

CYCLOTOURISME

Par Nicolas MOREAU-DELACOUIS

INFOS ET RENDEZ-VOUS

DIMANCHE 23 SEPTEMBRE

Tour des Flandres Charentaises

Inspiré de la célèbre classique belge, ce parcours très costaud propose de gravir 17 côtes en 100 bornes sur les rebords des vallées d'Argentor et de Son-Sonnette à l'est de Ruffec (Charente). Longues de 300 à 3700 mètres ces côtes peuvent atteindre jusqu'à 22% sur des revêtements très irréguliers s'apparentant aux pavés avec au final 990 mètres de dénivellation. Variantes de 80, 50 ou 30km. Départ à partir de 7h30 depuis Saint-Sulpice-de-Ruffec entre Aunac et Champagne-Mouton. Tarif 3€ Ufolep, 4€ pour les autres.

Contact : Étoile cycliste Taizé-Aizie. 05 45 22 40 11 ou 06 19 81 30 41. <http://classiques-cyclos-charente-poitvine.blogspot.com>

Week-End dans le Perche

Au cœur de l'Orne, découvrez les paysages boisés et verdoyants du Perche et du Pays d'Alençon, mais aussi le lac du Mêle-sur-Sarthe, la cité pittoresque de Montagne-au-Perche, le magnifique village fleuri de La Chapelle-Montigeon. Tarif 89€ (2 jours et 1 nuit) en chambre d'hôtes (3 épis) avec raps, goûter et topo-guide.

Contact : Loisirs Accueil Orne. 02 33 28 07 00. www.normandie-weekend.com et www.ornetourisme.com

Véloroute Est Creuse

Entre Berry, Combraille et Plateau de Millevaches ce nouvel itinéraire d'environ 140km traverse un patrimoine naturel et culturel remarquable comme le pays de George Sand, l'abbatiale de Chambon-sur-Voueize, Eaux-les-Bains, l'étang des Nautes, les tapisseries d'Aubusson, le lac de Vassivière. Jalonné de panneaux, cette véloroute comporte 8 relais d'informations et de services, 14 aires d'arrêt et de repos, ainsi qu'un relais rando vélo. À combiner avec le Cycloguide de 15 circuits de tous niveaux.

Contact : Agence de Développement et Réservation Touristiques de la Creuse. 05 55 51 93 23. www.tourismecreuse.com

L'Allier sur 2 Roues

Avec pour capitale Moulins, cet attachant et méconnu département auvergnat se découvre en 24 parcours oscillant entre 37 et 72km, sur les voies vertes, ou bien encore sur les vélorails de la Sioule (Mayet d'École) et du Bourbonnais (Noyant d'Allier). Contact : Comité de tourisme de l'Allier. 04 70 46 81 50. www.allier-tourisme.com

LIBRAIRIE

Sur les Chemins de Compostelle

La Voie du Puy à vélo

Depuis le Moyen Age, les pèlerins affluent en Espagne. Le vélo est un moyen alternatif au lent cheminement pédestre. Ce parcours est découpé en 16 étapes se déroule majoritairement sur des routes goudronnées, avec en cas de portions de pistes ou de sentiers un itinéraire routier alternatif. Pour suivre au plus près l'itinéraire mythique historique le choix d'un VTC équipé de pneus robustes est recommandé. Du Puy-en-Velay (Haute-Loire) à Saint-Jean-Pied-de-Port (Pyrénées-Atlantiques) ce volume détaille ainsi 728 kilomètres de la Via Podiensis avec des escales à Nasbinals, Estaing, Conques, Figeac, Cahors, Lectoure. En annexe figure les adresses et renseignements utiles.

Contact : La Voie du Puy à vélo de Marie-Hélène et Pierre Costes. 160 pages, 147 photos, 46 cartes. Format 122 x 220mm. Prix 16€. Editions Ouest-France. 02 99 32 58 27 ou 02 99 32 58 23. www.editionsouestfrance.fr



LIBRAIRIE

Entretenir son vélo

Soigner et réparer sa précieuse machine ne s'improvise pas. Par l'image et le texte, ce manuel très pratique détaille pas à pas de façon très claire tout ce qu'il faut savoir sur l'entretien, la transmission, les vitesses, les roues et pneus, la direction, les freins aussi bien pour la route que pour le vtt. Avec en outre les astuces des pros de la mécanique pour éviter les erreurs.

