



DOSSIER DE PRESSE 2020

LE VÉLO *mais pas que!*

Une expérience maritime pleine de promesses



DE LA MANCHE À LA MER DU NORD DE ROSCOFF À DUNKERQUE

1 500 KM D'ITINÉRAIRE DE DÉCOUVERTES À VÉLO



UN ITINÉRAIRE PLEIN DE PROMESSES

- | | | | |
|----|---|----|---|
| 1 | L'île de Batz | 18 | Le port d'Arromanches-les-Bains |
| 2 | Le phare de l'île Louët | 19 | Le phare de Ouistreham |
| 3 | Le château du Taureau | 20 | Spiritourisme près d'Honfleur |
| 4 | Cuisiner les algues en baie de Morlaix | 21 | Le Havre |
| 5 | Le phare de la Croix | 22 | Les Falaises d'Étretat |
| 6 | Faire tourner les crêpes | 23 | Le phare d'Ailly |
| 7 | Le Fort la Latte | 24 | La route des fromages |
| 8 | Cap d'Erquy - Cap Fréhel | 25 | Les villas Belle Epoque de Mers-Les-Bains |
| 9 | La Vallée de La Rance | 26 | Le phare de Brighton |
| 10 | Saint-Malo | 27 | La découverte des moules de bouchot |
| 11 | Balades iodées au large de Cancale | 28 | La Baie de Somme |
| 12 | Le phare de la Houle à Cancale | 29 | Le Touquet-Paris-Plage |
| 13 | Le Mont-Saint-Michel et sa baie | 30 | Au rythme de la pêche |
| 14 | La Cité de la Mer à Cherbourg-en-Cotentin | 31 | Le site des Deux-Caps |
| 15 | Le phare de Gatteville | 32 | Le phare de Calais |
| 16 | Les huîtres de Saint-Vaast-la-Hougue | 33 | Le phare de Gravelines |
| 17 | La Tapisserie de Bayeux | 34 | La citadelle Vauban de Gravelines |
| | | 35 | Cuisine et ambiance à la flamande |
| | | 36 | Les Dunes de Flandre |



3 SITES CLASSÉS AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO

- 13 Le Mont-Saint-Michel et sa baie
- 21 Le Havre
- 18 Les plages du Débarquement (candidature en cours)

4 MONUMENTS NATIONAUX

- A Le Cairn de Barnenez
- B La Maison d'Ernest Renan à Tréguier
- C L'Abbaye du Mont-Saint-Michel
- D La Colonne de la Grande Armée à Wimille

3 PLUS BEAUX VILLAGES DE FRANCE

- E Saint-Suliac
- F Barfleur
- G Veules-les-Roses

5 GRANDS SITES DE FRANCE

- 8 Cap d'Erquy - Cap Fréhel
- 22 Les Falaises d'Étretat - Côte d'Albâtre (en projet)
- 28 La Baie de Somme
- 30 Le site des Deux-Caps
- 36 Les Dunes de Flandre (en projet)





PAGE 5	COMMUNIQUÉ DE PRESSE
PAGE 6	PLEINS PHARES SUR L'ITINÉRAIRE
PAGE 8	DES PAYSAGES AUTHENTIQUES NATURELS À COUPER LE SOUFFLE
PAGE 12	LA DÉCOUVERTE DES TRÉSORS DU PATRIMOINE
PAGE 16	DES EXPÉRIENCES ET DES ÉCHANGES AUTOUR DE LA GASTRONOMIE
PAGE 20	DES ÉVÉNEMENTS TOUTE L'ANNÉE

LA VÉLOMARITIME®

UNE EXPÉRIENCE MARITIME PLEINE DE PROMESSES

lode, air pur, phares, plages, falaises... Quand on pédale le long de La Vélomaritime®, la promesse de maritimité est bien au rendez-vous. Mais pas que ! Les 1 500 km de parcours cyclable permettent aussi de découvrir les richesses d'un territoire diversifié qui s'étend de Roscoff, en Bretagne, à Dunkerque, à la frontière belge. Aujourd'hui aménagée à plus de 90%, la partie française de l'EuroVelo 4 promet des moments d'émerveillement au pied des phares, devant les paysages, de découverte culturelle et patrimoniale et des instants de convivialité autour de la gastronomie locale.

OBJECTIF 2021

À ce jour, 93% de l'itinéraire global, dont toute la portion entre Roscoff et Cherbourg-en-Cotentin, sont aménagés et l'objectif est d'inaugurer La Vélomaritime dans sa totalité en 2021. En attendant, des pistes d'alternatives sont à l'étude pour faciliter au maximum le parcours sur les sections non aménagées. Des agences spécialisées dans le voyage à vélo commercialisent déjà La Vélomaritime et développent des idées autour de l'itinéraire.

PLEINS PHARES SUR LA VÉLOMARITIME

De Roscoff au phare du Risban à Dunkerque, l'itinéraire compte plus de 50 phares. On les trouve en mer, sur les îles et les caps, mais également en ville... ou sur des bateaux comme le Sandettie à Dunkerque, transformé en musée. Aujourd'hui, on peut visiter 8 phares, séjourner dans une ancienne maison de gardien ou faire des pauses au pied de ces tours maritimes qui balisent les 1 500 km de La Vélomaritime.

DES PAYSAGES À COUPER LE SOUFFLE

Des caps, des falaises, des dunes, des plages... et la mer à perte de vue. Voici la promesse de l'itinéraire cyclable le plus iodé de France. Le sel et les embruns ont dessiné des paysages uniques et grandioses dont la reconnaissance est aujourd'hui internationale. De Roscoff à Dunkerque, on peut ainsi admirer 5 Grands Sites de France* très différents : l'étendue de la Baie de Somme, les caps découpés d'Erquy et de Fréhel, les Deux-Caps Blanc-Nez et Gris-Nez, les Dunes de Flandres (en projet) et les Falaises d'Étretat, Côte d'Albâtre (en projet).

