

écha- ppée n°4



La Vélo maritime

*La cyclo-évasion
qui fait rimer vitalité
avec iodée*

La Vélo maritime, partie française de l'EuroVelo 4 inaugurée en 2021, longe le littoral sur 1 500 km de Roscoff, en Bretagne, à Dunkerque à quelques kilomètres de la frontière belge.

Véloroute continue à 100 %, l'itinéraire garantit un dépaysement total où l'on avance de phare en phare (plus de 50 à découvrir) et où l'on prend une véritable bouffée d'air frais et iodé qui booste la vitalité du corps et de l'esprit.

Entre la Baie de Morlaix, la Côte de Granit Rose, les falaises d'Étretat, la Baie de Somme et bien d'autres, la véloroute aux accents du Nord est jalonnée d'autant de sites naturels remarquables que de joyaux patrimoniaux comme les plages du Débarquement ou le Mont-Saint-Michel.



Nouveauté | Actu 2024

Vivre l'aventure itinérante en mode « Robinson », n'est-ce pas un argument encore plus enthousiasmant pour découvrir La Vélo maritime ? Tout au long de l'itinéraire, ce sont une cinquantaine de cabanes et autres hébergements peu conventionnels (pods, mini canadiennes sur pilotis, cabadiennes, campétoiles...) légers et adaptés au tourisme à vélo, qui accueillent les cyclovoyageurs à l'âme d'enfant aventurier qui rêve de s'endormir sous les étoiles.

lavelomaritime.fr






En selle comme jamais !

Piquer un phare

Cylindrique, carré ou même octogonal, en pierre, en granit rose ou en brique rouge, plus ou moins haut, bicolore ou bien très sobre... Le phare est sans aucun doute l'élément patrimonial emblématique de l'itinéraire. Qu'on s'amuse à les compter (plus de 50 sur la totalité de la véloroute !), à jouer au jeu des différences, à graver leurs marches pour voir au loin, on aime pédaler sur La Véloroute au rythme de la découverte de ses phares qui tissent le fil d'une histoire de marins inlassablement captivante.

lavelomaritime.fr

siècle, l'Oignon de Roscoff s'exporte en terre britannique, avec les agriculteurs vendeurs surnommés alors « Johnnie », Petit Jean à la mode anglaise.

roscoff-tourisme.com

Ravito 3 Du guidon au mâchon

Avis aux gourmands et gourmets adeptes du deux-roues ! Petite Reine Normandie offre une expérience au grand air tout en régaland les papilles. Accompagné d'un guide, le groupe de cyclo-randonneurs sillonne la campagne normande durant 5 h 30 en vélo à assistance électrique en s'octroyant des pauses gourmandes où les spécialités de la gastronomie locale devraient sans nul doute faire l'unanimité !

Balade gourmande : 179 € par personne à partir de 2 participants

petitereinenormandie.fr



Dans ses sacs !