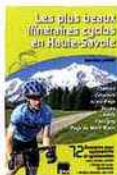
Contact : Entretenir son vélo de Guy Andrews et Danny Bird. 160 pages et 580 photos. Format 215 x 285mm. Prix 14,90€. Editions Eyrolles. 01 44 41 11 74. www.editions-eyrolles.com



LIBRAIRIE

Les plus beaux itinéraires cyclo en Haute-Savoie

Après le succès de son ouvrage consacré à la Savoie, Jean-Marc Lamory présente ici 72 itinéraires en Haute-Savoie. Destiné aussi bien aux cycloportifs qu'aux cyclotouristes on y découvre des itinéraires routiers tracés dans le Chablais, le Genevois, l'Avant-Pays, les Bornes, les Aravis, le Faucigny et le Pays du Mont-Blanc à travers une quinzaine de secteurs. Les distances oscillent entre 20 et



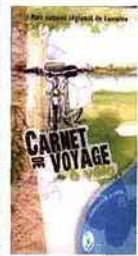
103,5km et la dénivellation entre 118 et 1832m. Très illustré ce guide comporte des cartes et des profils et le détail précis des pentes des 43 cols. En annexe figurent les clubs, cycloportives et offices de tourisme de la région. Sans oublier 72 fiches résumant les étapes, à emporter à vélo.

Contact : Les plus beaux itinéraires cyclo en Haute-Savoie de Jean-Marc Lamory. 256 pages, 46 cartes, 359 photos, 43 profils. Format 165 x 242mm. Prix 24,50€. Editions Gap. 04 79 33 02 70. www.editions-gap.fr

Parc naturel régional de Lorraine Guide de Balades à vélo

Ces 20 boucles de découverte se déclinent en 16 parcours routiers et 4 itinéraires VTT. Présenté sous forme de guide à spirale de 56 pages, on y trouve l'essentiel des informations pratiques et touristiques avec des zooms sur les animaux familiers des lieux dans un univers d'étangs, de vignes et de collines forestières. Tarif

3€ Le Parc édite également un carnet de voyage à vélo décrivant deux circuits (Côté Ouest 295km en 7 étapes et Côté Est 195km en 4 étapes). Tarif 5€. Contact : Maison du Parc naturel régional de Lorraine. 03 83 81 67 67. www.pnr-lorraine.com



Auberge des VoyaJoueurs

C'est à l'orée de la forêt de Brocéliande (Morbihan) au bord de l'étang du Chaperon Rouge, entre Guer et Malestroit, que se trouve cet hébergement insolite. En effet pas moins de 400 jeux des 5 continents sont à disposition pour prolonger l'ambiance des sorties vélo. Une incroyable variété d'hier et d'aujourd'hui de tous styles à disputer dedans ou dehors. L'auberge dispose d'une dizaine de chambres, d'un local et d'une aire de nettoyage les vélos, d'un service de lavage et de séchage des vêtements, d'un acheminement depuis les gares de Rennes, Vannes et Redon.

Contact : Auberge des VoyaJoueurs à Monteneuf. 02 97 93 22 18. www.auberge-des-voyajoueurs.com

La Bretagne à Vélo en 10 Idées

De Roscoff à Nantes avec la Véloodyssée, les 4 circuits du Pays d'Iroise, la voie verte Rennes/Saint-Malo, le Cap d'Erquy, la Vallée du Blavet, les 4000 sentiers VTT des Côtes d'Armor, le Vélo-Rail de Merdréac, Train + Vélo à Paimpol et Quiberon, des séjours clés en main avec Open Eyes et Travelling Experience.

Contact : Comité régional de tourisme de Bretagne. 02 99 28 44 30. www.tourismebretagne.com