*Labélisés ou en cours de labélisation

LA DÉCOUVERTE DES TRÉSORS DU PATRIMOINE

3 sites classés au Patrimoine Mondial de l'Unesco, 4 Monuments Nationaux, 3 Plus Beaux Villages de France... La liste des découvertes patrimoniales est impressionnante. Tout au long de l'itinéraire, les merveilles de la nature sont complétées par les prouesses architecturales. Saint-Malo, le Mont-Saint-Michel, la station balnéaire Touquet-Paris-Plage, ou encore les jolis petits ports de pêche... Là encore, un séjour à deux roues sur La Vélomaritime promet des visites riches en histoire et des adresses de charme pour faire une pause et passer des nuits récupératrices.

DES MOMENTS D'ÉCHANGES ET DE CONVIVIALITÉ AUTOUR DE LA GASTRONOMIE

Pédaler sur La Vélomaritime, c'est admirer les paysages et le patrimoine en liberté... mais pas que ! Entre amis, en couple ou en famille, le partage et la convivialité font partie du voyage. Les 1 500 km d'itinéraire promettent des rencontres avec les habitants et des expériences autour des produits locaux. La carte est riche et diversifiée : la cuisine flamande, les huîtres de Cancale, le fromage normand... Les petites adresses locales, les restaurants étoilés, sur l'eau ou les pieds dans l'eau et les visites chez les producteurs permettent de goûter au patrimoine culinaire français.

UN NOUVEL ITINÉRAIRE SUR LE TRACÉ FRANÇAIS DE L'EUROVELO 4

L'EuroVelo 4 est une véloroute européenne qui s'étend de Roscoff, en Bretagne, à Kiev, en Ukraine. Les collectivités françaises impliquées dans son aménagement ont initié une démarche pour structurer les sections françaises et affirmer son positionnement dans l'offre cyclable nationale et européenne. Elles développent aujourd'hui La Vélomaritime® : un itinéraire de la Manche à la Mer du Nord, dans la continuité du Tour de Manche. Avec une part importante de petites routes vallonnées, c'est un itinéraire idéal pour les cyclistes en recherche de défi sportif ou bien en vélo à assistance électrique.



PHARE DE L'ÎLE LOUËT 2

Le phare de l'île Louët est situé sur un îlot rocheux à 350 m des côtes de Carantec. L'ancienne maison du gardien du phare a été rénovée pour accueillir jusqu'à 10 personnes. L'ambiance est à l'écotourisme avec recyclage des déchets et panneaux solaires. Cette immersion sauvage sur l'îlot breton est accessible en bateau et quand la mer monte et que l'on se retrouve seul sur l'île, le dépaysement est garanti !

baiedemorlaix.bzh



PHARE DE LA CROIX 5

En petit groupe, accompagné d'un guide, les kayaks de mer fendent l'onde sur l'estuaire du Trieux, face à l'archipel de Bréhat. C'est l'une des rares et belles manières de débarquer au phare de la Croix. À fleur d'eau, le spectacle est encore plus grandiose. Pour accoster, les premiers arrivés aident joyeusement les suivants. Au pied des 13 m de la tour, la vue sur l'estuaire et l'archipel de la côte de granit rose est exceptionnelle.

tourismebretagne.com



PHARE DE LA HOULE À CANCALE 12

Le phare de la jetée de la Fenêtre, appelé aussi phare de la Houle, n'est plus en service. Il a été remplacé par un ouvrage métallique construit sur l'extrémité de la jetée. Bien qu'il ne se visite pas, on profitera de cette balade pour s'arrêter au marché aux huîtres de Cancale, situé au pied du phare historique. Inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'Unesco cette année, le mollusque est la fierté de la Baie du Mont-Saint-Michel et de nombreux producteurs le servent en direct sur le port, dans les bars à huîtres. Pause gourmande obligatoire !

tourismebretagne.com



PHARE DE GATTEVILLE 15

Ce phare est situé à terre, à 2 km du ravissant port de Barfleur, l'un des " Plus Beaux Villages de France ". Le premier phare étant trop petit pour recevoir les lentilles modernes et trop faible pour pouvoir être exhausé de 32 m, une nouvelle tour a été érigée en 1825. Du haut de ses 75 m, il est le 2^{ème} plus grand phare de France et d'Europe. L'édification de ce cierge de pierre a nécessité 11 000 blocs de granit représentant 7 400 tonnes. Après avoir gravi un escalier de 365 marches éclairé par 52 fenêtres, les visiteurs peuvent admirer la vue sur le Val de Saire et le Cotentin.

phare-de-gatteville.fr



PHARE DE OUISTREHAM

Inauguré en 1905, le phare de Ouistreham est l'un des lieux majeurs de la ville. Du haut de ses 38 m, il offre un panorama incroyable sur le littoral normand. Imposant, en granit bleu de Vire, il est le "gardien de l'estuaire de l'Orne", éclairant à près de 30 km à la ronde. Repère clé pour les marins, c'est également un monument cher aux Ouistrehamais.

caenlamer-tourisme.fr



PHARE D'AILLY

La tour carrée se situe à Sainte-Marguerite-sur-Mer sur la Côte d'Albâtre. Son histoire est riche car depuis plus de 200 ans, trois phares se sont succédés à cet emplacement. L'édifice actuel, mis en service en 1958, atteint 24,50 m et il faut monter 91 marches pour admirer le panorama : des falaises de Saint-Valery-en-Caux à la Baie de Somme.

