

LE CANAL DES 2 MERS à vélo

DE L'ATLANTIQUE À LA MÉDITERRANÉE

Us, coutumes et RÈGLES DE BONNE CONDUITE

Chassez le naturel, il revient à vélo !

- ✓ D'un "Bonjour!", les promeneurs tu honoreras
- ✓ D'un signe de la main, les plaisanciers du canal tu saluerais
- ✓ A la croisée des autres usagers, ta vitesse tu réduiras
- ✓ D'un coup de sonnette, tu t'identifieras
- ✓ Le code de la route, tu appliquerás
- ✓ Sur les écluses, tu ne monteras
- ✓ Dans l'eau du canal ou de l'estuaire, tu ne te baigneras
- ✓ Tes déchets, dans les conteneurs tu jetteras
- ✓ La flore sauvage, tu ne cueilleras pas
- ✓ L'accent du Sud tu n'imiteras pas !

Flashez-moi
et découvrez :La liste
des offices
de tourismeTous les musées et
lieux d'exposition
incontournablesLa liste des plus
belles maisons
éclusièresLes jours
de marché

TOP 10

Les incontournables de l'itinéraire

- 1 Comprendre toute l'ingéniosité d'un système hydraulique des plus extraordinaires de l'ère moderne et les nombreux ouvrages d'art (écluses, ponts canaux, aqueducs, épanchoirs, tunnels ...)
- 2 Admirer ce corridor écologique qui accueille de nombreuses espèces animales et végétales
- 3 Se faire inviter pour l'apéro à bord d'une péniche ou bien opter pour une dégustation dans un domaine viticole
- 4 Participer aux nombreuses fêtes de village et festivals sur l'itinéraire
- 5 Profiter des lieux d'exposition, ateliers d'artistes street art, artisans d'art et brocantes sur l'itinéraire
- 6 Déambuler dans les ruelles pittoresques des nombreux villages de charme
- 7 Déjeuner sur la terrasse d'une guinguette à la décoration soignée
- 8 Dormir dans un hébergement insolite (maison éclusière, cabane perchée, roulotte, ...)
- 9 Disputer une partie de pétanque avec les meilleurs aficionados
- 10 Profiter d'une sieste à l'ombre des pins et des platanes, berçé par le son hypnotique de l'eau s'écoulant des écluses

Légende :

- Tronçons aménagés "Le Canal des 2 Mers à Vélo" (V80)
- Tronçons en cours d'aménagement "Le Canal des 2 Mers à Vélo" (V80)
- Itinéraires connectés
- Itinéraires connectés en cours d'aménagement
- Euroloroutes : La Vélodyssée (EV1), La Scandibérique (EV3), La Méditerranée à Vélo (EV8), ViaRhône (EV17)
- Véloroutes : Vallée de la Baise à vélo (V82), Trans-Garonne (V83), Vélocitanie (V84), Vallée du Tarn-Causses-Sud Cévennes (V85), La Vagabonde (V87)
- Gares ferroviaires principales
- Sites Unesco

LE CANAL DES 2 MERS à vélo

DE L'ATLANTIQUE À LA MÉDITERRANÉE

Estuaire de la Gironde - Canal de Garonne
Canal du Midi et de la Robine

Pour aller plus loin

- Véloguides :
- Routard Le Canal des 2 Mers à Vélo
 - Ouest France Le Canal des 2 Mers à Vélo
 - Chamina Le Canal des 2 Mers à Vélo
 - Rando édition De Royan à Toulouse à vélo - Le Canal des 2 mers
 - 2 pieds 2 roues - Bordeaux à Toulouse
 - 2 pieds 2 roues Canal du Midi à vélo - De Toulouse à Sète
 - Atlas France Chamina Voies Vertes et Véloroutes
 - Guides numériques : www.canalfrance.com :
 - Le Canal du Midi et ses Rigolets, le Canal de Jonction et de la Robine
 - Le Canal de Garonne, la Garonne et l'estuaire de la Gironde
- Liste non exhaustive



Nouvelle-Aquitaine Tourisme - www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com
 Tourisme Occitanie - www.tourisme-occitanie.com
 Charente Tourisme - www.infiniment-charentes.com
 Gironde Tourisme - www.gironde-tourisme.fr
 Lot-et-Garonne Tourisme - www.tourisme-lotetgaronne.com
 Tarn et Garonne Tourisme - www.tourisme-tarnetgaronne.fr
 Haute-Garonne Tourisme - www.hautegaronnetourisme.com
 Aude Tourisme - www.audetourisme.com
 Hérault Tourisme - www.herault-tourisme.com
 Voies Navigables de France - www.canal-du-midi.com

