

La Vélodyssée de Nantes à La Rochelle La Côte Atlantique à vélo

Hébergement en hôtels version Sélection ou Haut de Gamme
8 jours 7 nuits dont 6 jours de vélo

Formule : Vélo en liberté

Niveau 2.5/3



©La Vélodyssée – Aurélie Stapf

8 jours inoubliables de la Loire à l'Océan

Au départ de Nantes jusqu'à La Rochelle, découvrez la Loire jusqu'à son estuaire et La Vélodyssée à vélo.

Puis sur vos VTC, l'Océan Atlantique et les marais pour compagnons, vous filez plein Sud vers la Pointe St Gildas et sa corniche, le beau village de Pornic et les plages Vendéennes. Roulez à votre rythme en vélo sur de jolies pistes cyclables et routes à faible circulation, entre criques sauvages, dunes, plages de sable fin, falaises déchiquetées, forêts, marais salants, canaux et polders. N'oubliez pas non plus de reprendre des forces avec des crêpes, des poissons de Loire, des biscuits ou des huitres, il y en a pour tous les goûts ! Les tours du port de La Rochelle sont en vue et concluent ce joli séjour de la Loire à l'Océan !

POINTS FORTS :

- Circulation sur la plus longue véloroute de France : La Vélodyssée
- Les paysages variés pour horizon : la Corniche, les plages, les pinèdes, les marais, les canaux
- Les stations balnéaires renommées du littoral Atlantique
- Les spécialités gastronomiques
- L'arrivée en beauté à La Rochelle

PROGRAMME

Jour 1 : Arrivée à Nantes

Journée libre dans la ville. La Cité des Ducs vous accueille et vous séduit par ses multiples facettes architecturale, culturelle, historique... Ne manquez pas de vous perdre sur ses quais, d'aller saluer le fameux Eléphant de l'Île des Machines, de flâner dans ses passages couverts et dans le quartier médiéval Bouffay. Le château des Ducs de Bretagne et la cathédrale méritent aussi le coup d'œil... Nuit à Nantes en hôtel, en B&B.

Jour 2 : De Nantes à St Brévin : 59 km

C'est parti, vous enfourchez votre vélo et gardez la Loire pour fil rouge de cette étape vous menant à l'Atlantique ! En rive droite, vous longez les quais et profitez de jolis points de vue sur l'île de Nantes et son port sur la Loire. A Couëron, vous embarquez sur le bac du Pellerin pour changer de rive et ainsi rejoindre le joli Canal de la Martinière. Avec le pont de St Nazaire en point de mire, vous rejoignez l'estuaire de la Loire et virez plein Sud vers les rivages de l'Océan Atlantique. Nuit à St Brévin en hôtel, en B&B.

Jour 3 : De St Brévin à Bouin : 67 km par la superbe Pointe St Gildas Possibilité de raccourci en passant par les terres, soit -13km : 54 km

Cette jolie étape, longeant majoritairement la côte sur sa première partie, fait la part belle aux jolies plages et criques plus sauvages de la Côte de Jade. Ne manquez pas l'arrêt à la biscuiterie de St Michel Chef-Chef, pour déguster ses fameuses galettes. Les pêcheries, la Pointe St Gildas, Préfailles et le très joli port de Pornic rythment votre avancée. Vous quittez ensuite le Pays de Retz pour entrer en Vendée et roulez dans les marais et les polders de la Baie de Bourgneuf. Nuit à Bouin en hôtel, en B&B.

Jour 4 : De Bouin à St Jean de Monts : 53 km

L'itinéraire se faufile entre marais et polders, au cœur du Marais Breton Vendéen. Ne manquez pas un petit détour vers le passage du Gois (+6 km A/R), chaussée submersible reliant l'Île de Noirmoutier au continent et utilisable uniquement à marée basse. Vous reliez ensuite la côte de Lumière et ses plages vendéennes par une jolie piste cyclable derrière la dune, dans la forêt de pins pour arriver en douceur à St Jean de Monts. Nuit en hôtel en B&B.

Jour 5 : De St Jean de Monts aux Sables d'Olonne : 54 km

Jolie étape alternant piste cyclable dans la forêt ou en front de mer le long de la Corniche Vendéenne. Entre Sion et St Gilles Croix de Vie, les vues sont superbes et méritent l'arrêt photo : Trou du Diable, rochers des Cinq Pineaux, feu de Grosse Terre. Vous filez ensuite entre bocage et littoral vendéen vers les Sables d'Olonne, point de départ de la fameuse course transatlantique, le Vendée Globe. Nuit en B&B en hôtel.

