

## LE RHONE A VELO De Montélimar à Sète



Sur les rives de l'un des plus grands fleuves d'Europe la Via Rhona est un véritable voyage depuis les Alpes suisses jusqu'à la mer Méditerranée. Cet itinéraire permet la découverte à vélo de la vallée du Rhône, ses espaces naturels, son patrimoine unique, ses sites remarquables et sa gastronomie !

Nous vous proposons de le parcourir en formule confort : hébergement en hôtels ou chambres d'hôtes !

*A partir de Montélimar le fleuve coule entre Drôme et Ardeche, l'itinéraire serpente au milieu des vergers puis rejoint les vignobles de Chateauneuf du Pape. Tout le long du parcours de nombreuses forteresses et villages perchés sont autant d'invitations à la pause et à la visite !*

*L'étape en Avignon permet de découvrir la « cité des Papes ». Plus au sud on aperçoit les Alpilles et on rejoint la Camargue, le chemin longe les rizières et traverse les manades, avant d'atteindre la mer. La dernière étape se déroule entre plages et lagunes salées, le long du cordon de dunes !*



7 jours - 6 nuits – 5 jours de vélo.

### **Jour 01 : Montélimar**

Accueil à votre hotel situé dans le centre, à proximité de la gare SNCF, la chambre est libre à partir de 15h00 mais si vous souhaitez arriver plus tôt pour visiter la ville vous pourrez déposer vos bagages.

### **Jour 02 : Montélimar – Pont-Saint-Esprit**

**40 km Horaire : 4 h 00**

Mise en jambe avec une étape volontairement plus courte que les suivantes. La Via Rhôna serpente entre Ardèche méridionale et Drôme provençale, tantôt rive droite du Rhône, tantôt rive gauche et passe par des villes médiévales au passé prospère comme l'exceptionnel village perché de Viviers et Bourg Saint-Andéol qu'il est vivement conseillé de visiter pour son mythique bas-relief du Dieu Mithra. Cette étape à un fort accent patrimonial, elle offre moult chapelles, cathédrales et palais de ces cités historiques ... Amoureux de la nature et d'histoire, vous serez conquis !

### **Jour 03 : Pont-Saint-Esprit – Avignon**

**62 km Horaire : 6 h 30**

Au sud de Pont-Saint-Esprit, c'est encore une étape de transition à travers la plaine alluviale où apparaissent les mas provençaux. La Via Rhôna poursuit sur de petites routes éloignées du Rhône ce qui d'admirer entre autres la forteresse de Morna. La voie verte longe le fleuve jusqu'à la cité de Caderousse puis se dirige vers Avignon avec une ambiance plus citadine mais charmante.

En cours de route il est possible d'effectuer une baignade au plan d'eau des Girardes ou à l'étang de Li Piboulos, puis ce sera la découverte du vignoble de Châteauneuf-du-Pape.

Sur la fin de l'étape le chemin des canaux mène en douceur jusqu'aux portes de la cité des Papes, une ville à la douceur provençale, une des belles étapes de la Via Rhôna.



Il est possible de s'arrêter à la gare de Sorgues et prendre le train jusqu'à Avignon afin de raccourcir l'étape. (Train toutes les 20 mn, tarif 2,90 € à payer sur place)

50 km Horaire : 5 h 00

#### **Jour 04 : Avignon - Arles**

**58 km Horaire : 6 h 00**

Alors que l'on passe les ponts d'Avignon, se profile Villeneuve. L'élégance de ses collines et du fort Saint-André suggère un détour. Le parcours se déroule ensuite entre la falaise calcaire et le canal qui longe le fleuve majestueux.

Entre vignes et vergers, entre Gard et Vaucluse, on sillonne ici des petits coins charmants de la vallée du Rhône. Aramon mérite bien une incursion sur ses quais et ses ruelles que domine un impressionnant château. Tout comme la vieille ville de Montfrin, par laquelle on passe avant de dévaler la voie verte qui mène aux quais de Beaucaire.

Jolie transition entre le Rhône provençal et la Camargue, la plaine alluviale, sillonnée de canaux, s'étale vers la mer avec en toile de fond le massif des Alpilles à l'Est et la costière de Nîmes à l'Ouest. On y serpente entre mas typiques, vignobles et vergers jusqu'à la cité d'Arles bordée par le Rhône, battue par le Mistral et patinée par le soleil.

**Jour 05 : Arles – Aigues-Mortes** (ou Grau du Roi ou Grande-Motte selon disponibilité hébergement)

**56 km Horaire : 5 h 30**

Après le détour pour visiter Arles, petit retour en arrière pour bifurquer plein Ouest et cheminer au pied de la Costière de Nîmes. Ensuite nous entrons dans le grand site de France de la Camargue gardoise, mystérieuse et mouchetée d'étangs tels ceux de Scamandre et du Charnier. Vous êtes au cœur d'une faune et d'une flore exceptionnelles Surtout, la tradition taurine y est très présente. Le parcours passe devant des manades, mais aussi entre les rizières. Puis la Via Rhôna emprunte les anciens chemins de halage du canal du Rhône à Sète jusqu'au pied de la citadelle d'Aigues-Mortes.