FICHE IDENTITÉ



750 Km de Royan à Sète
7 départements Charente-Maritime, Gironde, Lot-et-Garonne, Tarn-et-Garonne, Haute-Garonne, Aude, Hérault
2 routes Nouvelle-Aquitaine et Occitanie
6 tronçons = 30 étapes
Prés de 10 jours (hors visites)
10 sites UNESCO
7 zones naturelles protégées

Un itinéraire à déguster

L'ESTUAIRE DE LA GIRONDE DE ROYAN À BORDEAUX

Pineau des Charentes, Cognac (du Pays Royannais) et de Haute-Saintonge), vin charentais IGP, Grands vins du Médoc, Margaux, Moulis, Blaye Côtes de Bordeaux, Côtes de Bourg, Caviar de St-Seurin-d'Uzet, Asperges du Blayais, Cannelé de Bordeaux...

LE CANAL DE GARONNE DE BORDEAUX À AGEN

Lamproie, AOC Entre-Deux-Mers, AOC Bordeaux, AOC Côte du Marmandais, AOC Buzet, fraises Label Rouge (Barrigouette, Ciflorette, Charlotte et Marigouette), IGP Tomates de Marmagne, foie gras du Sud-Ouest...

LE CANAL DE GARONNE D'AGEN À TOULOUSE

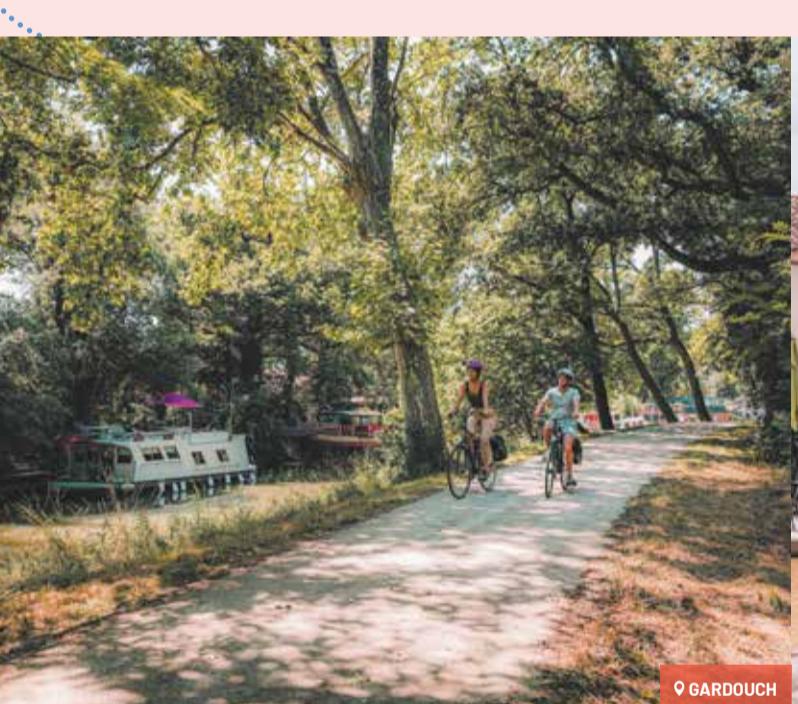
Coteaux et Terrasses de Montauban IGP Comté Tolosan, Vin AOP Fronton, IGP Pruneaux d'Agen, chasselas de Moissac AOP, blanc de Lomagne IGP...

LE CANAL DU MIDI DE TOULOUSE À CARCASSONNE

AOP Cabardès, Saucisse de Toulouse, Cassoulet de Toulouse, Castelnau-d'Armagnac et Truffe du Cabardès...

LE CANAL DU MIDI DE CARCASSONNE AU SOMAIL

AOP Minervois, AOC Saint-Chinian, AOC Picpoul de Pinet, AOP Lucques du Languedoc (colives) et huile d'olive. Huile et huile de Bouzigues, tielle de Sète...



LE CANAL DU MIDI * De Toulouse à Carcassonne >100 KM

Ce tronçon entraîne les cyclistes dans la fabuleuse histoire du canal du Midi conçu au XVII^e siècle pour relier la Garonne à la Méditerranée. Depuis la ville rose, ce périple enchanteur invite à suivre la voie d'eau à l'ombre de platanes séculaires où veillent des péniches colorées aux résidents bienveillants.