L'or vert de la Baie de Somme

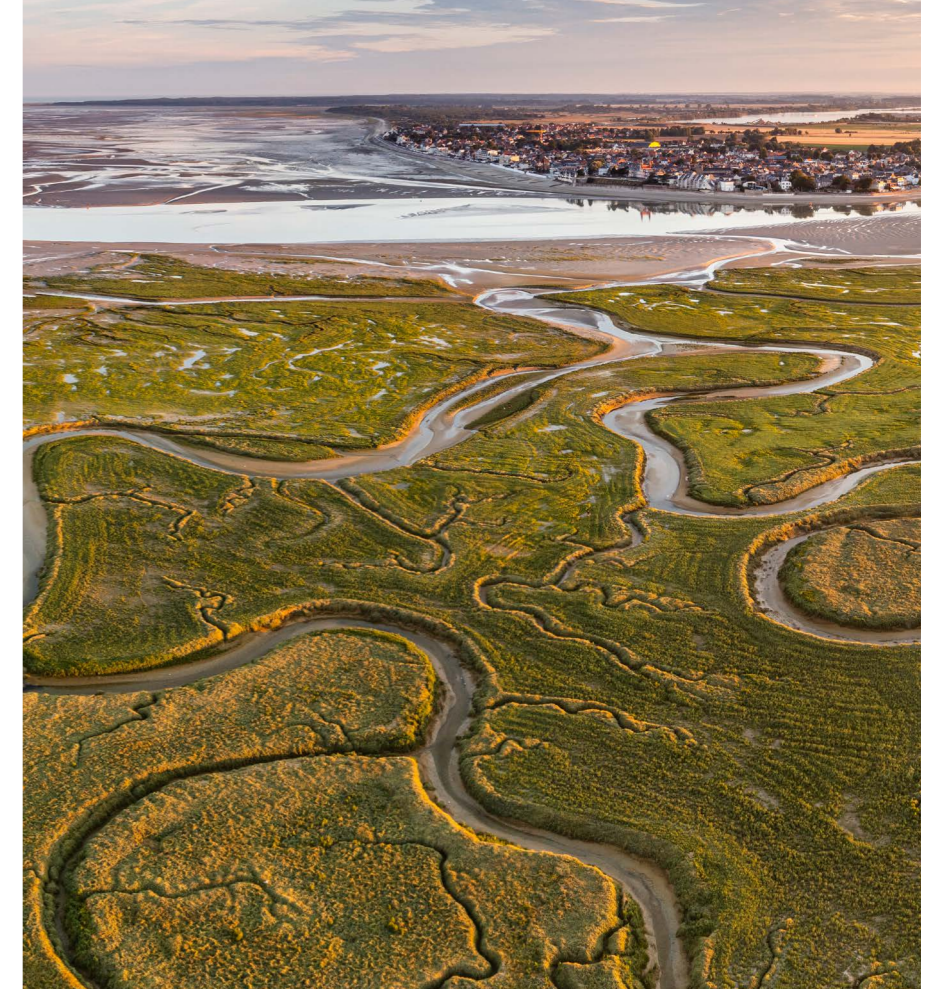
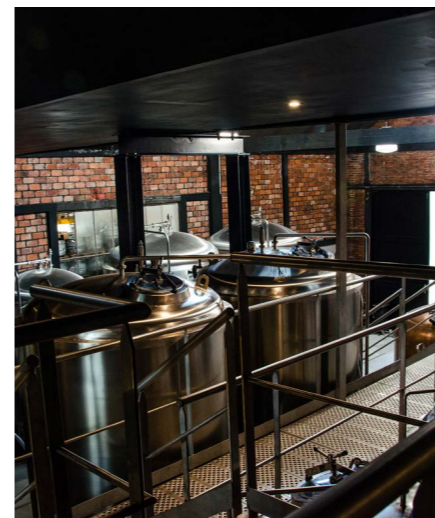
Cueillie à la main par les pêcheurs à pied de début juin à fin août dans les estuaires du littoral des Hauts-de-France (en particulier la Baie de Somme qui représente 90 % de la production française), la salicorne est principalement utilisée comme condiment dans du vinaigre. Ce n'est pas pour rien qu'on la surnomme « cornichon de mer » ! Crue en salade ou cuite comme des haricots verts, cet or vert est plein de promesse à qui sait le goûter. Pour boucler la boucle, quoi de mieux que d'assister à la Fête de la Salicorne le dernier week-end de juin au Crotoy ?

nord-decouverte.fr

Une petite mousse pour la route

Sur la rive du Jaudy, dans une ancienne friche industrielle à Tréguier, la brasserie Philomenn accueille les valeureux itinérants pour une pause bien méritée. Ici, on vous entraîne à la découverte de toutes les étapes de fabrication de cette bière aux parfums bretons. Des matières premières à la dégustation en passant par les étapes de brassage, on apprend autant que l'on se requinque avec ce breuvage « made in Trégor ».

philomenn.fr




En roue libre !

150 ans de l'Impressionnisme en Normandie

Toute la Normandie se met aux couleurs de l'Impressionnisme pour fêter les 150 ans de la naissance du mouvement artistique. De nombreux rendez-vous au Havre, à Fécamp, Etretat, Deauville à ne pas manquer !

normandie-impressionniste.fr

Festival Les Traversées Tatihou Du 20 au 25 août

Rendez-vous musical qui mixe musiques traditionnelles et musiques du monde, le festival a lieu sur l'île Tatihou que l'on rejoint à pied à marée basse depuis Saint-Vaast-la-Hougue dans la Manche.

manche.fr

Son et Lumière de Gravelines Les 22, 23, 24, 28, 29 et 30 août à 22h

Dans l'incomparable Porte aux Boules, au sein des fortifications de Vauban, on remonte le temps en parcourant 1000 ans d'histoire à travers un spectacle de 2h. Magistral !

ville-gravelines.fr




Plaisirs sans frein !



Ravito 1 Les Saint-Jacques, du port à l'assiette !

Star des assiettes le long de La Véloroute, la coquille Saint-Jacques se pêche d'octobre à mai. Consommée crue, en tartare ou en carpaccio, ou bien cuite poêlée, rôtie ou pochée, ce produit de la mer sait ravir nos papilles dans de nombreux restaurants pour une halte gourmande ou lors de fêtes qui lui rendent hommage. Pour les inconditionnels du fameux coquillage, il est même possible de participer à un atelier cuisine suivi d'un déjeuner et d'une visite privée de Port-en-Bessin, premier port de pêche artisanal de coquilles Saint-Jacques.

normandie-tourisme.fr

Ravito 2 Fêter l'oignon et les Johnnies

La vente de l'Oignon de Roscoff, AOP depuis 2013, débute dans le courant du mois d'août, après une période de séchage de quelques semaines, traditionnellement à l'occasion de la fête de l'Oignon de Roscoff qui a lieu le troisième week-end du mois d'août. Organisées par la Confrérie de l'Oignon AOP de Roscoff, les festivités ont lieu 2 jours durant sur le vieux-port de Roscoff. Aliment essentiel pour les marins, c'est en 1647 que Frère Cyril, moine capucin, sème la première graine. À partir du XIX^e