dieppetourisme.com



PHARE DE BRIGHTON

Certains l'appellent le phare de Cayeux, d'autres le phare de Brighton en référence au nom de la ville anglaise située juste en face. Mesurant presque 32 m, il remplace l'ancien édifice détruit par les Allemands en août 1944. Même s'il ne se visite pas, la balade permet de découvrir les dunes où fleurissent rosiers sauvages, aubépines, prunelliers et argousiers.

tourisme-baiedesomme.fr

PHARE DE CALAIS 32

Original car situé en ville, le phare de Calais est entouré d'habitations. Au sommet de cette tour de briques avec son manchon noir, une fois les 271 marches gravies, se dévoile un panorama à 360° : Calais et son arrière-pays, les installations portuaires, le détroit du Pas-de-Calais et, par temps clair, les falaises blanches de Douvres en Angleterre.

calais-cotedopale.com



PHARE DE GRAVELINES 33

À quelques kilomètres de Dunkerque, la station balnéaire de Gravelines accueille un géant de 29 m de haut. Après avoir gravi ses 116 marches, on peut profiter d'une vue à 360° sur Gravelines et ses environs. Le phare de Petit-Fort-Philippe était considéré par son dernier gardien comme "son coin de paradis". Au rez-de-chaussée, son ancien logement se visite.

dunkerque-tourisme.fr





L'île de Batz 1

Douceur de vivre en Bretagne

À seulement 15 minutes de traversée en bateau au départ de Roscoff, le dépaysement est total. La charmante île de Batz séduit avec ses magnifiques sentiers côtiers menant à de nombreuses plages. Au trou du serpent, le paysage est sauvage avec d'imposants rochers de granit. Après la traversée du cœur agricole de l'île, on fait une pause à l'anse de Pors Kernoc, mouillage de la flottille de pêche, avant d'aller visiter le jardin Georges Delaselle, où le climat a permis à plus de 2 500 plantes exotiques de s'adapter parfaitement à la douceur de vivre sur l'île.

roscoff-tourisme.com

La Vallée de La Rance 9

Entre terre et mer

On choisira cet itinéraire pour une balade à deux roues de 3 heures entre Saint-Malo et Dinard, en empruntant le Pont Saint-Hubert. Remonter ou descendre la Rance à vélo promet une succession de paysages calmes et bucoliques. Petites criques boisées, point de vue spectaculaire au Mont Garrot, moulins à marées, pêcheries, malouinières d'anciens corsaires ou d'armateurs malouins et ravissants petits villages de pêcheurs s'enchaînent au bord du fleuve. De nombreuses petites adresses gastronomiques les pieds dans l'eau, ou dans le village de Saint-Suliac, classé "Plus Beaux Villages de France", permettent de faire une pause.

lavelomaritime.fr



© E. Berthier

Cap d'Erquy - Cap Fréhel 8

Un paysage exceptionnel préservé

Avec son alternance de pointes rocheuses de grès rose, d'anses sableuses d'eaux turquoise et de points de vue vertigineux, le Grand Site Cap d'Erquy - Cap Fréhel est l'un des sites les plus emblématiques de Bretagne. En 2019, il est devenu officiellement le 19ème Grand Site de France. Du Cap d'Erquy et son va-et-vient de bateaux dans le port, jusqu'au Cap Fréhel et ses falaises hautes de 70 mètres, on découvre un espace naturel époustoufflant. On profitera d'une halte pour visiter le phare du Cap Fréhel, l'un des 50 phares répartis sur l'itinéraire de La Vélomaritime. Classé site Natura 2000, le Grand Site Cap d'Erquy - Cap Fréhel s'étend sur 600 hectares de paysages multicolores : le vert de la lande, le rose des falaises et le vert émeraude de la mer.

grandsite-capserquyfrehel.com



© E. Berthier

La Baie du Mont-Saint-Michel 13

Plus grandes marées d'Europe

Le Mont-Saint-Michel et sa baie sont classés au Patrimoine Mondial de l'Unesco depuis 1979. Ici, le spectacle naturel est permanent : un paysage maritime magnifique, un patchwork de polders, des alignements mytilicoles et surtout des marées détenant le record d'Europe avec 14 m d'amplitude. Dès que le coefficient dépasse 110, le Mont redevient une île, l'espace de quelques heures. En 2020, avec un coef de 117, le jeudi 9 avril est une date à retenir ! A marée basse et toujours accompagné, traverser la Baie à pied est aussi une expérience inoubliable.

manchetourisme.com



Vestiges du port artificiel d'Arromanches-les-Bains 18

Regard sur l'histoire

Entre Longues-sur-Mer et Arromanches-les-Bains, on peut admirer les vestiges du port artificiel d'Arromanches-les-Bains. Les structures de béton que l'on aperçoit font la taille d'un immeuble de six étages. Aujourd'hui, il n'en reste plus qu'une vingtaine et en 1944 ces pontons formaient une digue de 8 km. Afin de protéger le port artificiel, les pièces ont été acheminées par voie de mer dès le lendemain du 6 juin 1944. Ainsi, Arromanches fut le site le plus actif de l'été 44 pour acheminer le matériel et les hommes participant à la Bataille de Normandie.

velo.calvados.fr

Les falaises d'Étretat 22

Symbole et fierté du littoral normand

Le paysage littoral d'Étretat, grandiose et inoubliable en toute saison, est célèbre dans le monde entier. À gauche de la plage de galets s'étire la falaise d'Aval avec son arche monumentale, la porte d'Aval. L'Aiguille, haute de 51 m, se dresse un peu plus loin, isolée dans les flots. La chapelle du haut de la falaise d'amont veille sur cette baie qui a inspiré les plus grands artistes. La craie blanche qui se révèle au soleil offre un spectacle impressionnant à ne pas manquer.

