

Textes et photographies
NICOLAS MOREAU-DELACQUIS

Sauf mentions contraires

La Vélo Francette®

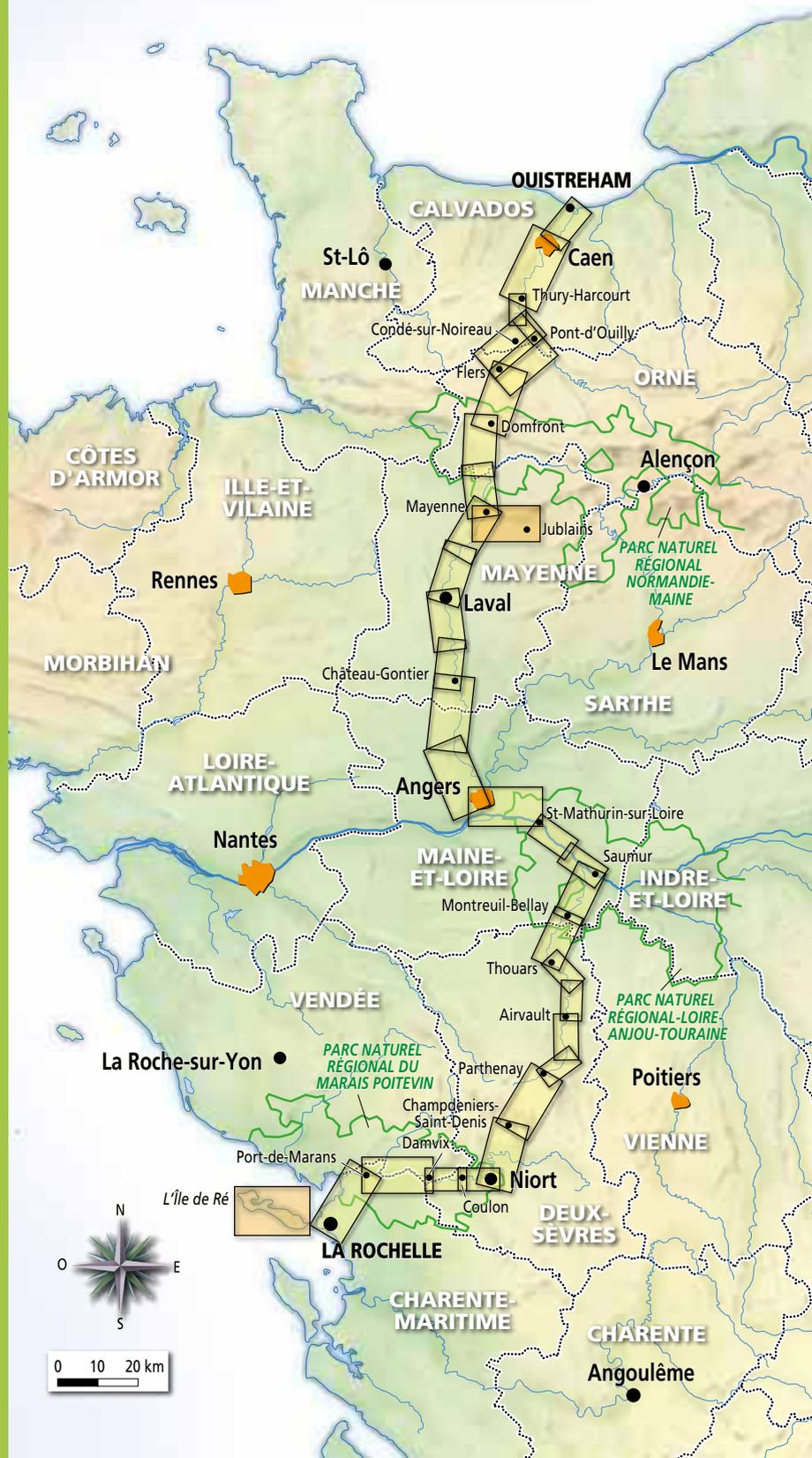
*De la Normandie
à l'atlantique*

**VÉLO
GUIDE**



Cartographie
PATRICK MÉRIENNE

Éditions **OUEST-FRANCE**



PRÉAMBULE

AU CŒUR DES TERROIRS

Accessible à tous, cette diagonale du Grand Ouest traverse 7 départements, 3 régions et 3 parcs naturels avec une étonnante diversité paysagère. Cet itinéraire résume en effet tout ce que l'on peut trouver en France : plages, vignes, gorges, lacs, grottes, bocage, forêts, marais, canaux, falaises, campagne, vallées, plateaux et même un peu de montagne. Vous allez découvrir les plages du Débarquement, le bocage, la Suisse normande, la vallée de la Mayenne, les vignobles et châteaux du Val de Loire, les collines de Gâtine, le Marais poitevin.