Les écluses adoptent une curieuse forme arrondie, on compte parmi les curiosités celle de « La Nègra » à Montesquieu-Lauragais avec son petit port et de sa chapelle et des haltes aux charmes bucoliques ; Gardouch, Port-Lauragais et le Hameau du Ségala pour une pause gourmande.

Le Seuil de Nauroze marque la ligne de partage des eaux, point haut du canal du Midi. D'écluses en écluses, le chemin de halage bordé de champs de tournesol conduit au cœur du Lauragais jusqu'au Grand Bassin de Castelnau-d'Armagnac, capitale du cassoulet !

Quelques coups de pédales plus loin se profile Bram, village médiéval en « circulade », puis la majestueuse Cité de Carcassonne, classée au patrimoine mondial de l'Unesco.

*Pour plus de confort, il est conseillé d'envisager des vélos avec suspension et pneus anti-crevaison sur ce secteur.

RELIER L'ATLANTIQUE À LA MÉDITERRANÉE, UN RÊVE FOU ?

Pas pour les bâtisseurs du passé, qui ont su transcender les reliefs et les obstacles afin de donner naissance aux emblématiques voies navigables que sont le canal de Garonne et le canal du Midi.

Avec un départ placé sous le signe de l'océan atlantique à Royan et un final sur la côte méditerranéenne à Sète, l'itinéraire de 750 km se découpe en 3 grands chapitres au dénivélation bienveillante.

Le premier est le stimulant estuaire de la Gironde, le plus grand d'Europe Occidentale. Le second est l'œuvre de Jean-Baptiste de Baudre, le canal de Garonne. Le troisième, œuvre de Pierre-Paul Riquet, est l'historique canal du Midi et de la Robine inscrit au patrimoine mondial de l'Humanité par l'Unesco.

Baignées de soleil et d'une atmosphère délicieusement sereine, ces balades regorgent de pépites culturelles, patrimoniales et gastronomiques. La revigorante côte littorale atlantique est formée de plages, de falaises et de collines que l'on défile pour voir défilé forêts de pins, vignobles, marais et paysages champêtres. C'est lorsque les pinèdes, garrigues, vignobles méditerranéens et autres oliviers commencent à s'installer dans un paysage de plus en plus sablonneux, que l'on devine la mer Méditerranée toute proche.

Chaque détour invite à tomber sous le charme de coquettes maisons éclusières devenues guinguettes, à flâner au cœur d'une bastide entre les étals d'un marché coloré et d'aller à la rencontre des femmes et des hommes à l'accent chantant qui ont façonné et façonnent encore le Canal.

Le Canal des 2 Mers à vélo® promet une échappée inoubliable au fil de l'eau à la découverte de trésors de l'histoire du Sud-Ouest et du Midi.

LE CANAL DU MIDI DE CARCASSONNE AU SOMAIL

AOP Minervois et Corbières, Huile d'olive et olives Lucques...

LE CANAL DU MIDI D'AUDE À SÈTE

AOP Minervois, AOC Saint-Chinian, AOC Picpoul de Pinet, AOP Lucques du Languedoc (colives) et huile d'olive. Huile et huile de Bouzigues, tielle de Sète...



RELIER L'ATLANTIQUE À LA MÉDITERRANÉE, UN RÊVE FOU ?

Pas pour les bâtisseurs du passé, qui ont su transcender les reliefs et les obstacles afin de donner naissance aux emblématiques voies navigables que sont le canal de Garonne et le canal du Midi.

Avec un départ placé sous le signe de l'océan atlantique à Royan et un final sur la côte méditerranéenne à Sète, l'itinéraire de 750 km se découpe en 3 grands chapitres au dénivélation bienveillante.

Le premier est le stimulant estuaire de la Gironde, le plus grand d'Europe Occidentale. Le second est l'œuvre de Jean-Baptiste de Baudre, le canal de Garonne. Le troisième, œuvre de Pierre-Paul Riquet, est l'historique canal du Midi et de la Robine inscrit au patrimoine mondial de l'Humanité par l'Unesco.

Baignées de soleil et d'une atmosphère délicieusement sereine, ces balades regorgent de pépites culturelles, patrimoniales et gastronomiques. La revigorante côte littorale atlantique est formée de plages, de falaises et de collines que l'on défile pour voir défilé forêts de pins, vignobles, marais et paysages champêtres. C'est lorsque les pinèdes, garrigues, vignobles méditerranéens et autres oliviers commencent à s'installer dans un paysage de plus en plus sablonneux, que l'on devine la mer Méditerranée toute proche.

