



BORDEAUX MÉTROPOLE

LES SUPER BALADES À VÉLO



Vite un vélo!

Vous ne disposez pas d'un vélo ?
Plusieurs solutions s'offrent à vous :

- Décrochez un V^o en libre service sur l'une des 174 stations de la métropole. vcub.fr
- Empruntez gratuitement un vélo avec les Maisons Métropolitaines des Mobilités Alternatives.

Il n'y a pas d'âge pour pédaler ! Jeunes, seniors, familles et étudiants habitant sur la métropole : vous pouvez bénéficier du prêt d'un vélo pour une durée de 2 à 10 mois selon le type de véhicule. sedeplocer.bordeaux-metropole.fr/mamma

- Optez pour Indigo Weel, service de vélos partagés sans stations prédéfinies. indigoheel.com
- Réservez une visite guidée à vélo, avec ou sans assistance électrique, auprès de l'Office de tourisme. bordeaux-tourisme.com

LES SUPER BALADES À VÉLO

Classée au 6^e rang mondial des villes cyclables (Copenhague 2017) et labellisée « Territoire vélo », Bordeaux Métropole se prête tout particulièrement aux explorations en deux-roues.

En famille ou entre amis, le vélo est un moyen convivial de se détendre et de faire du sport.

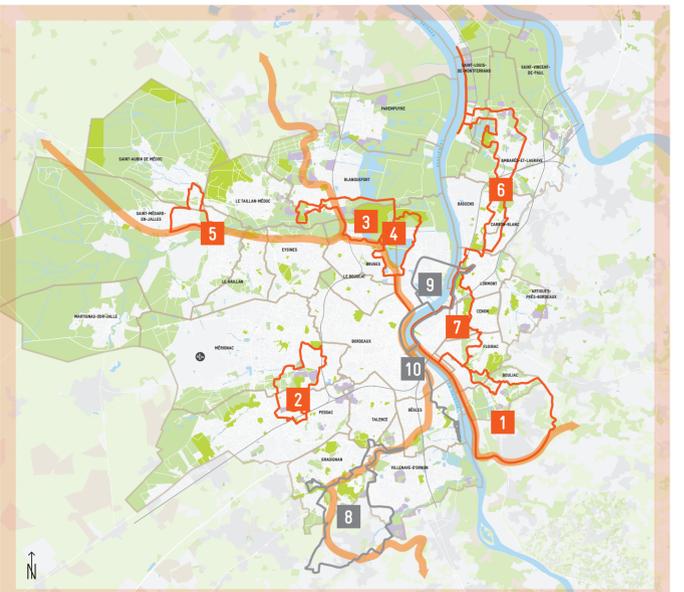
Sur les pistes cyclables, par les chemins forestiers ou au cœur des quartiers historiques... profitez de 220 km de **Super balades à vélo!**

Évadez-vous au gré de 6 itinéraires faciles, et laissez-vous charmer par toute la diversité paysagère de la métropole.

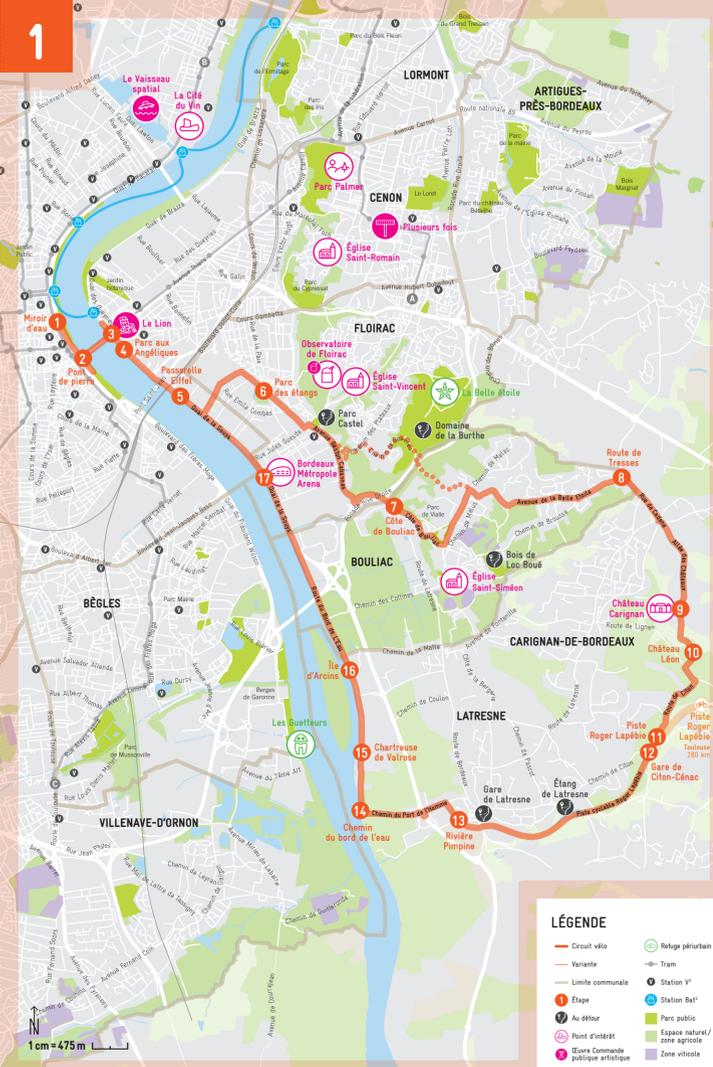
Nous vous souhaitons d'agréables découvertes.

