

La Vélodyssée de Saint-Brévin à La Rochelle

France

Code voyage : FRALV0042

Vélo liberté • Voyage itinérant

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



La Vélodyssée « Sud Loire » commence ici ! Bienvenue sur la côte de Jade, ses longues plages aux vastes estrans, bordés de dunes, puis ses anses et sa côte découpée... Arrivent les splendides et immenses plages de sable fin de la Vendée, les ports animés, ses marais et ses oiseaux, l'île de Noirmoutier, les dunes et les généreuses forêts de pins, les marais salants et les bassins ostréicoles... pour terminer dans l'attachante et séduisante ville de La Rochelle, entre riche passé et nautisme moderne en plein essor.

Tout au long du parcours, des noms évocateurs de vacances : Pornic, Noirmoutier, les Sables d'Olonne, St Gilles Croix de Vie, la Rochelle... Un parcours aux odeurs d'embruns ou de pins, aux couleurs de roses trémières...

Cet itinéraire suit la Vélodyssée, parfaitement balisée.

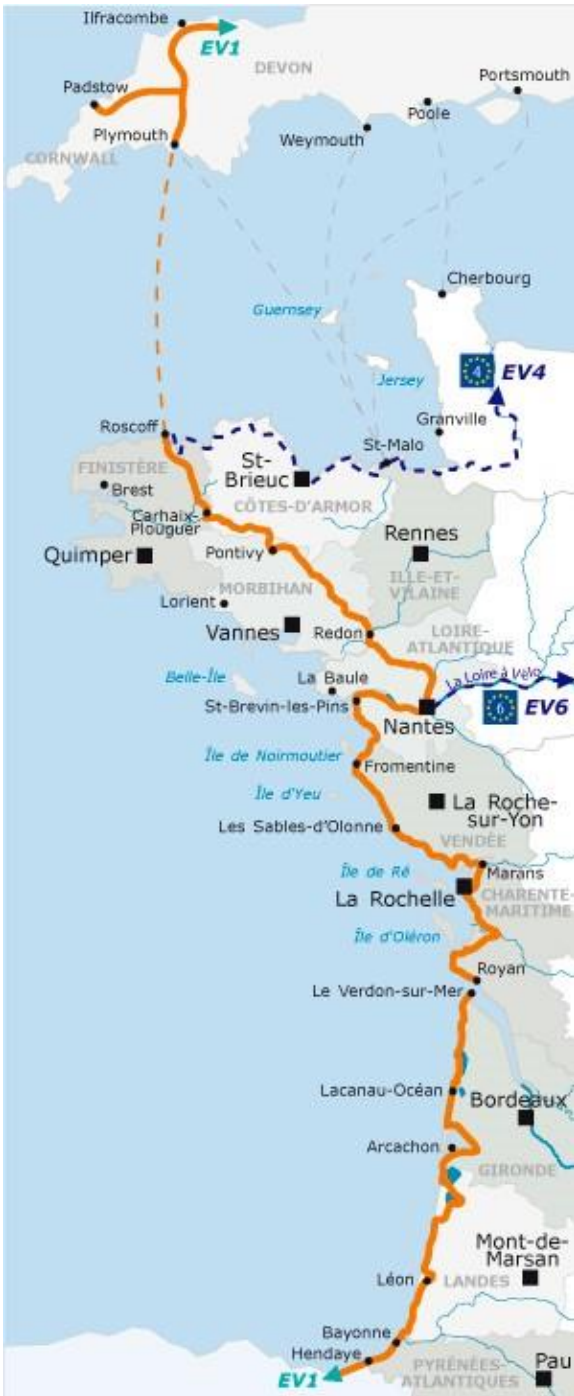
En cours d'étape, les baignades sont souvent possibles. Côté bagages, ils sont transportés d'une étape à l'autre.

