

LE CANAL DE GARONNE De Bordeaux à Toulouse



Le Canal de Garonne est aménagé presque entièrement en voie verte, des quais de Bordeaux aux places roses de Toulouse. Vous emprunterez cet ancien chemin de halage converti en espace de promenade et de découverte, à partager avec les marcheurs et les plaisanciers. Entre cours d'eau, vignes et vergers, les nombreuses bastides de l'ancienne Gascogne n'attendent que vous, pour vous dévoiler leurs secrets et leur Histoire. Vous y retrouverez calme, douceur de vivre, convivialité, gastronomie !



7 jours - 6 nuits - 5 jours de vélo.

Jour 1: Arrivée à Bordeaux

Lors de cette première journée, prenez le temps de visiter Bordeaux. Les quais de la Garonne vous accueillent pour une grande balade au bord de l'eau. Inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, la ville de Bordeaux vous enthousiasmera par sa qualité de vie, les espaces verts et aérés, sa gastronomie et son vin bien sûr !

Jour 2: Bordeaux – Rauzan | 46 km

Une fois la Garonne franchie à Bordeaux, vous suivez la piste cyclable Roger Lapébie au milieu des vignes et des forêts. Cette piste utilise une ancienne ligne de chemin fer qui vous mène jusqu'au coeur de l'Entre-deuxmers. Vous la quitterez pour rejoindre votre hébergement à Rauzan, village médiéval surplombé par son château et son donjon.

Jour 3: Rauzan – Marmande | 69 km

Vous quittez Rauzan et rejoignez la piste cyclable. Celle-ci se termine à Sauveterre-de-Guyenne, bastide du 13e siècle. Poursuivez la route par de petits chemins de campagnes avant de rejoindre le Canal des-deux-mers à la Réole, village qui surplombe la Garonne. Suivez le Canal puis rejoignez Marmande, capitale de la tomate !

Jour 4: Marmande – Agen | 64 km

Vous rattrapez le canal que vous longez jusqu'à Agen. Deux arrêts s'imposent : le premier au Mas d'Agenais avec l'église St Vincent, joyau de la Renaissance, et le 'Christ en Croix' de Rembrandt. Le deuxième à Damazan, bastide du 13e siècle. Vous arrivez à Agen par l'un des plus grands pont-canal de France.

Jour 5: Agen – Moissac | 43 km

Cette étape se poursuit, au fil de l'eau, en passant par Valence d'Agen, village médiéval au patrimoine culturel et naturel riche. Vous y trouverez un accueil particulièrement adapté aux cyclotouristes.

Vous arrivez à Moissac, étape incontournable du pèlerinage de St Jacques de Compostelle. Visitez l'ancienne abbatale bénédictine, son cloître et l'église dont le tympan est l'un des plus beaux de l'art roman. Cet ensemble est classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.



Jour 6: Moissac – Toulouse | 68 km

Cette dernière étape vous invite à profiter du calme du canal, avant de rejoindre l'animation de la fameuse 'Ville Rose'. Les bourgades et autres villages se suivent régulièrement, vous permettant des petites haltes restauration ou détente.

Vous arriverez à Toulouse, à l'écart de la circulation, par le Canal du Midi. Une visite du centre-ville s'impose.

Déambulez entre la fameuse place du Capitole, la basilique St Sernin, le couvent des Jacobins...

Jour 7: Départ dans la journée

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, aléa logistique, divers...) peuvent nous amener à modifier le programme. Nous demeurons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.



- Grosse majorité de voies vertes
- Randonnée au fil de l'eau
- Moissac (étape du Chemin de St Jacques de Compostelle)

>DATES

Du 1 avril au 31 Octobre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hébergements.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée de un ou de jours avant ou après...); ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible.**

>LE PRIX COMPREND



- Nuits en formule « Nuit+ Petit Déjeuner »
- 1 dîner (hors boisson)
- 1 dossier de voyage (itinéraires en français / carte couleurs)
- La documentation touristique
- La location d'un vélo tout chemin équipé pour 5 jours et son rapatriement
- Le transport des bagages entre chaque étape
- Les taxes de séjour

>LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les déjeuners / Les boissons et 5 dîners
- Les droits d'entrée, visites des sites et dégustations éventuels
- Les assurances facultatives
- Le transfert retour en train de Toulouse à Bordeaux.
- Le transfert retour au point de départ des clients et leurs vélos personnels.
- Les frais d'envoi à l'étranger (+15€/dossier),
- Les frais d'inscription (+15€/personne),
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+35 € / dossier).

>ACCUEIL / DISPERSION

Début du séjour à votre arrivée à Bordeaux le J1.

Votre séjour se termine après le petit-déjeuner le jour 7 à Toulouse.

>NIVEAU



Étapes de 43 à 69 kms. La moyenne des étapes est de 58 kms par jour, sans difficulté particulière car très peu de dénivelé.

>HEBERGEMENTS

Nuits en hôtels *** (ou niveaux équivalents) et en chambres d'hôtes.



ATTENTION : Lorsque 2 hébergements sont complets, nous sommes contraints de vous faire passer 2 nuits au même hébergement et d'organiser un transfert (ce qui ne change en rien le contenu de votre randonnée) ; ces précisions vous seront indiquées sur votre confirmation d'inscription si le cas se produit. **Un supplément peut vous être demandé.**

Certains hébergements ne disposent pas d'une grande capacité d'accueil donc pour les éventuels groupes il est souhaitable de nous contacter avant votre inscription.

Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

>REPAS DE MIDI

Les pique-niques ne sont pas fournis. Dans votre carnet de route, vous trouverez les différents points de ravitaillement.

Autre possibilité : certains hébergements peuvent vous confectionner des paniers repas. Pour cela, les prévenir à votre arrivée à l'étape. Compter entre 7 et 15 € le pique-nique (à régler directement à l'hébergeur).

>TRANSPORT DES BAGAGES

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES
Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ www.lapelerine.com



Rien à porter, excepté vos affaires de la journée.

Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape.

Il est autorisé deux bagages par personne n'excédant pas 15 kg chacun, sachant que nous demandons aux clients de respecter ce poids limité.

Les bagages sont à déposer à la réception de l'hôtel avant 9h30 et livrés vers 18h au prochain hôtel.

>ACCES

EN TRAIN

Gare SNCF de BORDEAUX St Jean

Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

Depuis Paris : Gare Montparnasse > Gare de Bordeaux St Jean.

Possibilité de transfert à l'hôtel :

. Par tramway : Prendre la ligne C jusqu'à l'arrêt terminus 'Quinconces' : 4.60€ / pers tarif journée

. Par taxi : env. 25€ / 30€

EN AVION

. Depuis l'aéroport Roissy CDG : Gare Roissy Charles de Gaulle T.2 > Gare de Bordeaux St-Jean

. Depuis l'aéroport de Orly ou Beauvais : transfert en taxi ou navette : Gare Montparnasse > Gare de Bordeaux St Jean

. Depuis l'aéroport de Bordeaux-Mérignac : transfert en navette (30 minutes) vers le centre ville (Gare Bordeaux St Jean) : 8€

EN VOITURE

Arrivée par l'autoroute A10 puis A630 > Sortie n°4 direction « Bordeaux centre ».

Séjour conçu de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant.

Les horaires des lignes de train étant sujets à variation au cours de l'année et suivant les jours de la semaine, nous vous invitons à contacter les différents opérateurs de transports publics pour préparer votre trajet jusqu'au point de rendez-vous et retour.



PARKING

Possibilité de stationnement pendant votre séjour au parking de l'hôtel (fermé) : 10€ par jour

(Réservation au préalable 35-40 places payable sur place).

Possibilité de stationner votre véhicule aux alentours de l'hôtel : places de stationnement gratuites.

COMMENT REPARTIR

En train à partir de la Gare SNCF de TOULOUSE Matabiau.

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE

SEJOUR : Possibilité de réserver une nuit supplémentaire à Bordeaux et / ou Toulouse (nous consulter).

>DOSSIER DE VOYAGE

Il vous sera remis à votre arrivée au premier hôtel (un par chambre) :

- Les bons d'échange : à remettre à chacun des prestataires pour tous les services réservés durant le circuit
- Des étiquettes bagages (2 par personne)
- L'itinéraire détaillé du parcours jour par jour et cartes couleurs (IGN 1/100 000) correspondantes.
- La documentation touristique sur la région, les villes et différents sites à visiter

>LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Pour vos **bagages transportés**, choisissez un sac souple (sac à dos ou sac de voyage en bon état). UN SEUL SAC PAR PERSONNE.

- 1 petit sac à dos pour la journée ou camel-back suffisamment grand.
- Éventuellement un sur-sac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur).
- Des vêtements de rechange pour le soir.
- 1 vêtement CHAUD pour le soir (type veste polaire...).
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.



- 1 maillot de bain.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protections latérales.
- 1 couteau de poche, une cuillère et une boîte plastique alimentaire (si vous choisissez de commander les pique-niques aux hébergements),
- Des vivres de courses (barres de céréales, fruits secs...).
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.
- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement et de petite dimension.
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- papier toilette + 1 briquet.
- crème solaire + écran labial.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil - photo, jumelles (facultatif).
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Pharmacie personnelle

- vos médicaments habituels.
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- pastilles contre le mal de gorge.
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- vitamine C.
- 1 pince à épiler.
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains).

SPÉCIFIQUE VÉLO

- 1 tenue de vélo adaptée : cuissard, tee-shirts respirant (manches longues, manches courtes suivant la saison),
- 1 pantalon confortable pour le vélo,
- des chaussures adaptées pour le vélo,
- 1 coupe-vent ou gore tex,



- des gants de vélo, voire gants longs suivant la saison,
- **1 casque vélo (obligatoire),**
- 1 bidon ou 2, le mieux étant les poches d'eau dorsales (type Camel Back),
- des garde-boue peuvent être utiles.
- 2 chambres à air, rayons de rechange...
- **une patte de dérailleur dite « patte fusible ».**
- 1 jeu de patins / plaquettes de frein
- nécessaire de réparation (petit matériel) que vous prendrez soin de mettre dans une caisse à part (1 caisse de réparation pour l'ensemble du groupe). Néanmoins, les hébergements choisis disposent généralement de matériel.

Attention : il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...) Si vous avez des freins à disque ou un vélo sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.



- Le Canal du Midi à Vélo
- Le canal des 2 mers
- La Via Rhona

**Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- Appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -**

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