Édition août 2018

Retrouvez toutes les Super balades de la Métropole sur bordeaux-metropole.fr/super-balades

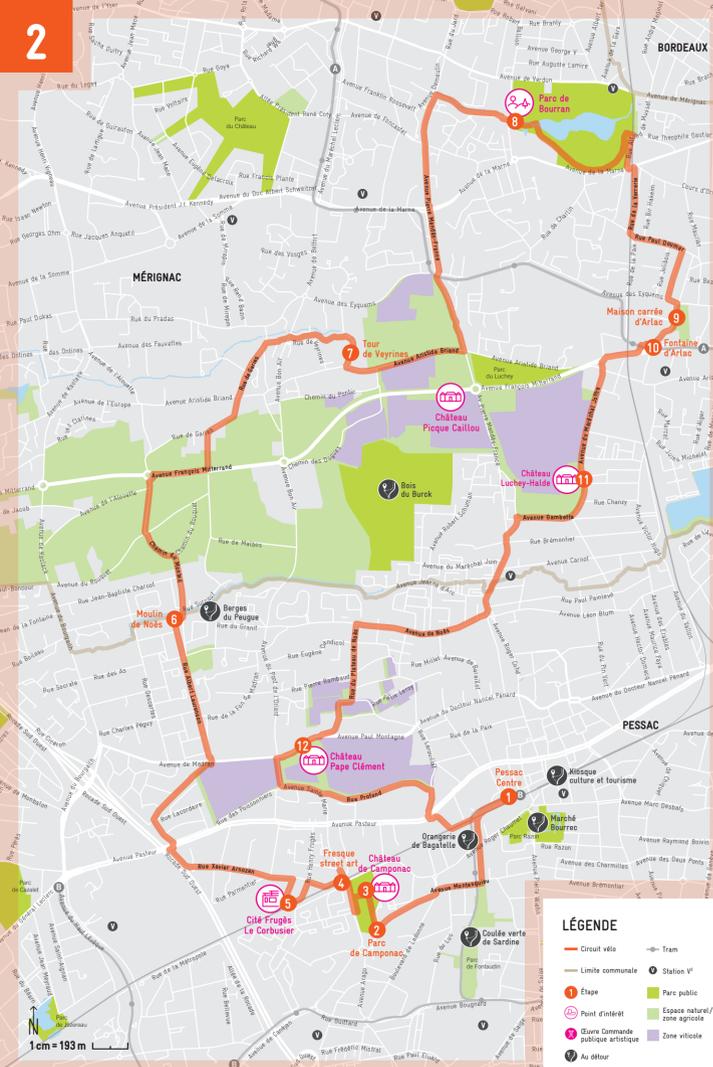


1 Circuits présents sur ce plan et téléchargeables sur bordeaux-tourisme.com/circuits-velo
9 Autres circuits téléchargeables sur bordeaux-tourisme.com/circuits-velo



LÉGENDE

- Circuit vélo
- Variante
- Limite communale
- Étape
- Au détour
- Point d'intérêt
- Événement Commune publique artistique
- Au détour
- Relais périurbain
- Tram
- Station V^o
- Station Bat^o
- Parc public
- Espace naturel/zone agricole
- Zone viticole