Jour 6 : Des Sables d'Olonne à L'Aiguillon : 53 km

Vous quittez les jolies villas du front de mer Sablais pour longer la côte tourmentée et vous enfoncer ensuite dans les marais puis dans la jolie forêt de Longeville. Ici, les plages sont réputées pour leurs vagues et vous pourrez admirer le spectacle des surfeurs lors d'une pause bien méritée. Nuit à L'Aiguillon, en B&B en hôtel.

Jour 7 : De L'Aiguillon à La Rochelle : 63 km

Ultime étape de ce beau séjour, vous quittez la Vendée pour la Charente Maritime. Le Marais Poitevin est tout proche et cela se voit. 2 possibilités aujourd'hui : une superbe piste surplombant les falaises du Perthuis Breton et longeant la Baie de L'Aiguillon vous amène à La Rochelle ou vous suivez l'agréable Canal de Marans pour rejoindre la ville Blanche. Les tours du Port de La Rochelle sont en vue, ses terrasses de café vous attendent pour un rafraîchissement bien mérité, vous êtes arrivés ! Nuit à La Rochelle, en B&B en hôtel.

Jour 8 : La Rochelle.

Fin du séjour après le petit déjeuner. N'hésitez pas à prolonger votre séjour par une petite excursion sur l'Île de Ré, paradis des cyclistes.

Pour les groupes constitués, nous adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande.

Contactez-nous !

PENDANT VOTRE SÉJOUR

ENCADREMENT :

Vélo en liberté :

Equipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné et topoguide détaillé, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe. Vous vous laissez guider par les indications préparées avec soin, pour un maximum de précision.

PORTAGE DES BAGAGES :

Vous ne portez que les affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. Merci de prévoir 1 bagage par personne, de maximum 15kg/bagage.

VOTRE HÉBERGEMENT :

Nuits en chambre double en hôtels et/ou chambres d'hôtes.

En formule Bed and Breakfast (nuit et petit déjeuner inclus)

Nous avons sélectionné nos hébergements pour leur qualité d'accueil et de confort : afin d'en profiter, merci de réserver le plus tôt possible.

Vous avez la possibilité de choisir votre catégorie d'hébergement :

- **Version hôtels Sélection** : vous dormez dans des chambres confortables de 2 à 3 personnes en hôtels ou chambres d'hôtes, de catégorie ** ou ***. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée. (Option chambre individuelle - Voir tarifs sur notre site)

Nuit supplémentaire en B&B, version sélection à Nantes ou La Rochelle : nous consulter

- **Version hôtels Haut de Gamme** : nous avons sélectionné nos hébergements pour la qualité de leur accueil et de leur confort dans la catégorie charme et caractère haut de gamme *** ou **** ou ***** selon disponibilités. Les places sont très limitées, afin d'en profiter nous vous invitons à réserver le plus tôt possible. Vous dormez dans des chambres de 2 personnes haut de gamme en hôtels avec sanitaires et salle de bain privées. Les draps et serviettes sont fournis.

A l'Aiguillon, peu de possibilités d'hébergements : nous vous réserverons donc un hotel 2* (ou 3* selon disponibilités), en chambre supérieure si possible.

Nuit supplémentaire en B&B, version haut de gamme à Nantes ou La Rochelle : nous consulter

LA NOURRITURE :

Les pique-niques et dîners ne sont pas prévus.

Pour chaque étape, nous proposons une liste non exhaustive de restaurants de catégories différentes avec leurs coordonnées.

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

Départ libre à partir de 2 personnes.

AVANT VOTRE DÉPART

TARIFS :

Voir tarifs sur notre site Internet

S'INSCRIRE :

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com Tél +33(0)5 61 65 20 93 ou +33(0)6 81 53 77 75
--

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Paieiment du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

FORMALITÉS :

- Carte d'identité en cours de validité
- Assurance rapatriement conseillée

NIVEAU : 2.5/3

Vous avez une bonne condition physique et pratiquez régulièrement le vélo sur de longues distances. Étapes de 51.5 à 63 km par jour. Très bon revêtement des pistes cyclables, routes à faible circulation. Pas de dénivelé.

PÉRIODE :

D'avril à octobre. Avec supplément pour les départs en juillet – aout.