Points forts

- Des sites culturels incontournables
- La découverte d'une nature exceptionnelle
- Un itinéraire parfaitement balisé

Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78
Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

EN BREF



La Véloodyssée est un voyage de plus de 1200 kilomètres, jalonné de nombreuses découvertes et de services adaptés aux touristes à vélo. De la Bretagne, terre de légendes, à l'estuaire de la Loire, des marais vendéens à l'Aquitaine océane, partout des paysages naturels magiques et une grande variété garantie : canaux, landes, marais, dunes, plages, forêts de pins, bocage, étangs...

Et que de tentations ! Vous succomberez aux charmes des cités incontournables comme Nantes, La Rochelle, Rochefort, Royan, Bayonne, Biarritz...

Vous craquerez pour des sites touristiques emblématiques comme le Canal de Nantes à Brest, le Marais-Poitevin, Fort Boyard, le Bassin d'Arcachon, la dune du Pilat, la Forêt landaise. Sans parler des rencontres avec les artisans et les incontournables arrêts dégustations de produits du terroir.

Nous vous proposons dans nos programmes toute la partie française de la Véloodyssée : de Roscoff, sur les côtes Nord de la Bretagne, vous rejoignez rapidement le paisible et envoûtant canal de Nantes à Brest ; à Nantes, vous filez sur l'embouchure de la Loire, pour longer toute la façade Atlantique, jusqu'à Biarritz. Vous êtes « Sud Loire », ce qui vous assure (ou presque !) un temps clément, idéal pour la balade à vélo.

Pas besoin d'être un champion, il vous suffit d'aimer faire du vélo. L'itinéraire est bien balisé, les pistes très roulantes, et l'itinéraire est sur pistes interdites à la circulation pour sa grande majorité. L'engouement pour ces grandes odyssees cyclistes aidant, l'aménagement est actuellement parfois très rapide, et il se peut que, là où nous vous annonçons

une voie partagée, vous trouviez une piste au moment où vous partez en vacances.

Sur ce parcours, de St Brévin à La Rochelle, vous avez tous les jours la possibilité de vous baigner.

N'hésitez pas à nous demander de passer une nuit supplémentaire au début, à la fin, ou... au milieu de votre séjour. Avis aux amateurs d'huîtres : sur la Véloodyssée, c'est presque tout le temps, surtout, bien sûr, de Fromentine à Arcachon.

La question la plus difficile : quel est le plus beau des parcours ?! Le début du parcours est plein de charme et fait découvrir la Bretagne sereine de l'intérieur ; le passage sud Loire assure généralement un temps plus clément et aborde les vastes plages de l'Atlantique, entrecoupées de belles côtes découpées et est ponctué par l'île magique de Noirmoutier sur la 1ère partie ; à partir de La Rochelle, le parcours est également très varié, traverse de superbes cités et fait un détour par les îles de Ré, Oléron et Madame ; le dernier tronçon proposé vous offre les paysages très particuliers des Landes et les extraordinaires lacs d'eau douce. Le mieux, c'est de tout faire... mais prenez votre temps !

www.lavelodysee.com

PROGRAMME

J1 • St Brévin les Pins

Arrivée à St Brévin dans l'après-midi et installation à l'hôtel. Saint Brevin est une jolie station balnéaire, profitez-en pour aller vous balader et pourquoi pas vous baigner.

Nuit à St Brevin en hôtel 2*

J2 • St Brévin – Pornic

Si vous avez loué les vélos, ils vous seront livrés le J2 au matin entre 9h00 et 10h30.

Cette étape de la Vélodyssée commence par la traversée de St Brévin entre mer, dunes, pins et villas. Elle se poursuit dans les terres du Pays de Retz vers St-Michel-Chef-Chef et la charmante station touristique balnéaire de Pornic, son port typique et animé, ses criques de sable doré.

25.7 km de vélo.