Chaque détour invite à tomber sous le charme de coquettes maisons éclusières devenues guinguettes, à flâner au cœur d'une bastide entre les étals d'un marché coloré et d'aller à la rencontre des femmes et des hommes à l'accent chantant qui ont façonné et façonnent encore le Canal.

Le Canal des 2 Mers à vélo® promet une échappée inoubliable au fil de l'eau à la découverte de trésors de l'histoire du Sud-Ouest et du Midi.

LE CANAL DU MIDI DE CARCASSONNE AU SOMAIL

AOP Minervois et Corbières, Huile d'olive et olives Lucques...

LE CANAL DU MIDI D'AUDE À SÈTE

AOP Minervois, AOC Saint-Chinian, AOC Picpoul de Pinet, AOP Lucques du Languedoc (colives) et huile d'olive. Huile et huile de Bouzigues, tielle de Sète...



L'ESTUAIRE DE LA GIRONDE De Royan à Bordeaux

>160 KM

Commencez cette étape par un voyage dans les années 50 à Royan, Ville d'Art et Histoire, puis empruntez la belle piste cyclable qui longe la plage fin et qui permet de voir au loin le phare de Cordouan. A Saint-Georges-de-Didonne, la forêt de Suzac laisse place aux falaises calcaires avec ses carrelets et grottes troglodytiques de Meschers-sur-Gironde. En quelques coups de pédale, découvrez Talmont-sur-Gironde, un des Plus Beaux Villages de France, surplombant l'estuaire de la Gironde. Continuez en direction de Mortagne-sur-Gironde, avec son patrimoine médiéval et son port. Enfin, la dernière étape charentaise, l'échappée Nature de Vitrezay, avec 900 hectares d'espaces naturels, vous propose d'admirer la faune et la flore locales.

Arrivée à Blaye et après avoir pris le temps de visiter la Citadelle de Blaye, site majeur inscrit sur la liste UNESCO au Patrimoine Mondial de l'Humanité, deux possibilités s'offrent à vous pour rejoindre Bordeaux : soit par le bac qui traverse l'estuaire de la Gironde et permet de découvrir une partie de la Route du Vin du Médoc avec ses châteaux, ou alors de longer l'estuaire de la Gironde sur sa rive droite jusqu'à Bourg, puis la Dordogne jusqu'à Cubzac-les-Ponts. Le Pont Eiffel fait le lien avec la Métropole bordelaise.



LE CANAL DE GARONNE De Bordeaux à Agen

>152 KM

Bordeaux, cité inscrite au patrimoine mondial de l'Humanité par l'UNESCO, donne avec brio le départ de ce tronçon. La Garonne franchie, l'Entre-deux-mers se traverse dans un océan de vignes. Une petite route permet ensuite de relier Sauveterre-de-Guyenne et La Réole, ville d'art et d'histoire. Le parcours cyclable file ensuite le long du Canal de Garonne, en Lot-et-Garonne, où l'on réserve bien des surprises à commencer par la vue époustouflante sur la vallée depuis le terre de village de Meilhan-sur-Garonne. Pour comprendre le fleuve, une halte s'impose un peu plus loin à Fous de Garonne, un site touristique unique en son genre. Après cette étonnante découverte, on pédale à l'ombre des platanes jusqu'à Mas d'Agenais qui recèle dans son église romane un authentique trésor : un tableau de Rembrandt "Le Christ en Croix". L'itinéraire gâte les plus gourmands : tomates de Marmande, fraises, vins du Marmandais et de Buzet, sans oublier les fameux pruneaux d'Agen, une belle variété de produits qu'on déguste sur les nombreux marchés de producteurs comme celui de Damazan. L'arrivée dans la capitale du pruneau se fait par son superbe pont-canal sur la Garonne, deuxième plus long de France !



LE CANAL DE GARONNE D'Agen à Toulouse

>135 KM

Ce tronçon offre des joyaux architecturaux, techniques et naturels tels que le pont-canal d'Agen et le pont-canal du Cacor, l'abbatiale St Pierre à Moissac inscrite au patrimoine mondial par l'Unesco, sans oublier la fameuse pente d'eau de Montech ou l'espace naturel de la confluence du Tarn et de la Garonne.



Sous la voûte verte des platanes, où règne calme et sérénité, l'itinéraire mène vers des villages pittoresques, portes et haltes nautiques, terrasses de maisons éclusières devenues restaurant comme L'Orguste, le Bistrot Constant et offrant des plaisirs gastronomiques tels que le délicieux chasselas de Moissac qui ont fait la réputation du Sud-Ouest !