Particulièrement riche, le patrimoine révèle châteaux, musées, cités historiques. Sans oublier le souvenir des batailles et des personnages légendaires. Tranquillité, flore et faunes préservées permettent des rencontres inattendues avec la nature. La dimension culturelle se traduit par un calendrier très dense en spectacles, animations et festivals.

Plaisir du palais enfin avec une grande variété de produits gastronomiques à déguster un peu partout. Jamais monotone, cette Vélo Francette® de 628 km est ainsi découpée en 22 étapes et deux variantes, oscillant entre 15 et 45 km pour tenir compte de la topographie du terrain, parfois escarpé. Peu longues, ces côtes délivrent des points de vue mémorables.

Décrit du nord vers le sud, l'itinéraire entièrement balisé peut s'effectuer dans les deux sens. Il présente une alternance de voies vertes et de petites routes rurales.

D'un phare à l'autre, rêveur ou sportif, chacun trouvera ici son rythme et ses petits bonheurs.



Chemillé-Changeé

SOMMAIRE

- 4 Préambule
- 5 Mode d'emploi
- 8 Étape 1 - De Ouistreham Riva-Bella à Caen (15,6 km)
- 14 Étape 2 - De Caen à Thury-Harcourt (28 km)
- 18 Étape 3 - De Thury-Harcourt à Pont-d'Ouille (24,6 km)
- 24 Étape 4 - De Pont-d'Ouille à Flers par Condé-sur-Noireau (34 km)
- 28 Étape 4 bis - De Pont-d'Ouille à Flers par la Roche d'Oëtre (30,9 km)
- 32 Étape 5 - De Flers à Domfront (22,7 km)
- 36 Étape 6 - De Domfront à Mayenne (45 km)
- 42 Escapade 1 - Boucle vers Jublains (38 km)**
- 46 Étape 7 - De Mayenne à Laval (35,6 km)
- 52 Étape 8 - De Laval à Château-Gontier-sur-Mayenne (35 km)
- 58 Étape 9 - De Château-Gontier-sur-Mayenne au Lion d'Angers (34,3 km)
- 62 Étape 10 - Du Lion d'Angers à Angers (27 km)
- 66 Étape 11 - D'Angers à Saint-Mathurin-sur-Loire par Bouchemaine (34,5 km)
- 70 Étape 11 bis - D'Angers à Saint-Mathurin-sur-Loire par Trélazé (28,2 km)
- 72 Étape 12 - De Saint-Mathurin-sur-Loire à Saumur (31,5 km)
- 78 Étape 13 - De Saumur à Montreuil-Bellay (21 km)
- 82 Étape 14 - De Montreuil-Bellay à Thouars (26 km)
- 86 Étape 15 - De Thouars à Airvault (30,1 km)
- 92 Étape 16 - D'Airvault à Parthenay (36,8 km)
- 98 Étape 17 - De Parthenay à Champdeniers (28,9 km)
- 102 Étape 18 - De Champdeniers à Niort (24,5 km)
- 106 Étape 19 - De Niort à Coulon (19,7 km)
- 110 Étape 20 - De Coulon à Damvix (20,2 km)
- 114 Étape 21 - De Damvix au port de Marans (27,4 km)
- 118 Étape 22 - Du port de Marans à La Rochelle (25,8 km)
- 122 Escapade 2 - Tour de l'île de Ré (88,5 km)**
- 120 Adresses pratiques
- 143 Remerciements

Étape 1 / DE OUISTREHAM RIVA-BELLA À CAEN

/ 15,6 km

Des plages de la Côte de Nacre au fief de Guillaume le Conquérant, voilà une entrée en matière très facile au fil du canal de l'Orne, construit entre 1837 et 1860. Tout plat, l'agréable et large ruban asphalté figure parmi les destinations favorites des habitants de la région, avec une affluence dépassant les 300 000 vélos par an. On pédale à l'emplacement d'une voie ferrée qui ralliait la mer à l'époque des fameux trains de plaisir. Sur cette courte distance pouvant aisément s'effectuer en aller-retour, les points d'intérêts ne manquent pas. Dos à la mer, le beau voyage peut commencer en suivant le balisage du petit coq sur fond rose tout en assistant aux évolutions des plaisanciers et des grands navires de commerce.