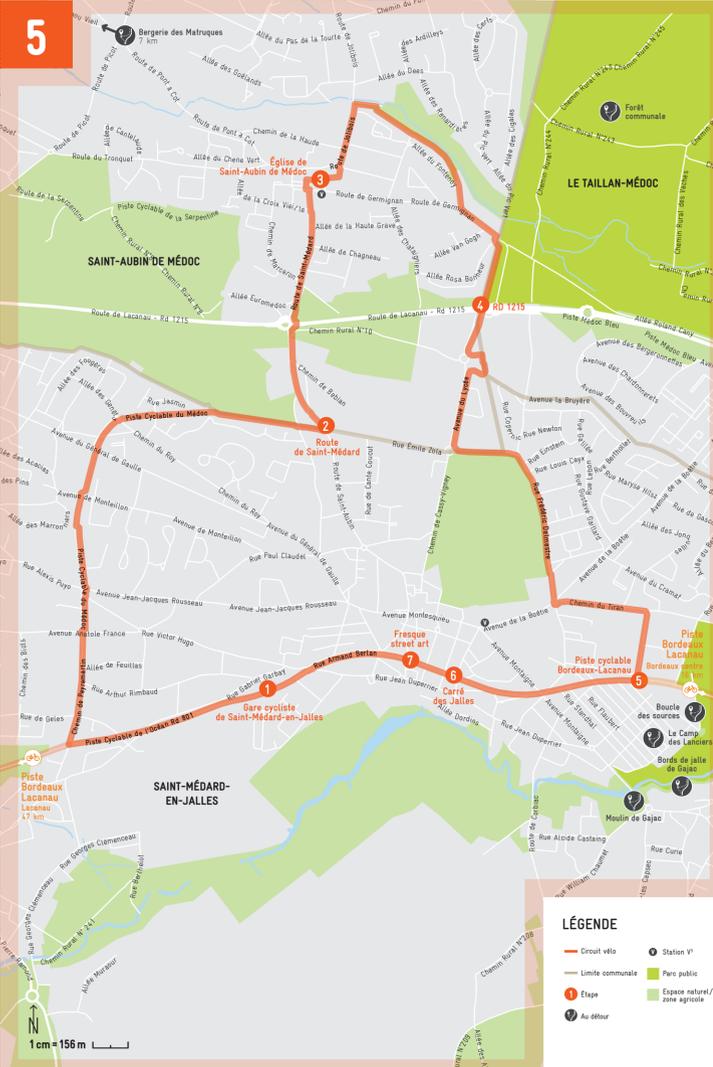
LÉGENDE

- Circuit vélo
- Limite communale
- Étape
- Point d'intérêt
- Événement Commune publique artistique
- Au détour
- Tram
- Station V^o
- Station Bat^o
- Parc public
- Espace naturel/zone agricole
- Zone viticole



LÉGENDE

- Circuit vélo
- Variante
- Limite communale
- Étape
- Point d'intérêt
- Événement Commune publique artistique
- Au détour
- Relais périurbain
- Tram
- Station V^o
- Station Bat^o
- Parc public
- Espace naturel/zone agricole
- Zone viticole



LÉGENDE

- Circuit vélo
- Limite communale
- Étape
- Point d'intérêt
- Événement Commune publique artistique
- Au détour
- Tram
- Station V^o
- Station Bat^o
- Parc public
- Espace naturel/zone agricole
- Zone viticole



LÉGENDE

- Circuit vélo
- Limite communale
- Étape
- Point d'intérêt
- Événement Commune publique artistique
- Au détour
- Tram
- Station V^o
- Station Bat^o
- Parc public
- Espace naturel/zone agricole
- Zone viticole



LÉGENDE

- Circuit vélo
- Variante
- Limite communale
- Étape
- Point d'intérêt
- Événement Commune publique artistique
- Au détour
- Relais périurbain
- Tram
- Station V^o
- Station Bat^o
- Parc public
- Espace naturel/zone agricole
- Zone viticole

3 PAYSAGES DE JALLES

- 4*** **TOURS ET DÉTOURS À BORDEAUX LAC**
 - * Variante du circuit avec raccourci entre les étapes 4 et 11 (20 km / 3h)

Boucles au départ de Bordeaux			
Distance : 40 km	Durée : 5 h	Difficulté : facile	
			

Au fil de cette balade familiale et bucolique marquée par la présence de nombreuses jalles, cohabitent d'étonnants panoramas : paysages naturels et préservés avec les marais de Bruges, zones artificielles avec le lac de Bordeaux et l'aménagement atypique du parc de Majolan. De très faible dénivelé, l'itinéraire ne présente pas de difficulté particulière. Prévoyez en revanche une journée entière pour profiter pleinement des sites traversés.

La balade débute au **Miroir d'eau** 1. Suivre la piste cyclable vers le nord et prendre à gauche, le cours du Médoc. Contourner la place Ravezies par la droite et poursuivre sur l'allée de Boutaut. Après les voies du tramway, au feu à gauche, suivre la piste cyclable qui longe la rue Claudéville. Juste après la salle « Arc en Ciel », prendre à droite l'aire piétonne et contourner par la gauche le **Lac du Tasta** 2 jusqu'à la rue Fragonard et prendre à droite. Poursuivre dans cette rue, traverser la place Jean Moulin et continuer en longeant tout le canal jusqu'à prendre à gauche la rue d'Avenir. Au bout de la rue, prendre à droite l'avenue Jean Jaurès puis au giratoire, suivre sur la droite la rue Daugère. Traverser l'avenue du Lac pour rattraper sur la droite la piste cyclable. À noter la belle allée de platanes le long du **lotissement Villabois** 3. Traverser les deux branches du second giratoire pour s'engager sur la piste cyclable. L'itinéraire passe sous la rocade en bord de lac.

