

Le Canal latéral de Garonne à vélo De Bordeaux à Toulouse

En chambre double en hôtel ou chambre d'hôtes, en liberté
7 jours - 6 nuits dont 6 jours de vélo

Formule : Vélo en liberté

Niveau 1.5/3



Au départ de Bordeaux, classé au patrimoine de l'Unesco, partez pour un voyage à vélo le long du canal latéral, prolongement du Canal du Midi vers l'Atlantique. Plus intime, il vous invite à arpenter la campagne d'Aquitaine, qui, aux détours des charmants ports encore actifs, croise l'impétueux fleuve Garonne. Porté par la douceur de ce paysage découvrez les fameux vignobles du Bordelais ainsi que les cités médiévales entourées de châteaux majestueux. Explorez le riche patrimoine et la gastronomie locale de cités telles qu'Agen ou Moissac pour finir en beauté dans la ville rose, Toulouse.

7 jours inoubliables pour une traversée hors du temps à vélo

POINTS FORTS :

- Les vignobles et les châteaux,
- L'histoire prestigieuse de la région et les traversées de cités médiévales,
- La gastronomie locale.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

PROGRAMME

Sur ce circuit, nous proposons des escapades autour du canal afin de visiter un joli village ou une abbaye. Ces détours induisent des montées mais ils sont **facultatifs**. Les dénivelés annoncés sont évitables à partir du jour 2 en empruntant la piste cyclable du canal latéral à la Garonne.

Jour 1 : Bordeaux

Installation à l'hôtel en B&B. Soirée libre dans la ville. Du pont St Pierre, vous découvrez cette magnifique ville aux quais de Garonne classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Jour 2 : De Bordeaux à Saint Macaire : 59km Dénivelé : + 290m

Départ depuis le pont de pierre de Bordeaux. Vous laissez derrière vos roues le reflet de cette ville pour explorer les vignobles et les multiples châteaux de la région souvent rattachés à des crus de renom. Vous suivez la voie verte jusqu'à la Sauve et son ancienne abbaye... Puis par les petites routes, vous arrivez à Saint Macaire, profitez de la gastronomie locale sur la place du marché surplombée par les fresques de l'église. Nuit et petit déjeuner en hôtel.

Jour 3 : De St Macaire à Marmande : 57km Dénivelé : + 150m

Après cette étape épicurienne, installez-vous confortablement sur votre selle et longez les eaux calmes du canal latéral. Faites un crochet au Sud pour découvrir l'abbaye de Pondauret et rejoignez ensuite La Réole en suivant les traces passées des pèlerins de Compostelle. Les halles de ce village s'offrent à vous avant d'admirer la magnifique vue du haut des terrasses de Meilhan-sur-Garonne. En croisant les bateliers, vous passez au paisible village de Fourques-sur-Garonne, d'où par les petites routes de campagne, vous arrivez à Marmande. Nuit et petit déjeuner en hôtel.

Jour 4 : De Marmande à Feugarolles : 58km Dénivelé : + 110m

A la fin de la matinée, vous pouvez poser pied à terre sous les anciennes halles du Mas d'Agenais propices à une pause ombragée. Juste à côté, l'église Saint Vincent arbore une crucifixion signée Rembrandt et l'hostellerie J. Champon vous ouvre ses portes pour un saut dans le temps. La piste suit les vergers pour atteindre la bastide colorée de Damazan. Attention à ne pas abuser du fameux vin de Buzet sur Baïse afin de pouvoir admirer le décor moyenâgeux du village de Port Sainte Marie et de son église. Nuit en demi-pension à Feugarolles en chambre d'hôtes (dîner à la table d'hôtes).

Jour 5 : De Feugarolles à Agen : 28km Dénivelé : + 450m

En selle pour retrouver la Garonne jusqu'au terme de l'étape, n'hésitez pas à vous arrêter en chemin dans les multiples villages médiévaux abritant chapelles et églises romanes. En arrivant à Agen, franchissez le pont canal, un des plus beaux ouvrages de la région. Enfin, laissez-vous porter par le charme du vieux centre et de sa richesse historique. Pour les fins gourmets, la rue des Cornières et ses vieux couverts ne tarderont pas à stimuler votre appétit ! Nuit et petit déjeuner à Agen.