Avec Pegasus Bridge en toile de fond,
le plaisir de pédaler au bord des eaux tranquilles du canal de l'Orne...

OUISTREHAM RIVA-BELLA EN BREF

D'origine saxonne, son nom signifie tout simplement village de l'ouest. Entre mer et rivière, le bourg est un mélange harmonieux de maisons anciennes, d'où émerge la vaste église Saint-Samson (1180) au riche décor roman, que jouxte la grange aux Dîmes (xiii^e-xv^e). Le développement s'est poursuivi avec la création du canal et de la station de Riva-Bella (hommage à la première villa baptisée Belle-Rive en 1866), et les liaisons maritimes avec l'Angleterre depuis 1974. Casino, établissement thermal, demeures pittoresques animent le front de mer, avec 3 km de plage de sable fin. Le musée du no 4 Commando évoque avec films, objets et photos d'époque l'épopée des combattants français en juin 1944 (tél. : 02 31 96 63 10, [\[4commando.org\]\(http://4commando.org\)\) sur Sword, l'une des cinq plages du Débarquement. Un peu plus loin l'insolite et colossal Grand Bunker abritait sur cinq étages, le poste de commandement allemand des batteries côtières \(tél. : 02 31 97 28 69, \[www.musee-grand-bunker.com\]\(http://www.musee-grand-bunker.com\)\). Plein Ouest, la véloroute du littoral \(EuroVelo4\) permet aussi de rejoindre sans effort Courseulles-sur-Mer en 20 km.](http://www.musee-</p></div><div data-bbox=)

Office de tourisme
de Ouistreham Riva-Bella
Jardins du Casino
Esplanade Alexandre-Lofi
14150 Ouistreham Riva-Bella.
Tél. : 02 31 97 18 63
www.ot-ouistreham.fr



Retour de pêche, en croisant l'un des 650 voiliers du port de plaisance.





Ouistreham / Riva-Bella

CALVADOS

Caen / Pont de la Fonderie

Longeant l'embarcadère des navires à destination de Portsmouth en Angleterre, les étals de la halle à marée incitent déjà à une pause gourmande.

① De l'autre côté de l'écluse, le phare offre un superbe panorama sur l'estuaire de l'Orne, que l'on peut aussi contempler depuis l'observatoire de la pointe du Siège (à 1,6 km).

② Laisant les voiliers et les chalutiers, la piste se déroule en pleine nature vers le pont levant de Pegasus Bridge, copie plus large de l'original se trouvant dans le musée voisin. Objets, documents et témoignages de vétérans restituent l'atmosphère de l'audacieux coup de main de 1944 (tél. : 02 31 78 19 44 - www.memorial-pegasus.org).

En prenant la direction de la pointe panoramique de la Roque, ne manquez pas non plus la visite de la Maison de la nature et de l'estuaire à l'entrée de la Côte Fleurie (tél. : 02 31 78 71 06 - www.cpievdo.fr). De là un beau circuit balisé peut vous mener en moins de 15 km vers les plages de Merville-Franceville et de Cabourg.

③ Le château de Bénouville (xviii^e), habillé de pierres blondes, abrite l'Institut européen des jardins et paysages (<http://europeangardens.eu>).

④ Ambitueuse reconstitution historique, Ornavik (10 hectares) comprend un campement viking, un village carolingien et un château médiéval (tél. : 02 31 52 40 90 - www.ornavik.fr).



Bénouville, superbe œuvre de l'architecte Claude-Nicolas Ledoux, a accueilli le déjeuner des chefs d'État et de gouvernement lors du 70e anniversaire du Débarquement.



5 Connu pour son festival de rock estival, le domaine arboré de Beauregard (23 hectares) s'organise autour d'un manoir gothique (1864) et d'un parc aventure (130 jeux sur neuf parcours).

Plusieurs bases d'aviron et de canoë-kayak sont installées sur les bords du canal. Prudence en traversant la grande route qui mène au vénérable pont tournant de Colombelles.

6 Le Petit Lourdes est une étonnante réplique de la célèbre grotte et basilique, bâtie entre 1879 et 1885 pour les fidèles n'ayant pas les moyens de se rendre dans les Pyrénées.

