si vous le souhaitez).

Itinéraire

Nous pouvons être parfois amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), ou des conditions météo. Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 2 / 5

Pour cycliste moyen 31 à 65 km par jour de vélo, sans difficulté technique particulière. Votre itinéraire, bien balisé, alterne entre voies vertes, pistes cyclables et routes partagées à faible circulation.

Transport des bagages

Vous ne transportez qu'un petit sac avec le pique-nique et vos affaires pour la journée. Vous retrouverez le soir vos bagages à l'hôtel : vos bagages sont transportés par l'hôtelier ou en taxi et sont limités à un bagage par personne. 20kg maximum.

Groupe

À partir de 2 personnes.

Durée

8 jours, 7 nuits, 6 jours de vélo.

Dossier de voyage

Ce séjour est un séjour en liberté. Un dossier de voyage complet vous sera remis, comprenant entre autres les cartes, le topo guide, la liste des hébergements ainsi que les bons d'échange. Selon les cas vous recevrez votre dossier avant le départ, ou vous le retrouverez au premier hébergement.

Confort

► Hébergement

En chambre de deux, en hôtels 2* et 3* et chambres d'hôtes de charme, en nuit et petit-déjeuner. 1 nuit en hôtel 4* de tourisme à St Lô.

► Classification hôtelière

En France, de plus en plus d'hôtels ou de chambres d'hôte refusent toute classification, même des établissements qui étaient encore classés voici un ou deux ans. Ces établissements ne perdent pas pour autant en qualité, loin de là. Parmi les chambres d'hôtes, beaucoup sont des chambres de charme. Si nous indiquons, par exemple, un niveau de confort " 3* ou équivalent " : cela signifie que l'établissement n'est pas forcément classé, mais a un confort correspondant à celui d'un hôtel 3*.

► Restauration

Déjeuner : non compris ; il vous est aussi facilement possible de préparer vous-même votre pique-nique ou de vous arrêter dans un petit restaurant ou bistrot.

Dîner : le soir, il y a toujours des restaurants dans votre ville étape.

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Début / Fin

► Début

Le J1 dans l'après-midi, à votre hôtel à Carentan.

► Fin

Le J8 après le petit-déjeuner, à Pontorson.

Nous vous conseillons cependant de profiter encore de vos vacances pour faire une nouvelle visite au Mont St Michel.

Période de départ

A votre convenance de début mai à fin septembre.

Haute saison : juillet et août

Votre Budget

► Les prix comprennent

- L'hébergement en chambre de deux
- Le transport de bagages
- Le dossier de voyage
- Les taxes de séjour

► Les prix ne comprennent pas

- Les déjeuners, les dîners et les boissons
- La location de vélo
- Les visites de site
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

► Options

- Supplément chambre individuelle
- La location de vélo
- Option tranquillité vélo

Assurances

Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.

1/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310 comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

2/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311 vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

3/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312

4/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313 vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM,

Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco.

Il vous appartient, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.

Location de vélo

Si vous louez un vélo, il vous sera remis le jour de votre arrivée au 1er hôtel en fin de journée. Un dépôt de garantie pourra vous être demandé. A la fin du circuit, vous laissez votre vélo au dernier hôtel le J7 à l'arrivée de votre journée. Nous nous chargerons de son retour. La dépose et la reprise du vélo sont incluses dans le prix de la location.

Les VTC au choix



VTC "Sport" : Scott Subcross



VTC "Rando" : Elios Touring

LE CHOIX DES VELOS :

- Un modèle mixte unique pour les 2 modèles ("Sport" : 5 tailles disponibles ; "Rando" : 2 tailles disponibles)
- Un ensemble léger, facile à manier et à monter dans les transports (exemple : bateau bus) (15kg environ)
- Une transmission en 27 ou 30 vitesses assurant le passage des pentes les plus raides même avec les sacoches bien remplies. Fiabilité du groupe Shimano Déore
- Roues 29' : rendement et stabilité !
- Pneus « trail » Schwalbe Marathon + : la réputation de ce pneu n'est plus à faire ! Aussi efficace dans les chemins que sur route et une très bonne résistance aux crevaisons

EQUIPEMENT FOURNI PAR VELO :

- 1 casque
- 1 sacoche arrière 20L imperméable
- 1 sacoche guidon 4 à 6L imperméable
- 1 antivol
- 1 kit de réparation (rustines, chambre à air, démonte-pneu)
- 1 multi outils
- 1 pompe
- 1 compteur odomètre
- 1 bidon

Les VAE



Photos non contractuelles

LE CHOIX DES VELOS

- Un moteur Bosch offrant près de 120km d'autonomie, le vélo n'a jamais été si facile !
- Un ordinateur de bord simple et complet
- Une transmission 9 vitesses Shimano efficace pour pédaler en souplesse
- Pneu renforcé, spécial vélo électrique pour un risque de crevaison très faible
- Des freins à disque Hydraulique Shimano

EQUIPEMENT FOURNI PAR VELO

- 1 casque
- 1 sacoche arrière 20L étanche
- 1 sacoche guidon 4 à 6L étanche
- 1 antivol
- 1 kit de réparation (rustines, chambre à air, démonte-pneu)
- 1 multi outils
- 1 pompe
- 1 ordinateur de bord assurant le rôle de compteur odomètre
- 1 chargeur électrique
- 1 bidon

Vélos personnels

Les VTC sont excellents. Pensez à réviser votre bicyclette avant de partir. A la fin du circuit, vous devrez vous charger de votre propre bicyclette. Retour facile en train, avec changement à Lison. Bien vérifier si les trains acceptent les vélos.