Jour 6 : D'Agen à Moissac : 57 km Dénivelé : + 480m

Lors de cette étape, vous allez vous éloigner quelque peu du canal pour découvrir une campagne authentique semée d'une multitude de pigeonniers. Faites un arrêt à la bastide de Donzac pour découvrir la richesse de la vie rurale d'antan et remontez le temps dans la cité gallo romaine d'Auvillar et sa célèbre halle. Pour une fin en beauté, votre arrivée est prévue à Moissac, avec son pont tournant et l'exceptionnel cloître de l'abbaye de Saint Pierre qui vous livre les secrets de la Bible à travers ses 88 chapiteaux historiés ! Nuit et petit déjeuner en hôtel à Moissac.

Jour 7 : De Moissac à Toulouse : 68km Dénivelé : + 390 m

Après avoir traversé le pont canal du Cacor, vous êtes surpris par la pente d'eau de Montech, véritable « ascenseur à bateau » ! Passez par le port animé de Castelsarrasin. Ensuite, protégé du tumulte habituel aux abords des grandes villes, vous longez le canal jusqu'au port de l'Embouchure marquant l'entrée de Toulouse et début du Canal du Midi.

Fin du séjour.

PENDANT VOTRE SÉJOUR

ENCADREMENT :

Vélo en liberté :

Equipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné et topoguide détaillé, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe. Vous vous laissez guider par les indications préparées avec soin, pour un maximum de précision.

PORTAGE DES BAGAGES :

Vous ne portez que les affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. Merci de prévoir **1 bagage par personne, de maximum 15kg/bagage**.

VOTRE HÉBERGEMENT :

Nuits en chambre double en hôtels ** et * et en chambres d'hôtes.**

**En formule Bed and Breakfast : nuit et petit déjeuner inclus
1 nuit en demi-pension à Feugarolles le jour 4 : dîner à la table d'hôtes**

Nous avons sélectionné nos hébergements pour leur qualité d'accueil et de confort : afin d'en profiter, merci de réserver le plus tôt possible.

Formule chambre double : vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels ou chambres d'hôtes. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée.
(Option chambre individuelle - Voir tarifs sur notre site)

Nuit supplémentaire en B&B à Bordeaux ou Toulouse : nous consulter

LA NOURRITURE :

Pour chaque étape, nous avons établi une sélection qualitative de restaurants de catégories différentes avec leurs coordonnées. Nous les avons choisis selon différents critères, tels que, la cuisine, bien sûr, mais aussi la qualité de service, le rapport qualité/prix et l'ambiance...

Pour les réservations, deux possibilités :

- Vous sélectionnez et effectuez vous-même la réservation dans le restaurant de votre choix.
- Vous nous renvoyez cette liste avec les restaurants que vous avez choisis et nous faisons les réservations pour vous gratuitement.

Les pique-niques et dîners ne sont pas prévus, sauf le dîner du jour 4 à la table d'hôtes à Feugarolles.

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

Départ libre à partir de 2 personnes.

AVANT VOTRE DÉPART

TARIFS :

Voir la grille des prix sur notre site Internet

S'INSCRIRE :

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com Tél +33(0)5 61 65 20 93 Ou +33(0)6 81 53 77 75
--

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Païement du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

FORMALITÉS :

- Carte d'identité en cours de validité
- Assurance rapatriement conseillée

NIVEAU : 1.5/3

Vous avez une bonne condition physique et pratiquez assez régulièrement le vélo ou une autre activité sportive, sans pour autant être un athlète.

Etapas de 28 à 68 km par jour. Dénivelé positif entre 110 et 480m par jour.

Sur ce circuit, nous proposons des escapades autour du canal afin de visiter un joli village ou une abbaye. Ces détours induisent des montées mais ils sont **facultatifs**. Les dénivelés annoncés sont évitables à partir du jour 2 en empruntant la piste cyclable du canal latéral.

PÉRIODE :

D'avril à octobre.

DÉPART ET RENDEZ-VOUS :

Départ de Bordeaux (33).

Comment y aller :

En voiture : Autoroute du sud de la France.

En train : Gare SNCF de Bordeaux.

En avion : Aéroport de Bordeaux puis navette jusqu'au centre ville.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en formule bed et breakfast (sauf jour 4 en demi-pension),
- Le diner du jour 4,
- Le topoguide détaillé,
- Les cartes avec tracé surligné,
- Le transport de bagages,
- La réservation gratuite des restaurants (si demandée),
- La livraison des vélos de location le matin du jour 2.