lehavretourisme.com





La Baie de Somme 28

L'une des plus belles baies du monde

Labéllisé “ Grand Site de France ”, la Baie de Somme est devenue l'une des destinations préférées des Européens en quête de tourisme 100% nature. Ses atouts ? 70 km² de magnifiques lumières et paysages, une nature sauvage préservée et un flot d'authenticités. Les paysages donnent une impression de bout du monde. La Baie de Somme, c'est aussi un haut lieu de l'ornithologie avec le Parc du Marquenterre, situé au cœur d'une réserve naturelle nationale, où vivent plus de 250 espèces d'oiseaux, 90 couples de Spatules blanches, près de 130 phoques gris et 400 veaux marins.

baiedesomme.fr

Le site des Deux-Caps 31

Couleurs et lumières particulières

Site emblématique du Pas-de-Calais au Nord de Boulogne, le site des Deux-Caps est labéllisé “ Grand Site de France ” depuis 2011. Une reconnaissance nationale pour cet ensemble paysager qui s'étend sur près de 23 km. Caps Gris Nez et Blanc-Nez, dune de Slack, pointe aux Oies... Le lieu se distingue par la diversité de ses paysages et de ses milieux. À la beauté des paysages préservés s'ajoute la diversité du patrimoine bâti. Fort Vauban d'Ambleteuse, clocher Art déco d'Audinghen, maison de pêcheurs d'Audresselles ou villas balnéaires de Wimereux, chaque commune possède son propre caractère. La Maison du Site des Deux-Caps propose des activités nature de découverte (location de vélos, marche nordique...).

lesdeuxcaps.fr



© E. Berthier

Les Dunes de Flandre 36

Entre Histoire & Nature

Les Dunes de Flandre s'étendent sur 15 km de littoral, de Dunkerque - Malo-les-Bains à Bray-Dunes à la frontière Belge. Ici, la mer, le sable, les dunes dominent les autres éléments. De nombreuses espèces animales comme le phoque veau-marin, le triton crêté, le goéland argenté évoluent dans un milieu naturel préservé. A marée basse, les épaves des bateaux, vestiges de l'Opération Dynamo, refont surface, et les blockhaus qui émergent des dunes, rappellent qu'en ces lieux, s'est fait l'Histoire. “ Grand Site de France ” en projet, l'objectif est de valoriser les vestiges militaires de la Seconde Guerre Mondiale, tout en assurant la préservation des espaces naturels sensibles de ce site remarquable.

grandsite-dunesdeflandre.com



© Dunkerque Dunes de Flandre

IDÉES SÉJOURS

On pédale !



Les Caps d'Erquy et de Fréhel

On longe les plages de sable fin, traversant une incroyable mosaïque de milieux naturels avant d'atteindre les falaises d'Erquy et de Fréhel en vélo à assistance électrique (VAE). Les falaises de grès roses, la mer émeraude et la lande couverte de bruyères et d'ajoncs composent le tableau. Après l'effort, le réconfort ! Florence sait accueillir ses hôtes aux Bruyères d'Erquy et les conseille sur les incontournables de la région. On complète ainsi la sortie en vélo par une séance au spa et des dîners délicieux à base de produits naturels et locaux comme les coquilles Saint-Jacques pendant la saison (d'octobre à avril). En soirée, rencontres, discussions et jeux s'improvisent dans le confortable salon.

tourismebretagne.com

À partir de 188 € - Séjour de 3 jours



Omaha, Utah, Gold, Juno, Sword

Depuis Bayeux, on rejoint à bicyclette les principales Plages du Débarquement et on découvre une région à jamais marquée par les événements du 6 juin 1944. Elles s'appellent Omaha Beach, Juno Beach, Gold Beach, Sword Beach, Utah Beach. Elles ont toutes vu débarquer des milliers de jeunes soldats des forces alliées américaines, anglaises, canadiennes...

Une halte dans les nombreux musées permet de mieux comprendre les enjeux de cette opération militaire et les moyens mis à disposition. Les cimetières militaires, qu'ils soient américains, canadiens ou allemands témoignent de l'ampleur et de la violence des combats. Sans oublier une visite à Sainte-Mère-Église et son célèbre clocher. Ce parcours de 6 jours entre terre et mer est chargé d'histoire, de la conquête de l'Angleterre de 1066 à la libération de 1945.

abicyclette-voyages.com - À partir de 795 €



La Baie de Somme

On séjourne pendant 3 jours dans un petit château pour découvrir les merveilles de la Baie de Somme grâce à 3 boucles. Départ de Noyelles-sur-Mer, en direction de Saint-Valery-sur-Somme pour débiter le séjour ! On continue à rouler vers Cayeux et Le Hourdel, de l'autre côté de la Baie, où la surprise est au rendez-vous si les phoques montrent leur nez. Le deuxième jour, les vélos sont embarqués à bord du train de la Baie pour se rendre au Crotoy. Quelques coups de pédales le long du marais de la Bassée avant d'arriver au Parc du Marquenterre, un lieu privilégié pour observer les oiseaux. La troisième boucle permet d'explorer la forêt de Crécy et ses arbres extraordinaires. Tous les soirs, c'est repos au château ! Échange et convivialité décrivent l'ambiance familiale de cet hébergement situé au milieu d'un parc arboré.

levelovoyageur.com

À partir de 349 €



Le château du Taureau 3

À l'assaut du fort !