Accès

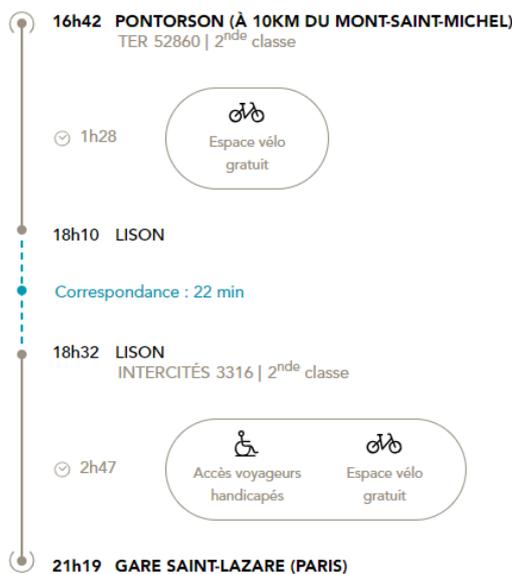
► En train

Depuis Paris (Gare St Lazare) vers Carentan : Intercités direct, environ 3h ou via Caen environ 4h00

Depuis Pontorson vers Paris :

- Paris (Montparnasse) : TER + Intercités, 1 changement à Rennes, environ 4h.

Exemple à titre indicatif à vérifier :



Si vous voyagez avec votre vélo, attention à prendre des trains qui acceptent les vélos, et vérifiez si le vélo est gratuit ou non (généralement gratuit seulement dans les TER). <https://www.oui.sncf/>

► En voiture

De Paris : Autoroute de Normandie A13/E05 jusqu'à Caen, puis suivre Saint Lô, Saint Hilaire Petitville, Carentan. Pour connaître le détail de l'itinéraire, consulter <https://www.viamichelin.fr/>

Retour à votre véhicule :

Prendre le train de Pontorson à Carentan : TER, 1 correspondance à Lison, environ 3h30.

► Garer sa voiture

A Carentan ou à Pontorson, il est possible de stationner votre véhicule à votre premier hôtel pendant votre séjour (selon les disponibilités de l'hôtel, soit au parking gardé à 5 minutes à pied, soit au parking non gardé en face de l'hôtel).

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. Rendez-vous sur [BlaBlaCar](https://www.bla-bla-car.com/).

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vos encadrants ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre [blog](#).

Tourisme responsable

► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été certifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement

Pour le vélo

- Un cuissard court ou long selon la saison
- Des gants de vélo
- Un casque
- Des lunettes de soleil (contre le soleil, l'air, les moucherons)
- Un coupe-vent
- Des tee-shirts ou maillots de vélo
- Un porte carte au guidon
- Un bidon

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration (marque Icebreaker, Ruka, etc...) !

D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

Contre le soleil et la pluie

- Crème et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob (casque)
- Un coupe-vent
- Une cape de pluie ou un "Goretex"

Pour le pique-nique du midi

Bol ou assiette en plastique
Couverts (cuillère, fourchette, couteau)

Vêtements

- Un pull ou une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short
- Un survêtement ou vêtement de rechange
- Une chemise légère en coton à manches longues
- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse de toilette
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, bio gaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ...

Bagages

- Si vous n'avez pas de sacoche sur votre vélo, prenez un petit sac à dos confortable de 40l avec ceinture ventrale pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée. Si vous avez un porte bagage, vous pouvez fixer votre sac dessus à l'aide de tendeurs. Les vélos loués sont fournis avec une sacoche où vous pouvez y mettre vos affaires. Équipez-vous quand même d'un petit sac à dos ; cela vous permet de porter facilement vos affaires lorsque vous allez faire une visite en cours de route.
- Un bagage suiveur : un sac à dos ou un sac de voyage en bon état.

INFORMATIONS PRATIQUES

Formalités

► Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

► Santé

Se munir de la carte Vitale et de vos médicaments usuels pour la durée du séjour.

Adresses utiles

Baie du Cotentin : <http://www.ot-baieducotentin.fr/>

- **Office de Tourisme de Ste Mère Eglise**

6 rue Eisenhower
50 480 SAINTE MERE EGLISE
Tel : 02 33 21 00 33

- **Office de Tourisme de Carentan**

24 place de la République
50 500 CARENTAN LES MARAIS
Tel : 02 33 71 23 50

Saint-Lô : <http://www.ot-saintloagglo.fr/>

- **Office de Tourisme Saint-Lô Agglo**

60 rue de la Poterne
Plage Verte CS 43708
50 008 SAINT LO CEDEX
Tel : 02 14 29 00 17

Mont Saint Michel : <https://www.ot-montsaintmichel.com/index.htm>

- **Office de Tourisme du Mont Saint Michel Normandie**

Boulevard de l'Avancée
50 170 MONT ST MICHEL
Tel : 02 33 60 14 30

Pontorson : <http://www.mont-saint-michel-baie.com/>

- **Office de Tourisme de Pontorson**

Place de l'Hôtel de Ville
50 170 PONTORSON
Tel : 02 33 60 20 65

Téléphone

Indicatif téléphonique pour appeler la France si vous êtes à l'étranger : +33.

Décalage horaire

Pas de décalage horaire. GTM +1.