Peu après le viaduc de Calix, les tours de l'abbaye aux Dames (XI^e siècle) se détachent à droite. Tandis que sur la gauche s'élèvent les bâtiments futuristes de la pointe de la Presqu'île (tribunal, bibliothèque multimédia) enjolivés d'estacades et promenades paysagères. L'étape s'achève au pont tournant de la Fonderie qui permet de contourner le bassin du port de plaisance, avec au loin la tour Leroy et juste derrière, le centre historique de Caen, avec l'église Saint-Pierre et le château ducal.

La prise des ponts stratégiques de l'Orne par les Alliés dans la nuit du 6 juin 1944 a contribué au succès du Débarquement.



CAEN EN BREF

Surnommée la ville aux cent clochers, elle rayonne autour de l'enceinte parfaitement conservée du château médiéval de Guillaume Le Conquérant et des abbayes médiévales de Saint-Étienne et de la Sainte-Trinité. Un cadre agréable irrigué par 700 hectares d'espaces verts. Le label d'art et d'histoire se traduit par de nombreux témoignages du passé (places, hôtels, maisons à pans de bois), le patrimoine de la reconstruction, des lieux insolites, les musées de Normandie (tél. : 02 31 30 47 60 www.musee-de-normandie.caen.fr), des Beaux-Arts (tél. : 02 31 30 47 70 www.mba.caen.fr), d'Initiation à la nature (tél. : 02 31 30 43 27).

Un itinéraire vert rallie le site majeur du Mémorial de Caen (tél. : 02 31 06 06 45 www.memorial-caen.fr). Pour une découverte complète, quatre circuits vélo thématiques adaptés à tous vous entraînent sur une partie des plus de 100 km de pistes cyclables qui se prolongent dans l'agglomération. Il existe même une application très pratique : www.geovelo.fr et l'incontournable Maison du vélo (tél. : 02 31 34 45 70 www.maisonduvelocaen.fr). V'éol propose 350 vélos en libre-service répartis sur 40 stations (www.veol.com). Depuis 2016 des postes gratuits de gonflage de pneus des arceaux de

stationnement sont disponibles dans la plupart des parkings souterrains en complément des arceaux de stationnement. Côté saveurs, les madeleines Jeannette de Démouville sont aussi incontournables que les tripes de Caen.

Office de tourisme de Caen
Place Saint-Pierre
14000 Caen
Tél. : 02 31 27 14 14
www.caen-tourisme.fr



Le château ducal, au cœur des festivités célébrant l'épopée anglaise victorieuse de Guillaume Le Conquérant en 1066, il y a 950 ans...

Étape 2 / DE CAEN À THURY-HARCOURT

/ 28 km



Depuis le bassin Saint-Pierre, la traversée cyclable de Caen, très bien balisée, s'effectue très facilement en longeant la rivière jusqu'à l'hippodrome. Cap vers la voie verte de la Suisse normande qui déroule son parcours bucolique, entièrement goudronné et sans difficulté. L'occasion de croiser beaucoup de coureurs à pied et de familles en promenade. Ici le fleuve de l'Orne prend un caractère plus sauvage. On emprunte le tracé de l'ancienne ligne de chemin de fer Caen-Flers lancée en 1863 pour désenclaver le territoire et assurer le transport du textile, des pierres des carrières, du fer des mines, dont les vestiges marquent encore le paysage.

Bancs, passerelles, belvédères, aires de repos agrémentent cette voie verte aménagée depuis 2013.

De La Prairie (90 hectares), une agréable transition, où se baladent des chevreuils peu farouches, conduit au viaduc métallique rouge de l'Orne.

❶ Pendant dix siècles, les carrières du secteur de Fleury ont extrait la fameuse pierre de Caen, pour de prestigieux monuments en Normandie et en Angleterre. Elles ont servi d'abri en 1944, avant d'être reconverties en champignonnières jusqu'en 2011.

❷ Le gué d'Athis a été le théâtre en 1047 d'une sanglante déroute des adversaires de Guillaume Le Conquérant.

Un détour de 3,9 km mène au passionnant Musée archéologique de Vieux-la-Romaine (tél. : 02 31 71 10 20 - www.vieuxlaromaine.fr).

❸ Le barrage de Grand-Moulin comporte une passe à poissons avec un observatoire (tél. : 02 31 44 63 00 - www.federation-peche14.fr).

Dans la vallée de la Laize (à 3,1 km), la carrière Mathias abrite un trésor géologique majeur permettant de lire plusieurs couches historiques.