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les diners sauf le jour 4 en demi-pension,
- Les déjeuners/ pique niques,
- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants),
- Les vélos,
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Le retour à Bordeaux en train avec vos bagages,
- Le parking,
- Les assurances.

OPTIONS :

- Retour en train avec vos bagages : www.voyages-sncf.com,
- Retour en minibus LaRébenne avec remorque vélo (min 6 pers.) : nous consulter,
- Formule 3 ou 4 jours : programme sur mesure à partir des 3 ou 4 étapes que vous choisissez vous-même,
- Nuit d'hébergement supplémentaire avant ou après le séjour,
- Supplément chambre individuelle,
- Location de VTT semi-rigide ou VTC,
- Location de vélo à assistance électrique,
- Location de sacoche vélo,
- Service de récupération des vélos de location en fin de séjour par LaRébenne.

Voir tarifs sur le site Internet ou nous consulter.

ASSURANCES :

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

Forfait n° 1 : La Multirisques

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Forfait n° 2 : Annulation

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

MATÉRIEL CONSEILLÉ À EMPORTER (liste non-exhaustive) :

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

2 sacs : 1 petit sac de selle ou de guidon, environ 10L pour mettre les affaires de la demi-journée, téléphone, appareil photo et vêtement de pluie, etc.

1 un sac de voyage transporté par le véhicule.

VTT OU VTC - Vélo de route non adapté

Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant dans l'emmener sur ce parcours :

> Bien vérifier que le groupe en mouvement plateaux et nombre de dents est bien adapté au circuit et à vous.

> Un compteur vélo bien réglé

> Un porte carte vélo

> Les pneus sont bien gonflés et en bon état

> Les câbles et la chaîne sont en bon état

> Les éléments de transmission sont propres et huilés

> Les roues sont bien serrées

> Les freins sont en bon état (usure)

> Le jeu de direction a été vérifié

Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé...

MATERIEL REPARATION

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours avec soi le matériel de base du cycliste :

> 1 pneus + 2 chambres

> Une pompe

> Des démonte-pneus

> Un outil multiple

> Une petite pince

> Un dérive chaîne

En plus de ça, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans celle-ci vous mettrez :

> un câble de frein (AV et AR)

> Gaines de câble

> Rayons de rechange

> Un câble de dérailleur

> De l'huile pour la chaîne

> Un chiffon

> Un anti-vol

EQUIPEMENT

> Un casque de vélo (obligatoire !) + Bonnet et bandeau

> Des gants de vélo

> Des lunettes

> Un cuissard long et court

> T-shirt respirant (éviter le coton)

> Maillot

SAC A DOS JOURNEE

Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :

> Une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (3L/jour/personne minimum)

> Des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs, etc.)

> Le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)

> Un coupe-vent (imperméable)

> De la crème solaire (+ protection pour les lèvres)

> Du papier toilette et un briquet

> Une pharmacie (voir ci-dessous)

> Votre téléphone portable

PIQUE-NIQUE (NON COMPRIS)

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

- > Une boîte en plastique hermétique avec initiales marquées sur couvercle et boîte + élastiques larges
- > Des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

SAC DE VOYAGE

Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. A condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- > Un sac à viande (pour les séjours en gîte)
- > Des vêtements de rechange
- > Une paire de chaussures légères pour le soir
- > Un gros pull ou une veste polaire
- > Une trousse de toilette avec une serviette

PHARMACIE

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours. Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle. Voici une liste du minimum à emporter sur soi :

- > Répulsif contre les insectes
- > Du désinfectant et des bandes de gaze
- > Du sparadrap
- > De la crème de protection pour les fesses
- > Vos médicaments personnels
- > Des pastilles micropur (désinfectant pour l'eau)
- > Une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.

BIBLIOGRAPHIE :

Le canal du Midi, Collection Patrimoine, Philippe Calas, éditions Edisud, 2009

Mémoire en images- Le Canal du Midi, Philippe Calas, éditions Alan Sutton, 2005

APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Vous pouvez nous contacter par :

- Téléphone : 05.61.65.20.93
- Portable 06.81.53.77.75
- Mail : contact@larebenne.com
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 - 09000 FOIX

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014