Nuit à Pornic en hôtel 2*

J3 • Pornic – Fromentine / La Barre de Monts

Route vers Fromentine / La Barre de Monts, à travers le Marais Breton Vendéen, un paysage de marais avec de petits ports ostréicoles (comme le port du Bec), un champ d'éoliennes géantes (impressionnantes) qui se partage le ciel avec des milliers d'oiseaux de mer et de marais. Un peu plus loin, vous arrivez à Beauvoir, puis Fromentine, face à l'île de Noirmoutier, au pied du pont. De Beauvoir à votre étape, les 9 derniers km se font par la D22, en attendant le prochain aménagement de piste cyclable... Si la marée est favorable, vous éviterez Beauvoir pour franchir le mythique passage du Gois, route encore en partie pavée qui relie Noirmoutier au continent à marée basse. N'hésitez pas à faire un stop pour déguster un plateau d'huîtres ! Vous retrouverez la belle piste cyclable de Noirmoutier au niveau de Barbatre, et vous rejoindrez Fromentine par le pont, toujours sur la piste.

58 km de vélo.

Nuit à Fromentine / La Barre de Monts en hôtel 2*

J4 • Fromentine – Les Sables d'Olonne

Vous suivrez l'itinéraire balisé à travers les dunes, le long de la Grande Plage ; étonnant parcours vallonné, agréable et ludique, complètement sécurisé au milieu des pins, avec quelques belles fenêtres sur l'océan. Traversée de Notre Dame de Monts, avant de poursuivre jusqu'à la station balnéaire de St Jean de Monts et son immense plage de sable blanc. Plus loin, toujours le long de l'Atlantique, vous traverserez le port de St Gilles Croix de Vie, puis la corniche de Brétignolles, Brem sur Mer, tout au long sur pistes cyclables. Puis vous aborderez la forêt d'Olonne et les splendides marais d'Olonne, paradis des oiseaux (canards, goélands, cormorans, courlis, mouettes, spatules, pluviers !)

Arrivée aux Sables d'Olonne, une des plus anciennes stations balnéaires de la côte atlantique, qui tous les 4 ans, donne le départ du Vendée Globe Challenge, la fameuse course en solitaire autour du monde à la voile. Baignade possible à l'arrivée ; la plage est immense ! Ceci dit, tout au long du parcours, vous avez l'occasion de vous baigner, sur cette étape.

65 à 75 km de vélo.

Nuit aux Sables d'Olonne en hôtel 2*

J5 • Les Sables d'Olonne – La Tranche sur Mer

Vous quitterez les Sables d'Olonne, qui s'étirent vers le sud en longeant l'océan. L'itinéraire suit la belle côte vendéenne et ses pistes superbes jusqu'au Port Bourgenay, puis remonte à Talmont St Hilaire pour éviter les marais de l'estuaire du Payré. C'est ensuite sur un itinéraire en voie partagée que vous parviendrez à Jard sur Mer, puis St Vincent sur Jard (ne manquez pas la visite de la maison (longère) de Clémenceau).

Vous longerez ensuite la forêt domaniale de Longeville via la Terrière, jusqu'à la Tranche sur Mer, et son immense plage.

40 km de vélo.

Nuit à la Tranche sur Mer en hôtel 3*

J6 • La Tranche sur Mer – Marans ou environs

En quittant la Tranche sur Mer, on aborde une section de route en voie partagée jusqu'à la Faute sur Mer. On a forcément envie d'aller découvrir la Pointe d'Arcay et son immense plage avec ses cordons de dunes, mais attention ! vous êtes à vélo et les km qui suivent ne sont pas les plus rapides du parcours, d'autant plus que vous serez peut-être tenté de goûter aux fameuses moules de Bouchot qui sont élevées sur des pieux, à travers le territoire maritime et submersible du secteur entre la Tranche sur Mer et l'Aiguillon...

A l'Aiguillon, vous poursuivrez l'itinéraire abandonnant provisoirement l'océan vers la Dive, pour pénétrer les marais desséchés du Marais Poitevin, juste après St Michel sur l'Herm.