Vigie de la Baie de Morlaix et fort à la mer, le château du Taureau est un incontournable de La Vélomaritime. Accompagné d'un guide, on quitte le continent en bateau depuis Carantec ou Plougasnou pour prendre le fort d'assaut. Initialement défensif pour protéger Morlaix des Anglais, le fort a peu à peu changé d'usage. Désarmé, réquisitionné en temps de guerre, lieu de fêtes et de loisirs, la visite commentée permet de découvrir toute son histoire. Encore un petit effort pour atteindre la terrasse qui offre une vue sur toute la baie : Carantec, l'entrée de la rivière, les îlots de la réserve ornithologique, le Cairn de Barnenez et Plougasnou... le panorama est grandiose !

baiedemorlaix.bzh

Le Fort la Latte 7

Vaisseau majestueux

Dominant la mer, le château de La Roche Goyon date du 14^{ème} et surplombe majestueusement la mer. Ce château fort construit au bout d'un îlot rocheux, séparé par 2 crevasses est uniquement franchissable par des pont-levis... Remarquable par sa situation tel un vaisseau de grès rose, le site a servi de décor à de nombreux films comme " Les Vikings ", dans lequel Tony Curtis et Kirk Douglas s'y sont violemment affrontés. On grimpera au sommet du donjon pour découvrir un panorama à 360° jusqu'à Saint-Malo.

Ouvert d'avril à octobre, pendant les vacances scolaires et les week-ends en basse saison.

castlelalatte.com



© G. Lecuiller

Saint-Malo 10

La cité corsaire

Lieu d'histoire et de légendes, berceau d'illustres personnages, Saint-Malo doit sa célébrité à son extraordinaire passé maritime et à son patrimoine unique. Nombreux sont ceux qui partent à l'assaut de ses remparts pour en découvrir bastions, portes, tours et échauguettes. Au-dessus de la plage de l'Éventail, le château construit par les ducs de Bretagne semble défier la mer. C'est le point de départ idéal pour un tour de remparts. Cette balade offre une vue sur le port d'abord, puis sur la baie et ses îlots fortifiés, entre le Cap Fréhel et la Pointe de la Varde. C'est aussi l'un des meilleurs spots pour observer le spectacle grandiose des grandes marées. À marée basse, on rejoint à pied le Fort National et celui du Petit-Bé ainsi que l'île du Grand-Bé pour un hommage au plus grand des romantiques, Chateaubriand, dont la tombe est là, comme une avancée sur l'océan.

saint-malo-tourisme.com



© E. Berthier

La Cité de la Mer 14

Gare Maritime Transatlantique

Inaugurée le 30 juillet 1933 à Cherbourg, cette splendeur Art déco devient la plus grande Gare Maritime Transatlantique du monde et la plus vaste construction de France après le Château de Versailles. Taillée pour accueillir les plus grands paquebots de l'époque, "Notre Dame des Queens" abrite un Hall des Transatlantiques de 280 m de long par 42 m de large. Installée depuis 2002 dans une partie de ce monument, la Cité de la Mer est aujourd'hui un vaste complexe touristique, permettant au public de s'interroger sur les océans et leur avenir, avec le nouvel espace "l'Océan du futur".

citedelamer.com



La Tapisserie de Bayeux 17

70 m d'histoire brodée

Malgré son nom, la Tapisserie de Bayeux est une broderie ! Cette œuvre d'art est le premier des manuscrits parmi les collections conservées à la bibliothèque municipale de la ville de Bayeux. Tel un ouvrage historique, elle raconte sur près de 70 m de long le récit de la conquête de l'Angleterre en l'an 1066 par Guillaume, duc de Normandie. Le document est une source d'information fondamentale pour la connaissance des modes de vie au Moyen Âge et au 11^{ème} siècle. Classée au registre Mémoire du Monde de l'Unesco, la découverte de la Tapisserie de Bayeux est un incontournable de l'itinéraire cyclable.

bayeuxmuseum.com

Le Havre 21

Ville surprenante tournée vers la mer

Rebâtie par l'architecte Auguste Perret, inscrite au Patrimoine Mondial de l'Unesco en 2005, Le Havre incarne la réussite de la reconstruction d'après-guerre. Le centre-ville, reconstruit par le poète du béton donne un caractère unique à la ville. Véritable lieu d'inspiration, Le Havre a vu naître le mouvement impressionniste avec la toile "Impression, soleil levant" de Claude Monet et continue de séduire le cinéma. Aérée, lumineuse et dynamique, la Cité Océane surprend toujours par l'ambiance qu'elle dégage.

lehavretourisme.com





Les villas Belle Époque 25

Témoins du charme de Mers-les-Bains

Fièrement incrustées sur le front de mer, les superbes demeures des “bains de mer” de Mers-les-Bains sont les témoins de la coquetterie du 19^{ème} et début 20^{ème} siècles. Mers-les-Bains dont le front de mer, les rues adjacentes et le centre-ville sont classés en secteur sauvegardé depuis 1986, compte plus de 300 édifices de charme. Au pied des falaises, les premières constructions de style Néo-classique datent de 1874. Elles prospèrent ensuite sur le front de mer avec un style Art Nouveau mettant l'accent sur la charpenterie des oriel et le décor. Villas doubles, triples avec cabochons, bow-windows, loggias fleurissent dans la station balnéaire.

destination-letreport-mers.fr

Le Touquet-Paris-Plage 29

L'architecture balnéaire

Située à l'embouchure de la Canche, l'élégante station balnéaire doit sa création et son développement à deux hommes : le Français Jean-Baptiste Daloz et le Britannique John Whitley. Style néo-classique, art déco, néo-médiéval ou anglo-normand, depuis 1912, les architectes ont redoublé d'imagination. Lors d'un séjour sur La Vélomaritime, en se baladant au Touquet à vélo, on découvre les somptueuses villas et monuments remarquables de la ville, dont 16 sont classés Monuments Historiques. L'office de tourisme propose des visites guidées pour enrichir la découverte de repères historiques et d'anecdotes. Lors du séjour, on en profitera pour visiter le phare de la Canche, l'un des édifices emblématiques de l'itinéraire cyclable.