Le moulin de Bully (XVIII^e) occupe un site enchanteur.

❹ Après les ponts du superbe méandre du val de Maizet, la discrète chapelle Sainte-Anne se niche en contrebas.

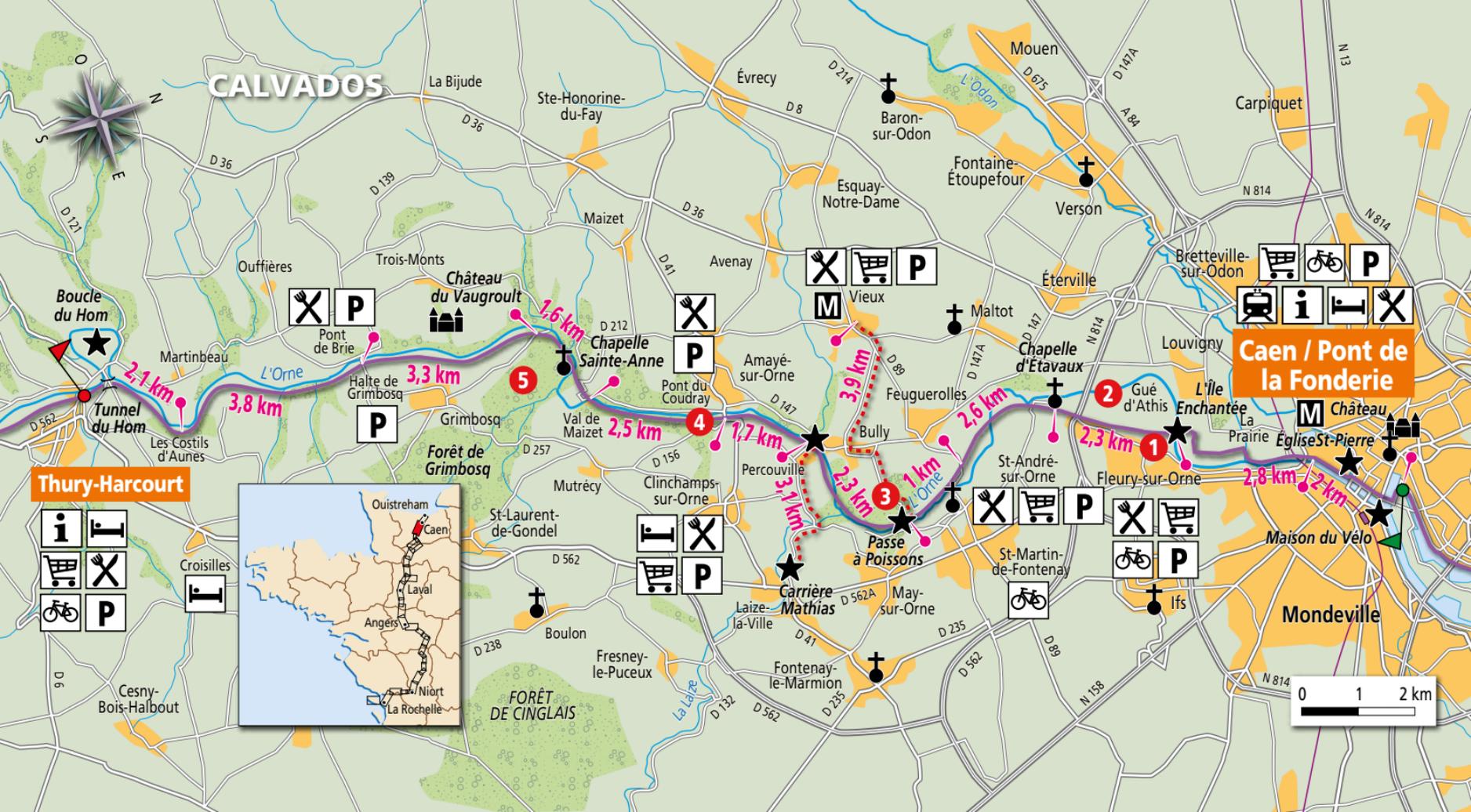
❺ La belle forêt de Grimbosq (475 hectares) renferme des arboretums, un étang bucolique, ainsi qu'un surprenant cimetière animalier.



Mettez pied à terre pour franchir le tunnel courbe du Hom, jadis dortoir favori des chauves-souris.

Quelques minutes de vélo suffisent pour se retrouver en pleine nature entre Orne et Odon.