Vous contournez ainsi l'anse de l'Aiguillon sur une partie assez cultivée, où les pistes cyclables ne sont pour l'instant pas goudronnées, et vous continuerez par la passerelle en sécurisant le parcours, passage entre Vendée et Charente Maritime, permettant d'arriver à Marans, capitale du Marais desséché.

45 km de vélo.

Nuit à Marans en chambre d'hôtes de charme ou dans les environs de Marans

J7 • Marans – La Rochelle

Route vers La Rochelle, superbe ville gardée par ses tours du XII et XVe.

2 itinéraires permettent d'y arriver :

1/ le plus court suit le canal de Marans à La Rochelle par une voie verte (sauf passage délicat à Dompierre, non aménagé), pour arriver au centre-ville de la Rochelle par une voie cyclable continue.

2/ par le village de Charron (avec une portion délicate sur 5km le long de la très fréquentée route D105) ; l'itinéraire qui suit est intéressant, car il longe l'océan après Esnandes, avec quelques ports ostréicoles et quelques échappées sur le Pont de l'île de Ré, jusqu'à retrouver la piste cyclable menant au Pont et rejoindre le cœur de la Rochelle. Les 1ers mareyeurs de Charente sont installés dans les villages qui précèdent la superbe ville de la Rochelle. Vous visitez le centre-ville animé et très beau, et, pourquoi pas, les tours : la Lanterne, la Chaîne et la tour St Nicolas du vieux port. La Rochelle est une ville superbe, au riche passé historique (qui ne pense aux 3 Mousquetaires de Dumas !) et à la superbe architecture ; c'est aussi une ville particulièrement dynamique et moderne, port nautique de plaisance superbe et impressionnant avec le port des Minimes. Si vous avez loué les vélos, vous les laissez à l'hôtel de la Rochelle à l'arrivée de votre étape.

30 à 35 km de vélo.

Nuit en hôtel 2* à La Rochelle.

J8 • La Rochelle

Fin du séjour après le petit déjeuner. N'hésitez pas à prolonger votre séjour d'une nuit à La Rochelle.

Itinéraire

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et 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

Moyen à bon cycliste, en VTC.

40 à 60 km par jours de vélo. Pas de difficulté technique particulière. Plus de 80% de l'itinéraire se fait sur pistes cyclables et chemins à l'écart des voitures. Il faut souligner la qualité des pistes cyclables tout au long du parcours qui en font un modèle du genre en France. Le balisage spécifique Vélodyssée est excellent.

Transport des bagages

Le transport de bagage est compris. Vous ne portez que vos affaires de la journée, dans un petit sac ou une sacoche, avec le pique-nique et les vivres de course. Vous déposez votre bagage suiveur pour 9h à la réception des hôtels, ils peuvent être livrés le soir jusqu'à 18h30. Vous êtes limité à un bagage par personne / 15kg maximum.

Groupe

À partir de 2 personnes.

Durée

8 jours / 7 nuits, 6 jours de vélo.

Dossier de voyage

Circuit liberté, sans accompagnateur. Nous vous fournissons un dossier de voyage numérique qui comprend : l'accès à notre application de guidage sur smartphone, la liste de vos hébergements, les bons d'échange éventuels et toutes les informations nécessaires au bon déroulement de votre séjour.

Si vous le souhaitez, nous pouvons vous fournir une version papier du dossier de voyage avec cartes, topo guide et pochette de voyage, pour un supplément de 35 € par dossier. Pour toute demande de dossier de voyage papier : à moins de 45 jours du départ ainsi que pour les résidents à l'étranger, les dossiers seront envoyés sur place au 1er hôtel.

Confort

► Hébergement

En hôtels 2 et 3 étoiles (1 nuit) ou équivalent, en chambre de deux avec salle de bain et WC. Chambre seule possible avec supplément.