DÉPART ET RENDEZ-VOUS : Arrivée à Nantes (44)

Comment y aller :

En voiture : Autoroutes A11 ou A83

En train : Gare SNCF De Nantes

En avion : Aéroport de Nantes Atlantique puis navette aéroport vers le centre-ville.

LE PRIX COMPREND :

- La réservation des hébergements selon la formule choisie (Sélection ou Haut de Gamme) par le client, en formule B&B (nuit et petit déjeuner fourni, diner libre non inclus)
- Le topoguide avec extraits de cartes officiels La Véloodyssée
- Le transport quotidien de bagages : 1 bagage par personne, de maxi 15 kg
- Les frais d'organisation et de logistique
- L'assistance téléphonique LaRébenne en cas d'urgence

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les dîners et les pique-niques,
- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants),
- Les vélos,
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Le retour à Nantes depuis La Rochelle (hwww.sncf-connect.com),
- Les entrées dans les sites touristiques,
- Le stationnement,
- Les assurances.

OPTIONS :

- Location de vélo + matériel,
- Nuit d'hébergement supplémentaire avant ou après le séjour,
- Prolonger le séjour sur l'Île de Ré.

Voir tarifs sur le site Internet ou nous consulter.

ASSURANCES :

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

Forfait n° 1 : La Multirisques

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Forfait n° 2 : Annulation

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :
<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

MATÉRIEL CONSEILLÉ À EMPORTER (liste non-exhaustive) :

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

2 sacs : 1 petit sac de selle ou de guidon, environ 10L pour mettre les affaires de la demi-journée, téléphone, appareil photo et vêtement de pluie, etc...

1 un sac de voyage transporté par le véhicule.

VTT OU VTC

Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant dans l'emmener sur ce parcours :

> Bien vérifier que le groupe en mouvement plateaux et nombre de dents est bien adapté au circuit et à vous.

> Un compteur vélo bien réglé

> Un porte carte vélo

> Les pneus sont bien gonflés et en bon état

> Les câbles et la chaîne sont en bon état

> Les éléments de transmission sont propres et huilés

> Les roues sont bien serrées

> Les freins sont en bon état (usure)

> Le jeu de direction a été vérifié

Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé...

MATERIEL DE REPARATION

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours avec soi le matériel de base du cycliste :

> 1 pneus + 2 chambres

> Une pompe

> Des démonte-pneus

> Un outil multiple

> Une petite pince

> Un dérive chaîne

En plus de ça, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans celle-ci vous mettrez :

> Un câble de frein (AV et AR)

> Gaines de câble

> Rayons de rechange

> Un câble de dérailleur

> De l'huile pour la chaîne

> Un chiffon

> Un antivol

EQUIPEMENT

> Un casque de vélo (obligatoire !) + Bonnet et bandeau

> Des gants de vélo

> Des lunettes

> Un cuissard long et court

> T-shirt respirant (éviter le coton)

> Maillot

SAC A DOS JOURNEE

Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :

> Une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (3L/jour/personne minimum)

> Des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs, etc.)

> Le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)

> Un coupe-vent (imperméable)

> De la crème solaire (+ protection pour les lèvres)

> Du papier toilette et un briquet

> Une pharmacie (voir ci-dessous)

> Votre téléphone portable

PIQUE-NIQUE (NON COMPRIS)

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

> Une boîte en plastique hermétique avec initiales marqués sur couvercle et boîte + élastiques larges

> Des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

SAC DE VOYAGE = 1 PAR PERSONNE DE MAXI 15KG

Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. A condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- >Un sac à viande (pour les séjours en gîte)
- >Des vêtements de rechange
- >Une paire de chaussures légères pour le soir
- >Un gros pull ou une veste polaire
- >Une trousse de toilette avec une serviette

PHARMACIE

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours. Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle. Voici une liste du minimum à emporter sur soi :

- >Répulsif contre les insectes
- >Du désinfectant et des bandes de gaze
- >Du sparadrap
- >De la crème de protection pour les fesses
- >Vos médicaments personnels
- >Des pastilles micropur (désinfectant pour l'eau)
- >Une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.

BIBLIOGRAPHIE :

La Côte Atlantique à vélo, éditions Chamina, collection grands itinéraires à vélo

www.lavelodysee.com

L'Atlantique en roue libre, éditions Ouest France

APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Vous pouvez nous contacter par :

- Téléphone : 05.61.65.20.93
- Portable 06.81.53.77.75
- Mail : contact@larebenne.com
- Courrier : 1 place du 8 Mai 1945 - 09000 FOIX