CALVADOS



Thury-Harcourt



Caen / Pont de la Fonderie



THURY-HARCOURT EN BREF

Des moulins et une vingtaine de tanneries ont assuré jusqu'au XIX^e siècle la prospérité de cette bourgade commerçante. Sur la colline, il ne reste plus que quelques vestiges du fier château, incendié par les Allemands en août 1944. Avec ses 264 fenêtres, il était surnommé le Versailles de Normandie. D'origine romane, l'église Saint-Sauveur est dotée d'un cadran solaire. Le plan d'eau du Traspy permet de s'initier au kayak-polo. Gagnez aussi les belvédères de la Vierge et du Souvenir, puis découvrez la boucle du Hom en canoë (une petite heure) ou en parapente. Depuis avril 2016 une maison du vélo est ouverte en face de l'ancienne gare (Tél. : 06 12 33 66 03. <http://maisonduvelo-14220-thury.jimdo.com>).

Office de tourisme
de la Suisse
normande
2, place Saint-
Sauveur - 14220
Thury-Harcourt
Tél. : 02 31 79 70 45
www.suisse-normande-tourisme.com



Juste à côté
du centre-ville,
les vestiges
donnent une idée
de l'ampleur du
château, édifié
entre 1635 et
1723 pour les ducs
d'Harcourt.



Étape 3 / DE THURY-HARCOURT À PONT-D'OUILLY

/ 23,2 km



Une étape très nature de la Vélo Francette® au cœur de la Suisse Normande et sur sa voie verte (de Thury-Harcourt à Clécy), où le cyclotouriste longera les méandres de l'Orne et ses gorges de granite sculptées, paradis des canoës... Nichés au cœur de la vallée, les villages de Thury-Harcourt (Le Hom), Clécy et Pont-d'Ouille avec leurs terrasses au bord de l'eau réservent un accueil chaleureux aux itinérants à vélo.

Escale patrimoniale et gastronomique à Clécy, capitale de la Suisse normande.

Escapade 1 / BOUCLE VERS JUBLAINS

/ 38 km

Seules trois petites côtes émaillent cette ronde au pays des Diablintes rejoignant un site historique majeur et passionnant, assez proche de la ville de Mayenne. Sur les traces des Romains, l'intérêt réside aussi par l'approche et le retour sur deux voies vertes différentes. Agrémenté de quelques passages boisés, le reste du parcours se déroule sur de petites routes rurales ménageant quelques beaux points de vue sur les Coëvrons, plissements du Massif armoricain. Le départ s'effectue du parking de l'ancienne gare en face du Grand Nord.

Légende. Le théâtre gallo-romain de la cité antique de Jublains.





❶ À la jonction des deux voies vertes, prenez à droite la direction de Javron-les-Chapelles. Comme beaucoup d'anciennes voies ferrées du département, celle-ci a été transformée en un chemin cyclable stabilisé de 32,5 km. Entre de petites haies souvent ombragées, on sillonne les domaines agricoles.

❷ Petit détour de 2,5 km possible vers le sud au joli parc des Forges d'Aron, où la tour Eugène Sue évoque le séjour de l'écrivain au XIX^e siècle.

❸ Situé sur la voie romaine qui relie Jublains à Avranches en Normandie, le bourg de Marcillé-la-Ville comporte quatre stèles gauloises dans le quartier de la Petite Croix.

Après 8,8 km, quittez à droite la voie verte pour filer vers la rivière de l'Aron, le moulin de Blanchard, puis le château de la Cour (XVI^e).

❹ Pause patrimoniale à Grazay, ancien relais de poste du chemin vers le Mont-Saint-Michel, pour le retable de la chapelle Saint-Denis et les vertus curatives du lavoir de la Mère-Dieu.

Le logis Renaissance du Bois annonce les frondaisons de la Guesnerie.