► 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

En nuit et petits déjeuners. Dîners et déjeuners non-compris. Pour les dîners, il est possible de vous restaurer selon les jours : à l'hébergement ou dans les restaurants du village ou de la ville étape. Il est en général possible de réserver vos paniers repas du midi auprès des hôtels : renseignez-vous directement auprès d'eux. Vous pouvez même déguster des huîtres en cours de route, soit en vous les faisant ouvrir, soit en vous débrouillant seul, comme un chef ! il vous suffit de prévoir quelques outils dans votre sacoche.

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 à St Brévin les Pins.

► Fin

Le J8 à La Rochelle

Prolongez votre séjour

- Nous vous conseillons une ou deux nuits en plus à Fromentine / La Barre de Monts, pour pouvoir visiter et profiter de Noirmoutier, superbe île à la fois touristique et économiquement vivante (ostréiculture, pêche et agriculture), offrant un superbe réseau de pistes cyclables.

- Ce séjour peut aussi s'enchaîner avec notre programme sur **l'Atlantique Nature FRALV0013** de la Rochelle à Royan.

Période de départ

Départ à votre convenance de début avril à fin octobre.

Votre budget

► Les prix comprennent

- L'hébergement en chambre de deux en B&B
- Les transferts des bagages
- Le dossier de voyage numérique

► Les prix ne comprennent pas

- Le retour à votre point de départ
- Les boissons et les repas
- La location de vélo
- Les visites de sites
- Le dossier de voyage en version papier
- Les transferts éventuels
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans « Les prix comprennent »

► Options, suppléments et réductions

- Réduction 3^{ème} personne dans la chambre : Enfant -12 ans : -20%, Adulte : -15%
- Supplément chambre seule
- Dossier de voyage version papier
- Location de VTC ou VAE (6 jours)
- Option tranquillité dommage vélo
- Transfert retour de La Rochelle à St Brevin : tarif sur demande
- Nuit supplémentaire à la Rochelle, St Brevin ou Fromentine en nuit et petit déjeuner en hôtel 2* ou chambre d'hôte équivalente

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'assurance multirisque avec extension de garanties spéciales épidémies et pandémies, en complément du contrat multirisque n°4312 déjà existant

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

3/ 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.

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

5/ 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.

► Vélo personnel

Le vélo idéal est le VTC. Le Vélo à Assistance Electrique est aussi une alternative très agréable. Nous déconseillons les vélos à petits pneus. Les VTC sont excellents. Pensez à réviser votre bicyclette avant de partir. Rapatriement de La Rochelle à St Brevin possible, tarif sur demande.

► Location de vélo

VTC pour l'itinérance, cadre alu, roues de 28", 21 vitesses, fourche avant suspendue, pneu anti-crevaison, sacoche et porte bidon.

Dépose du vélo au premier hôtel et rapatriement à la fin inclus dans le prix de la location.

La location de vélo est prévue pour 6 jours :

Votre vélo est livré le J2 au matin entre 9h00 et 10h30 et vous le laissez le J7 à l'arrivée de votre étape. Il sera rapatrié le lendemain matin.

Voici le type de vélos réservé : *(Photos non contractuelle)*

VTC modèle gamme supérieure Arcade Escape :



Gamme supérieur : Arcade Escape

Vélo à assistance électrique (VAE)



Equipement compris :

- sacoche de guidon VAUDE avec antivol, pompe et **bombe anti-crevaison**
- 1 sacoche arrière VAUDE et casques

► Bagages non transportés

Si vous optez pour cette formule, n'hésitez pas à nous interroger, nous pourrions vous donner quelques conseils pour optimiser le portage. Les vêtements techniques permettent désormais de pouvoir voyager léger et bien équipé.