letouquet.com



© AS. Flament

La Citadelle de Gravelines 34

Une étoile fortifiée signée Vauban

Située à l'embouchure du fleuve l'Aa, dans un cadre naturel exceptionnel, Gravelines est un site unique entre eau douce et eau salée. Le centre historique de la ville est entouré par des fortifications Vauban et des remparts construits en forme d'étoile. Tout autour, les douves sont navigables : canoë, barques à rames, bateaux pédales et barques électriques s'y croisent dans une ambiance calme et conviviale. L'étoile de Gravelines a conservé intacte son enceinte bastionnée où se mêlent la végétation et les vieilles pierres. La fortification, classée Monument Historique dans le périmètre de sa très belle Porte aux Boules, est patiemment restaurée depuis les années 1980. On en profite pour aller visiter le phare de Gravelines (page 7), à quelques coups de pédales du centre.

dunkerque-tourisme.fr



© Ville-de-Gravelines

IDÉES SÉJOURS

On pédale !



© A. Lamoureux

Le patrimoine de la Côte de Granit Rose

Depuis Lannion, on rejoint à vélo la Côte de Granit Rose par le village de Perros-Guirec. Arrivé au pied du phare de Ploumanac'h, le spectacle des blocs de granit rose peut alors commencer ! En continuant plus à l'Est, le rose se retire petit à petit et laisse place à la côte d'ajoncs avant d'atteindre la " Petite Cité de Caractère " de Tréguier. On succombe ensuite au charme des ports de pêches historiques de Bretagne. C'est par celui de Paimpol, bordé de belles maisons en pierres, que se termine ce circuit riche en patrimoine. De 3 à 7 jours, ce séjour se compose à la carte avec possibilité d'ajouter des excursions aux Sept-Îles ou encore une journée sur l'île de Bréhat !

abicyclette-voyages.com

À partir de 385 €



© CDT76-V.Rustuel

La route des peintres

Les peintres ne s'attachent pas à une région par hasard. En Normandie, ce ne sont pas seulement quelques peintres qui en sont tombés amoureux, mais tout un mouvement ! Entre les nuances bleues grises de la Manche au grès des nuages, les falaises de craie blanche d'Étretat, le torchis ocre des façades des maisons et les fleurs abondantes qui les décorent, la Côte d'Albâtre est bien plus colorée que le néophyte ne se l'imagine. Les Impressionnistes avaient là une inépuisable source d'inspiration... La Normandie à vélo, entre la Côte d'Albâtre et le pays de Caux, c'est une alternance de petites routes perdues en bord de mer, de jolis ports de pêche et de villages au charme fou. Étretat bien sûr, mais aussi Fécamp ou Veulettes-sur-Mer sont au programme.

velorizons.com

À partir de 195€



© J.L. Burnod

L'Opération Dynamo

Du 26 mai au 4 juin 1940, Dunkerque fut le théâtre de la plus grande opération d'évacuation militaire de tous les temps : 338 000 soldats alliés ont réussi à s'échapper du " camp retranché de Dunkerque ", à bord d'une flotte de plus de 800 bateaux. Lieu de mémoire de la Seconde Guerre Mondiale, le Fort des Dunes est un bel exemple de fortification en plein cœur des Dunes de Flandre. Au fil d'une escapade à vélo, on découvre les sites qui rappellent la Bataille de Dunkerque et l'Opération Dynamo : le port (la jetée Est et l'embarcadere), le centre-ville de Dunkerque, les plages, le little ship " Princess Elizabeth ", le Musée Dunkerque 1940 ou encore les cimetières militaires.

dunkerque-tourisme.fr



Cuisine des algues 4

Cueillette en Baie de Morlaix

On se laisse guider par Régine Quéva, auteure et experte du sujet, pour apprendre à reconnaître, cueillir et déguster les fameux légumes de la mer. Rendez-vous à Carantec, Locquirec ou Trévou-Tréguignec, pour une sortie en bord de mer à la découverte des algues sur l'estran. Une fois le panier bien rempli, l'atelier culinaire peut débuter. On élabore en toute simplicité et convivialité des recettes équilibrées et faciles à refaire au quotidien, pour faire le plein de vitamines et d'oligo-éléments.

Expérience culinaire d'avril à septembre. 10 € la sortie algues de 2h et 30 € la sortie avec l'atelier cuisine.

reginequeva.fr

Tourner les crêpes 6

Qui va faire la plus belle ?

Direction la " Crêperie du Port " à Saint-Quay-Portrieux, où Géraldine propose une petite leçon sur le traditionnel billig. Elle enseigne le tour de main bien particulier qui permet de faire tourner la pâte sur la plaque de fonte. Après quelques essais, promis tout le monde sera fier d'avoir réussi sa propre galette. Après l'effort, le réconfort : la crêpière célèbre le mariage de la galette de blé noir et de la crêpe. Quel talent ! Toute la finesse d'une galette dentelle ! Et pour les crêpes, le procédé est le même, il suffit de troquer la pâte de sarrasin par une bonne pâte à crêpe légèrement sucrée.

tourismebretagne.com

Sur réservation à partir de 21 €



Balades iodées 11

Dans la baie du Mont-Saint-Michel

On pose les vélos à Port-Mer à Cancale et on embarque à bord de l'Ausquémé, un voilier traditionnel breton. Jérôme, le capitaine, aime partager ses passions pour la voile et la cuisine à travers 3 balades gourmandes. Barbecue, pique-nique ou apéro, chacun trouvera la formule qui lui convient. Il entraîne les passagers à la découverte des produits locaux comme les huîtres de Cancale, récemment inscrites au Patrimoine mondial immatériel de l'Unesco et sublime ses dégustations par les mélanges d'épices du chef cancalais Olivier Roellinger. L'expérience permet aussi de participer à la manœuvre du bateau en plein cœur de la baie du Mont-Saint-Michel.