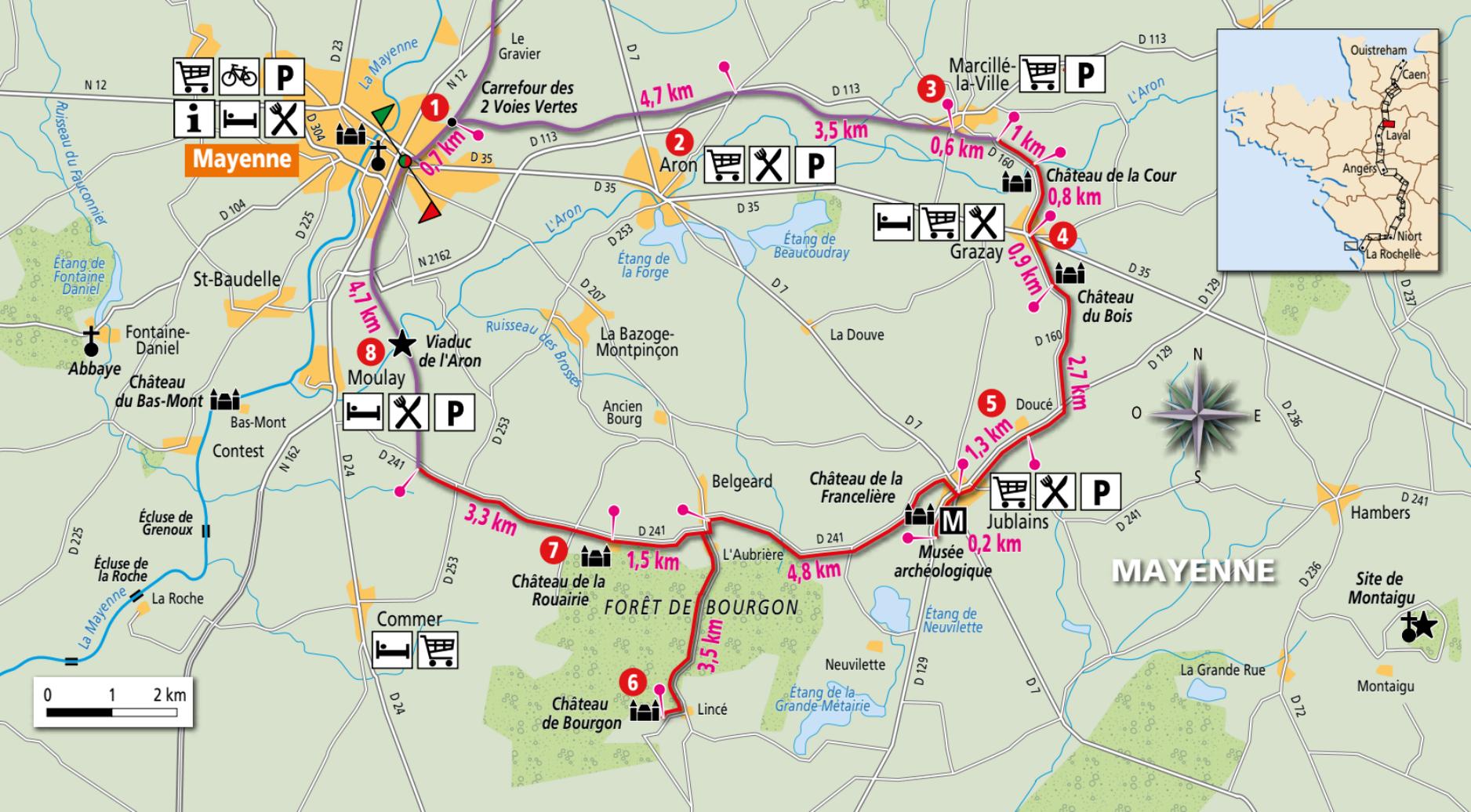
❺ La chapelle Notre-Dame-de-Doucé aux peintures murales colorées est fertile en légendes remontant aux Croisades.

À l'horizon se découpent la colline boisée du Tay, la butte de Montaigu, l'antenne du mont Rochard (357 m), sentinelles des Coëvrons, prolongement du Massif armoricain.

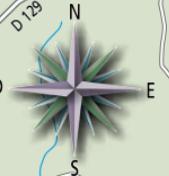
La seconde partie de la balade contourne le château de la Francelière en allant vers Belgeard.

Un aller-retour de 7 km s'enfonce dans la grande forêt de Bourgon (1 492 hectares) aux vénérables essences variées.

Une tour hexagonale et une galerie couverte en bois décorent le château de la Cour.



MAYENNE



SITE ARCHÉOLOGIQUE DE JUBLAINS

Les extraordinaires vestiges de Noviodunum, l'ancienne capitale romaine des Diablintes sont de grande ampleur. Sur 25 hectares autour d'une forteresse gauloise en terre et en pierre, se trouvent en effet un temple, un théâtre, un forum, des thermes sous l'église,

des fouilles en cours. Avec une douzaine de bornes informatives, on peut facilement rayonner à vélo autour du musée qui valorise bijoux, maquettes, sculptures, mosaïques (13, rue de la Libération, tél. : 02 43 58 13 20 - www.museedejublains.fr).