A rythme des écluses, promeneurs, cyclistes et bateaux de tourisme se côtoient. Certains s'aventurent non loin de l'itinéraire vers Avillar, classé parmi les Plus Beaux Villages de France, Montauban, Ville d'art et d'histoire ou Saint-Nicolas de la Grave et sa réserve ornithologique.

Vous entrez en Haute-Garonne où les coteaux du vignoble de Fronton séduisent les amateurs de vins. L'arrivée à Toulouse marque la fin du Canal de Garonne et ouvre vers le canal du Midi.

LES BONS TUYAUX avant le départ !

- ✓ Apprenez à démonter une roue et changer une chambre à air !
- ✓ Profitez des nombreuses gares le long de l'itinéraire pour organiser votre séjour, vos étapes et votre retour ... sans voiture !
- ✓ Louez un vélo en one-way, de nombreux prestataires proposent de restituer les montures dans les stations de location le long du parcours.
- ✓ Allégez vos déplacements en organisant le transfert de vos bagages par des prestataires spécialisés (Bagafrance, Bicybags...).
- ✓ Profitez du service de conciergerie en dépôt de bagages et recharge de téléphone proposé par certains Offices de Tourisme, vous laissant ainsi toute la liberté de découvrir les pépites de leur territoire.
- ✓ Optez pour des hébergements touristiques labellisés « Accueil Vélo® » jalonnant l'itinéraire et proposant des équipements et services adaptés. L'assurance de ne manquer de rien à chaque fois que vous poserez le pied ! **Les établissements touristiques labellisés** et les Offices de Tourisme « Accueil Vélo® » proposent également, en cas d'avarie, du matériel et des kits de réparation.
- ✓ Profitez des équipements sanitaires (WC, douches, points d'eau potable ...) sur l'itinéraire, certaines capitaineries proposent également ces services aux cyclotouristes (Laverie, espace détente, poste PC, Wi-Fi).

La Marque Accueil Vélo :

Choisir des hébergements, sites de visite et autres établissements labellisés « Accueil Vélo », c'est la **garantie de pouvoir bénéficier d'un accueil approprié, d'informations pratiques, d'équipements et de services dédiés spécifiquement aux voyageurs à vélo** (abris vélos sécurisé, kits de réparation, transfert de bagages...) à moins de 5 km de l'itinéraire.



Flashez-moi et retrouvez tous les établissements sur votre itinéraire



Prêt pour l'aventure ?

Planifiez (juste un petit peu) **chacune des étapes selon votre intérêt** et surtout improvisez en allant là où bon vous semble, 15, 40 ou 60 km...

Peu importe les distances parcourues, prenez le temps de punctuer votre circuit de **belles rencontres** qui n'auront pas de prix et laissez place à l'inattendu ! Les **habitants** dont les accents et les **histoires** invitent au **dépaysement**, autant que les **payages traversés**.

Laissez vous surprendre par un **patrimoine caché**, de bonnes adresses à dégoter en allant **city break** et **échappée nature** en deux coups de pédale !

Vivez des **instants uniques en duo, en famille, entre amis** ! Vous ne manquerez jamais d'essence mais aurez toujours besoin de carburant... Les territoires traversés ne manqueront pas de stations gourmandes afin de les remédier.

De retour à la maison, fier du défi accompli, des kilomètres parcourus et des moments vécus, partagez votre expérience sur :

@canal_des_2_mers_a_velo
@Canal des 2 Mers à Vélo
#canaldes2mersvelo

CHOISISSEZ VOTRE TYPE DE VÉLO pour une expérience réussie

L'ESTUAIRE DE LA GIRONDE au CANAL DU MIDI DE ROYAN au SEUIL de NAUROUZE

Tout type de vélo : Vélo Tout Terrain (VTT - VTTAE), Vélo Tout Chemin (VTC), Vélo à Assistance Électrique (VAE), Gravel, Tandem, Vélocouché et Handbike.

LE CANAL DU MIDI

DU SEUIL DE NAUROUZE à PORT-LA-NOUVELLE

DU SEUIL DE NAUROUZE à SÈTE

Recommandés VTC / Vélo à Assistance Électrique (VAE) avec suspensions et pneus anti-crevaison, Gravel, Vélo Tout Terrain (VTT - VTTAE). Dans l'Aude et l'Hérault les pistes cyclables sont en cours d'aménagement mais certaines portions peuvent être plus « sportives » et alternent avec des sentiers plus rocallieux, en terre battue et parfois riches en racines. Remorques et vélos couchés sont