

Les 5 plus beaux itinéraires vélo en France



Et pourquoi pas découvrir notre splendide **France**, au travers de beaux **itinéraires vélo** ? « Un esprit sain dans un corps sain », passe par une activité physique régulière. Certes la course à pieds est fortement recommandée, tout comme la marche rapide ou la natation. Mais, le **vélo** est aussi un excellent moyen de faire un peu de sport au grand air.

Les vacances à bicyclette

Durant l'année, entre le travail, le sport des enfants et la vie sociale, c'est une course quotidienne. Les congés sont souvent l'occasion de faire des activités différentes. Depuis quelques années, l'engouement pour les **vacances à vélo** va croissant (voir l'infographie ci-dessous). Petits et grands y trouvent leur compte, pour peu que l'on ait un minimum préparé son programme avant. Pour vous aider, voici quelques **itinéraires vélo**, à faire en solo ou en famille.



5 des plus beaux itinéraires vélo en France

Notre beau pays vallonné ou parfois accidenté ne nous permet pas de trouver des parcours faciles partout. Toutefois, de nombreux **beaux itinéraires vélo** existent, pour les passionnés de vignobles, de nature, de patrimoine et de lacs.

Partir à la découverte de l'île de Ré

L'île de Ré, bénéficie d'un climat agréable toute l'année. C'est un gros atout pour prévoir votre séjour sur place. De plus, elle est très bien achalandée en pistes cyclables. Vous découvrirez les marais salants, les charmants villages, le bord de mer. Les promenades sont de distance raisonnable, accessibles à tous, totalement sécurisées et sans dénivelé. Un choix idéal pour les familles avec des enfants. Version courte ou version plus longue de 90 kms.

Admirer les châteaux des bords de Loire

Chambord, Blois, Cheverny, au total ce sont 400 kms de parcours à vélo qui vous sont proposés. Procédez par étapes, et profitez-en pour visiter l'un des châteaux. [Pensez à acheter l'avance vos entrées](#) pour éviter les files d'attente. Vous traversez des vignes, découvrez la campagne ligérienne et vous replonger dans l'histoire.

Suivre en vélo l'itinéraire des pèlerins

En descendant de Paris ou Rambouillet à St Jacques de Compostelle. Vous emprunter le chemin des pèlerins. Prévoyez un long séjour pour tout faire, et organisez bien les étapes en amont. Il y a environ 1000 kms d'itinéraires, mais vous pouvez partir d'une autre ville étape si vous souhaitez une balade plus courte.

Direction le Jura en toute sécurité

Le long d'un tracé d'ancienne voie ferrée, vous avez 66 kms de découverte. Nature, poulets de Bresse, bocage, tout est séduisant. De Chalon-sur-Saône à Lons-le-Saunier, partez à la découverte du Jura, sur votre petite reine. Partez serein car les voies sont interdites aux véhicules à moteur.

Pédaler le long du canal des deux mers

Il se situe entre l'Atlantique et la Méditerranée. 800 kms de parcours à vélo, en bordure de canal. Péniches, écluses, phares, ponts, tout y est pour rassasier votre curiosité et celle de vos enfants. Vous pouvez profiter des étapes pour déguster les spécialités régionales, nombreuses sur le parcours.

Sites et applications pour trouver et préparer son itinéraire

Pour s'inspirer et organiser son aventure, différents sites ou applications existent. En voici quelques-uns :

√ <https://www.francevelotourisme.com/itineraire>

Le blog regorge d'idées de balades, mais fournit également un outil pour trouver de beaux itinéraires vélo en France. Vous filtrez selon les difficultés (en famille, en vtt etc.), la durée du trajet que vous souhaitez et les thématiques qui vous intéressent.

√ <https://veloenfrance.fr/circuits>

Les filtres sont plus nombreux, vous pouvez indiquer le type de vélo que vous avez, la distance maximum souhaitée, le dénivelé et le type de circuit. Vous y trouvez également des idées de séjour par région, souvent sur une période de 7 jours.

√ <https://www.geovelo.fr>

Existe aussi sous forme d'application à télécharger sous IOS ou Android. Cette application peut être utilisée pour vos trajets à bicyclette, ou pour des suggestions d'itinéraires.

Le **vélo** est également un bon moyen d'éliminer quelques calories, environ 230 par heure. Vous voyez, tous les indicateurs sont au vert pour tenter cette nouvelle aventure en duo ou en famille ! Préparez vos itinéraires à vélo et racontez-nous votre prochaine escapade en commentaires.