Les remparts de la forteresse (II^e et III^e siècles) sont parfaitement conservés.

6 On y découvre, peu avant Montourtier, le pittoresque château de Bourgon (XIII^e-XVIII^e) avec son pont à trois arches, sa tour médiévale, sa chapelle et ses jardins (tél. : 06 09 62 99 08 - www.chateaubourgon.com).

7 La pente régulière (3 à 4 % sur 2 km) vous ramène au carrefour. Quelques minutes plus tard, c'est le manoir de la Rouairie (XIX^e) qui émerge des arbres. Puis on rattrape une autre voie verte en provenance de la Chapelle-Anthenaise (à 14,9 km). Mayenne est à moins de 5 km.

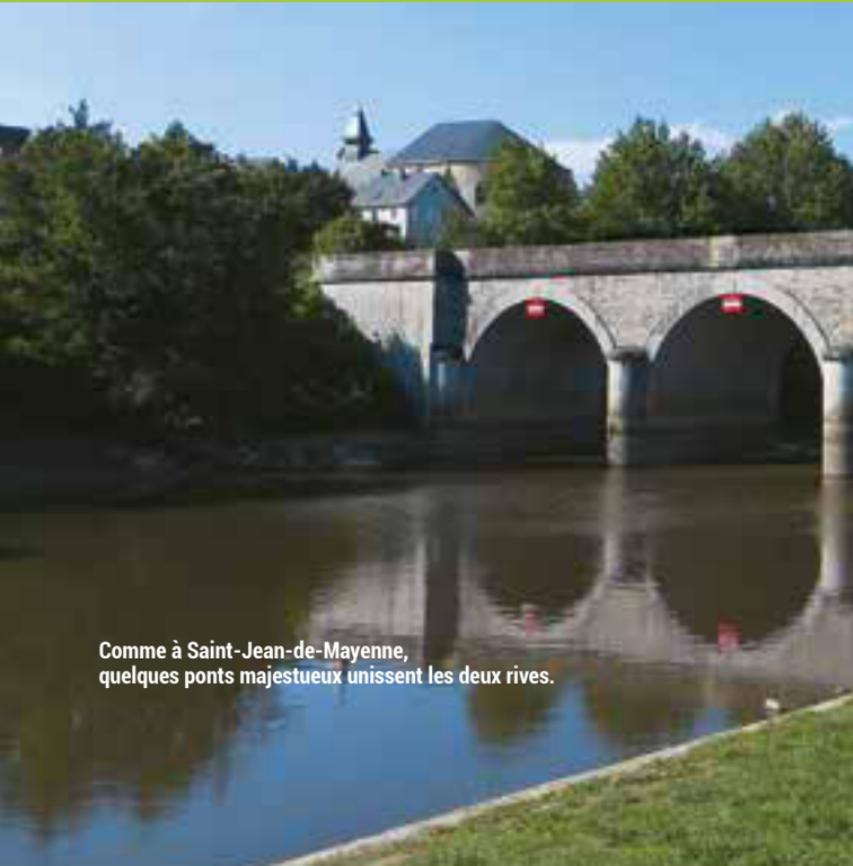
8 L'Aron est franchi sur un viaduc à sept arches. Profitez alors des derniers moments de quiétude sans voiture.



Le château de Bourgon ne manque pas d'allure.

Étape 7 / DE MAYENNE À LAVAL

/ 35,6 km



Trait d'union entre deux cités historiques majeures, une belle voie verte suit fidèlement la rive gauche de la Mayenne, dont le cours est désormais navigable jusqu'à son terme en Anjou, soit 122 km. L'ancestral halage offre un beau spectacle avec ses auberges, ses écluses fleuries, ses frayères à brochet, ses nombreux manoirs et le ballet de ses bateaux de plaisance.

Des panneaux touristiques narrent régulièrement les curiosités aperçues, ainsi que la faune et la flore locales. De jour comme de nuit, la qualité des eaux fait le bonheur des pêcheurs. Lors des spectaculaires écourues trisannuelles, la rivière se vide pendant deux mois et se transforme en canyon parsemé de rochers.

Comme à Saint-Jean-de-Mayenne, quelques ponts majestueux unissent les deux rives.