Sur réservation - À partir de 65 €

baladesiodees.com



Les huîtres de Normandie 16

Un petit goût de noisette

La Manche se classe au 1^{er} rang des départements conchylicoles de France, avec 32 000 tonnes d'huîtres et de moules récoltées par an. L'huître de Saint-Vaast-la-Hougue (élu village préféré des Français 2019), iodée et charnue vient du plus ancien bassin ostréicole de la région. Une fête de l'huître a lieu le week-end du 14 juillet. Elle est organisée par l'association " Saint-Vaast ", qui entend promouvoir la production ostréicole du bassin de Saint-Vaast-la-Hougue.

Le restaurant Le Panoramique situé à la Pernelle propose un cours de cuisine autour de l'huître au tarif de 50 € par personne.

normandiefraicheurmer.fr

le-panoramique.fr



© E. Hertault - CDT50



© V. Rustuel - Calvados Attractivité

Spiritourisme au Manoir d'Apréval* 20

Transformation des pommes du Calvados

Surplombant l'estuaire de la Seine, le Manoir d'Apréval s'étire en pente douce entre terre et mer. La production familiale a été achetée au début du 20^{ème} siècle. Transformée en production cidricole, la distillerie est dirigée aujourd'hui par la petite fille du premier propriétaire, Agathe Letellier. À partir de 17 variétés de pommes cultivées en agriculture biologique, elle produit sur place des jus de pommes " pur jus ", du cidre, du Calvados du Pays d'Auge, du pommeau de Normandie et du vinaigre de cidre.

apreval.com

* L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

La route des fromages 24

Appellation d'Origine Protégée

La Normandie est réputée pour ses fromages. Une route du fromage a récemment été créée et permet de découvrir les secrets des 4 fromages phares de la région (le Camembert, le Livarot, le Neufchâtel et le Pont-L'Évêque). Tout au long de la partie normande de La Vélomaritime, on découvre ainsi le savoir-faire des producteurs à travers les visites et la dégustation des produits, dans les restaurants ou directement chez les fabricants.

routedesfromagesdenormandie.fr



© SMA-H-Zanoli



Découverte des bouchots 27

L'or noir de la Baie

Avec Norwoé-découvertes, ce n'est pas la Baie de Somme des guides touristiques ou des reportages télévisés que l'on découvre ! C'est une immersion dans la Baie, avec les personnes qui y habitent et y travaillent. À Bassieu, Odile, amoureuse de sa région, propose une balade captivante au cœur d'une concession conchylicole à la découverte d'une activité traditionnelle : la mytiliculture, et d'un emblème de la Baie de Somme : la moule de Bouchot. Cette sortie s'effectue à marée basse et révèle tous les secrets sur la culture de ce coquillage.

norwoe-decouvertes.com

Au rythme de la pêche 30

On ne peut pas faire plus frais !

Chaque jour, les pêcheurs de la Côte d'Opale sont au rendez-vous dans leurs aubettes (étals de poissons) sur les ports de Calais et Boulogne-sur-Mer pour proposer leurs poissons fraîchement débarqués. À Étaples-sur-Mer, Cité des Pêcheurs, le poisson est roi ! Au restaurant Aux Pêcheurs d'Étaples, sur les étals, dans les nombreuses halles de poisson et sur le quai du port, le poisson est omniprésent.

Pour compléter l'expérience, le centre de découverte de la pêche en mer Maréis propose une découverte originale du métier de marin pêcheur ainsi que des cours de cuisine avec les produits de la pêche locale.

mareis.fr



© E. Berthier

Cuisine et ambiance à la flamande 35

Parcours culinaire à Dunkerque

Entre terre et mer, on déguste la cuisine savoureuse et chaleureuse des restaurants de la Cité corsaire. Dans l'ambiance à part des estaminets, les spécialités flamandes comme la carbonade, le potjevleesch ou le waterzoi réchauffent le cœur. À La Cambuse, dans le quartier de la Citadelle, il n'est donc pas rare de pousser les tables pour danser !

Et pour déguster les produits de la mer - crevettes fraîches (seules ou en croquettes) ou moules-frites avec une bonne bière du Nord bien sûr - direction la digue de Malo-les-Bains, où les nombreux restaurants permettent de profiter du grand large, à perte de vue !

la-cambuse-dunkerque.fr

bistrot-plage-dunkerque.fr



© Shutterstock bastiaan image

IDÉES SÉJOURS

On pédale !



La Bretagne gourmande

De Plougasnou à Roscoff, 3 jours d'escapade permettent de découvrir un concentré des spécialités bretonnes. Le séjour débute par une mise en bouche iodée à Térénez, à l'image de La Vélomaritime ; visite d'un chantier ostréicole et dégustation d'huîtres. Rechargé en énergie, on remonte en selle cap à l'ouest. Et les pauses gourmandes sont nombreuses. Le long de l'itinéraire, on peut ainsi déguster des galettes complètes à la tome des Monts d'Arrée à la Crêperie Ty Bihan, rapporter du kig ha farz de la conserverie La Chikolodenn, découvrir la production de Légumes Project et participer à la fête de l'oignon à Roscoff (22 & 23 août) ! Le séjour se termine par une dernière pause iodée à base d'algues chez Algoplus à Roscoff qui récolte et transforme sur place les légumes des mers.

tourismebretagne.com



Balade sur-mesure en Normandie

En fonction des envies et des produits de saison, La Petite Reine prépare des séjours sur mesure aux gastronomes à deux roues. Le seul objectif étant de se régaler pendant une journée de vélo et de découvrir les richesses gastronomiques de la Normandie. On varie les saveurs en passant du bord de mer à la campagne pour des accords terre-mer. Salées, sucrées, boissons non alcoolisées, pendant 6 heures, on pédale de visites en visites et de dégustations en dégustations. On part de Bayeux pour cette balade gustative adaptée aux goûts de chacun.