Accès

► En avion

Aéroport de Nantes : <https://www.nantes.aeroport.fr/fr>

Puis navette Navairport au départ de l'aéroport jusqu'à St Brévin : <http://www.navairport.com>

Navette à réserver à l'avance, prix environ : **100€** pour 1 à 3 personnes, **130€** pour 4 à 6 personnes.

Aéroport de La Rochelle : <http://www.larochelle.aeroport.fr/>

Bus du centre-ville de La Rochelle vers aéroport de La Rochelle (environ 15 minutes de trajet) :

- Lundi au Samedi : Ligne 1b, arrêt Place de Verdun
- Dimanche et Jours Fériés (juillet et août) : Ligne D5, arrêt Place de Verdun

Prix du ticket unitaire à acheter directement au conducteur : **1.50€ environ**

► En train

Arriver à Saint Brévin les Pins

Depuis Paris (Montparnasse) : TGV direct pour Saint Nazaire, environ 2h45

Depuis Lyon : TGV+TER pour Saint Nazaire avec une correspondance à Nantes, environ 5h45

Puis prendre le bus ALEOP ligne 315 vous pouvez consulter les horaires sur le lien suivant :

<https://www.saint-brevin.com/bus-aleop.html>

Bus pour St Brevin les Pins :

Les bus entre St Nazaire et St Brévin Les Pins acceptent les vélos sous certaines conditions ; bus ALEOP ligne 315 vous pouvez consulter les horaires sur le lien suivant : <https://www.saint-brevin.com/bus-aleop.html>

Repartir de La Rochelle

Vers Paris (Montparnasse) : TGV direct, environ 2h50

Vers Lyon : TGV avec une correspondance à Paris (changement de gare), environ 6h

Vous pouvez consulter les horaires et les tarifs sur www.sncf-connect.com

► En voiture

Vous pouvez créer votre itinéraire sur le site suivant : www.viamichelin.fr

retour de La Rochelle à St Brevin : train pour St Nazaire, puis bus (ligne 17) jusqu'à St Brevin.

<https://www.oui.sncf>

Nous pouvons aussi vous organiser le transfert retour bagages + clients + vélos de la Rochelle à St Brevin : nous consulter pour les tarifs

► Garer sa voiture

Pas de parking à l'hôtel, mais il est facile de se garer pour la semaine dans les rues autour de l'hôtel gratuitement.

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. Rendez-vous sur BlaBlaCar.

Baignade

Possible tous les jours, sauf pour l'arrivée sur La Rochelle. Baignade possible généralement le soir à l'étape et tout au long du parcours.

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 vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; 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.

Nota : 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.).

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](#).

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

► 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](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement

Pour le vélo

- Un cuissard court ou long selon la saison
- Des gants de vélo
- Un casque (non obligatoire mais fortement recommandé)
- 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"

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 ... (tout un programme ! mais rassurez-vous, la pharmacie revient souvent intacte de votre semaine de randonnée)

Pour le pique-nique

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

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

Le pays

Pays : France

Capitale : Paris

Formalités

► Papiers

Passeport ou carte d'identité en cours de validité.

► Santé

Pensez à vous munir de la Carte Vitale ainsi que de vos médicaments usuels pour la durée du séjour.

Adresses utiles

Office de Tourisme de Saint Brevin

10 rue de l'église, 44250 Saint-Brevin-les-Pins

02 40 27 24 32

Horaires du Lundi au Samedi de 09h30 à 13h00 et de 14h00 à 19h00, le dimanche de 10h00 à 13h00.

<https://www.saint-brevin.com/>

Office de Tourisme de la Rochelle

2 Quai Georges Simenon, 17000 La Rochelle

05 46 41 14 68

Du lundi au vendredi de 09h00 à 18h00. Le dimanche de 09h00 à 17h00

<https://www.larochelle-tourisme.com/>

Téléphone

Code téléphonique pour appeler en France si vous êtes étrangers : +33

Décalage horaire

Pas de décalage horaire : GTM +1.