#### **Jour 06 : Aigues-Mortes – Sète**

**62 km Horaire : 6 h 00**



On sort d'Aigues-Mortes en passant devant la « camelle » (colline de sel). Une digue s'étire alors entre les marais salants, avec une impression d'immensité, jusqu'au délicieux petit port du Grau-du-Roi, où l'on retrouve les flamants roses. La grande bleue et les immenses plages languedociennes sont désormais à portée de roue ; la Via Rhôna prend désormais une allure balnéaire et chemine sur le Lido entre mer, plages et lagunes salées ; le cordon dunaire sert de fil conducteur. Les derniers 20km, ultime étape avec, pour cerise sur le gâteau, la passionnante cité maritime de Sète et le Mont Saint Clair en ligne de mire. Un parcours tout en contraste entre la réserve naturelle des Aresquiers et une zone portuaire. Il est prévu, un jour, qu'une voie verte s'étire intégralement le long du canal du Rhône à Sète.

## Jour 07 : Sète

Fin de nos services après le petit déjeuner



- La visite de la cité des papes : Avignon
- Découverte de la Camargue
- Randonnée au milieu des vignobles

## >DATES

Départ possible tous les jours de la semaine du 16 Janvier au 12 Décembre, suivant la disponibilité des hébergements.

**SAUF Pas de départ possible pendant le festival d'Avignon (Du 7 au 30 Juillet 2022)**

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**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.



## >LE PRIX COMPREND

- 6 Nuits en Formules Nuit + Petit Déjeuner
- 1 Dîner J2
- La fourniture d'un dossier de randonnée complet (pour 2 à 5 personnes)
- Le transport des bagages à chaque étape
- La taxe de séjour

## LE PRIX NE COMPREND PAS


- Les repas de midi
- Les dîners (sauf J2)
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel ainsi que la location de vélo.
- Les navettes ou taxis pour récupérer votre voiture ou pour raccourcir certaines étapes.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- Les assurances.
- Les frais d'inscription (15 euros / personne)
- Les frais d'envois à l'étranger (15 euros par réservation)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+35 € / dossier).

## >ACCUEIL / DISPERSION

Le Jour 01 à partir de 15 heures à l'hôtel à Montélimar, situé à proximité de la gare

Votre séjour se termine après votre petit déjeuner le jour 7 à Sète.

## >NIVEAU

 40 à 60 km par jour de vélo. Pas de difficulté technique particulière. Essentiellement sur route, piste cyclables, voies partagées et quelques routes secondaires.

## >HEBERGEMENTS



Nuits en hôtels \*\* et \*\*\* (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.

**Vente en ligne** : <http://chemindecampostelle.com/punaisesdelit/index.html>



## >REPAS DE MIDI

Les pique-niques ne sont pas fournis.

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

Rien à porter, excepté vos affaires de la journée.

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

**Attention :** certains changements d'hébergements peuvent induire une modification importante du coût de transport des bagages.

Durant votre circuit, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**.

Nous nous déchargeons de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

## >ACCES

**Accès train :** Gare SNCF de Montélimar

Paris 11h42– Montélimar 14h35 (TGV)

Lyon 14h20 – Montélimar 16h01 (TER)

Marseille 13h34 – Montélimar 15h58 (TER)

Informations SNCF : 36 35 ou [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com) ou [www.ter-sncf.com/rhone\\_alpes](http://www.ter-sncf.com/rhone_alpes)

**Accès voiture :** Itinéraire : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

**Parkings :**

A MONTELMAR : Parking de la gare de Montélimar géré par la société EFFIA 0825 888 826 – tarifs indicatifs : 21 € pour 4 jours et 26 € pour 7 jours.

Parking gratuit au palais des congrès situé à 800 m de la gare dans un quartier assez dynamique.

**Accès avion :** Aéroport de Lyon Saint-Exupéry : [www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com).  
Plusieurs liaisons par jour vers la gare SNCF de Vienne.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)



## DISPERSION

Après le petit déjeuner du Jour 07 à Sète.

**Retour train :** Gare SNCF de Sete

Sète 8h57 – Paris 12h49 (TGV)

Sète 8h34 – Lyon 10h49 (TGV)

Sète 8h43 – Marseille 11h07 (TER)

**Retour voiture :** Montélimar

Plusieurs trains par jour entre Sète et Montélimar. Votre vélo voyage gratuitement sur les TER de la région Rhône Alpes (dans la limite des places disponibles)

[http://www.ter.sncf.com/rhone-alpes/gares/services/ter-velo/\[tab\]voyageravecsonvelo](http://www.ter.sncf.com/rhone-alpes/gares/services/ter-velo/[tab]voyageravecsonvelo)

<http://www.velo.sncf.com/?velo-voyager=velo-train-votre-velo-en-ter>

**Navettes retour privées :**

Sète – Montélimar : 390 €

### >DOSSIER DE VOYAGE

Un mois avant votre départ, vous recevrez le **dossier complet** comprenant tous les éléments nécessaires à la réalisation de votre randonnée

Un **dossier est fourni par groupe de 2 à 5 personnes**. Si vous désirez des dossiers supplémentaires, ceux-ci sont à réserver à l'inscription (avec supplément).

Ce dossier comprend :

Deux cartes IGN au 1/100 000 avec l'itinéraire surligné, un carnet de randonnée rédigé par nos soins, la feuille de route avec la liste des hébergements ainsi que toutes les informations complémentaires.

### >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.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | [contact@lapelerine.com](mailto:contact@lapelerine.com) | [www.lapelerine.com](http://www.lapelerine.com)





- 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.

#### MODIFICATION DE RESERVATION :

##### **ATTENTION !**

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Les Vignobles de Bourgogne à Vélo
- Le Canal du Midi à Vélo
- Les châteaux de la Loire à Vélo



**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 VOTRE INSCRIPTION**