Tarif : 149 € par personne avec le VAE, les visites et dégustations et un guide.

petitereinenormandie.fr



La Côte d'Opale gastronomique

On peut opter pour un séjour haut de gamme avec le programme proposé par l'hôtel 4 étoiles Atlantic à Wimereux. Après avoir dépensé ses calories pendant la journée à la découverte des paysages de la Côte d'Opale, on retrouve le confort des chambres aux grandes baies vitrées donnant sur la mer. Pour profiter encore plus pleinement du littoral, certaines bénéficient même d'un balcon ou d'une terrasse.

Le séjour gourmand comprend une nuit et un menu gourmand au restaurant gastronomique " La Liégeoise ". On ne perd pas la mer de vue depuis la salle du restaurant où l'on déguste des produits de la mer sublimés par de subtiles associations de saveurs et une maîtrise parfaite de la préparation et de la cuisson.

À partir de 404 € pour 2 personnes
atlantic-delpierre.secretbox.fr



Festival Art Rock Saint-Brieuc 29 - 31 mai

Le festival Art Rock donne chaque année le coup d'envoi de la saison des festivals bretons et fait vibrer Saint-Brieuc pendant 3 jours et 3 nuits. Ce rendez-vous est aussi gastronomique avec le festival Rock'n Toques organisé au cœur de l'événement musical : découverte de plats audacieux à base de produits locaux et de saison et cuisinés sur place.

artrock.org

Festival Étonnants Voyageurs Saint-Malo 30 mai - 1^{er} juin

Direction la Bretagne et plus précisément Saint-Malo, à l'occasion de l'un des grands rendez-vous culturels du printemps : le festival Étonnants Voyageurs. Un festival international qui rassemble des auteurs et des artistes venus des quatre coins du monde. À travers leurs livres et autour de rencontres, de séances de dédicaces et de conférences, ils partagent avec le public leur passion des mots, des histoires, des langues, et des rencontres.

Depuis 30 ans, les " petits-enfants de Stevenson et de Conrad " ont pris la bonne habitude de se retrouver aux pieds des remparts. Volant au gré des humeurs vagabondes et des semelles de vent, le festival Étonnants Voyageurs propose chaque année, à la Pentecôte, une grande aventure littéraire.

tourisembretagne.com



Les Traversées Tatihou Saint-Vaast-la-Hougue 12 - 23 août

C'est à pied, à marée basse qu'on se rend sur l'île Tatihou, site d'exception pour un rendez-vous musical unique, qui mixe les musiques traditionnelles et du monde. Le temps des grandes marées du mois d'août, on fait le plein d'iode, d'embruns et de musiques vagabondes. Les orteils dans le sable, les oreilles grandes ouvertes.

tatihou.manche.fr

Normandie Impressionniste

3 avril - 6 septembre

La “couleur au jour le jour” est le thème du Festival qui aborde les transformations de la société, liées aux grandes révolutions industrielles du 19^{ème} siècle, bouleversant le quotidien et l’expression des peintres impressionnistes. La programmation 2020 mêle Impressionnisme et Art contemporain avec une cinquantaine d’expositions, des conférences et des spectacles.

normandie-impressionniste.fr



Les Voiles de Légende

Dunkerque

6 - 9 août

Du 6 au 9 août 2020, Dunkerque sera la dernière étape de la Tall Ships Race. L’édition 2020 prendra son départ à Lisbonne (Portugal), effectuera deux escales en Espagne, à Cadix puis à La Corogne, avant de rejoindre la Mer du Nord. Plusieurs dizaines des plus grands voiliers du monde et quelques 2 000 marins venus des quatre coins du globe ont rendez-vous à Dunkerque. À cette occasion, l’agglomération et son port célèbreront la mer et le monde maritime.

Au programme de ces quatre jours d’exception, des visites de grands voiliers et bateaux traditionnels, des sorties en mer, des villages thématiques, des concerts, feux d’artifice et animations musicales sur les quais, des expositions et de nombreuses animations pour tous.

lesvoilesdelegende2020.fr

Rencontres Internationales de Cerfs-Volants

Berck-sur-Mer

11 -19 avril

Pendant une semaine, papillons, pieuvres géantes, marionnettes aériennes, oiseaux multicolores envahissent le ciel de Berck-sur-Mer ! Les Rencontres Internationales de cerfs-volants proposent aussi de nombreuses animations gratuites : ateliers de construction, initiation par l’école de pilotage... 500 000 visiteurs s’y déplacent chaque année !

cerf-volant-berck.com



CONTACT PRESSE

Marie-Julie Gouniot

Tél : 06 43 05 62 90

mariejulie@mariejuliegouniot.com

Espace presse La Vélomaritime - lavelomaritime.fr

Un projet collectif

La Vélomaritime® est un projet porté par 15 collectivités territoriales et leurs institutions touristiques. Ensemble, ils ont constitué un comité d'itinéraire fin 2018, qu'ils soutiennent financièrement et techniquement, dont Calvados Attractivité est chef de file. Ils travaillent collectivement à la mise en place d'un plan d'actions ambitieux pour les 5 prochaines années (2019-2023). L'itinéraire est soutenu par Vélo & Territoires, Coordinateur du réseau national cyclable.



LAVELOMARITIME.FR



LE VÉLO
mais pas que!

Photos de couverture : Phare de Saint Valéry en Caux - crédit : E. Berthier. Falaises d'Étretat - crédit : SMA-H.Zangl. Moules frites - crédit : AS. Flament. Le Mont-Saint-Michel - crédit : B. Ghio World Else / CDT50.