***Variante : Au rond-point suivant** 4 rejointe le Bois de Bordeaux en empruntant à droite la piste cyclable du boulevard Jacques-Chaban-Delmas, puis à gauche l'allée du Bois pour rejoindre l'étape

Continuer sur la piste cyclable en direction de Lacanau en prenant la dernière sortie jusqu'à l'avenue des 4 Ponts située à 2,5 km. Prendre à droite la piste cyclable. Vous passez devant l'entrée de la **Réserve naturelle nationale des marais de Bruges** 5. Poursuivre sur la piste jusqu'au giratoire et emprunter sur la gauche la piste cyclable de la rue de Solesse. Prendre à droite la piste cyclable, poursuivre sur l'avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny puis prendre à gauche la rue de Guyenne. Vous apercevez un lavoir au bout de la rue, et derrière la **Forteresse médiévale de Blanquefort** 6.

Poursuivre sur la rue de la Forteresse, au rond-point prendre sur la gauche la piste cyclable de l'avenue du Général de Gaulle.

Continuer, jusqu'à l'entrée principale du **Parc Majolan** 7, prendre la rue François Ransinangue. Vous passez devant la ferme urbaine de la **Vacherie** 8 Poursuivre sur la rue Ransinangue en montée jusqu'à prendre à droite l'avenue du 8 Mai. Passer le lycée Saint-Joseph puis prendre à droite le boulevard Montcouquiol.

CHEMIN FAISANT ET AU DÉTOUR
<ul style="list-style-type: none">Refuge périurbain Neptunes Bordeaux Plage Parc des expositions La Cité du Vin

Cartes, parcours, tracés gpx et kmil téléchargeables sur bordeaux-tourisme.com/circuits-velo

7 BALADE PANORAMIQUE DES COTEAUX

Boucle au départ de Bordeaux			
Distance : 16 km	Durée : 2h30	Difficulté : moyenne	
			

Cette balade familiale vous offre une très belle série de panoramas sur la rive gauche de la métropole (Parc Palmer, Belvédère Bellevue, Parc de l'Ermitage Sainte-Catherine). À l'exception d'une nécessaire ascension permettant d'accéder au sommet du coteau, le circuit, court et relativement plat, est accessible à tous.

La balade débute au **Miroir d'eau** 1. Prendre la direction du pont de pierre et suivre la promenade Martin Luther King qui passe sous le **pont de pierre** 2. Sur l'esplanade à droite, emprunter la piste cyclable qui monte sur le pont. Empruntez le, à l'extrémité vous apercevrez le ***Lion de Xavier Veilhan*** 3. Prendre à droite le quai Deschamps et emprunter la Voie Verte du **Parc aux Angéliques** 4. Poursuivre 500m après la **Passerelle Eiffel** 5, puis prendre à gauche la rue Matteoti. Après 800m emprunter à droite la piste cyclable longeant les jardins familiaux. Vous passerez devant le **Parc des étangs** 6. Au bout de la piste cyclable prendre à gauche la rue Jules Guesde. Passer devant le **Parc de Castel** 7, puis emprunter sur la gauche l'avenue Jean Lassauguette (forte montée sur 400m). Devant l'**Église Saint-Vincent** 8 prendre la rue de l'Observatoire, passer devant le **Parc de l'Observatoire** 9, puis poursuivre rue Pierre Sémiot sur 1 km et prendre à gauche le chemin de Cornier. Au premier giratoire, prendre la seconde sortie puis au deuxième giratoire prendre la rue des Chènes. Poursuivre par l'aire piétonne qui donne accès à la **passerelle** 10. Poursuivre à droite par le chemin de la Caussade. Au bout, tourner à droite vers le giratoire, prendre la troisième sortie. Au deuxième giratoire prendre à gauche l'avenue René Cassagne puis à droite au giratoire et enfin la première à gauche pour rattraper la rue Pierre Bérégoivy. Continuer pendant 700 m puis tourner à gauche rue Dumune pour rejoindre le **Parc du Cyprèsat** 11. Reprendre l'itinéraire vers l'**Église Saint-Romain** 12 et son panorama en empruntant le clos Saint-Romain puis l'allée du même nom. Reprendre l'allée, tourner à gauche rue du Maréchal Galliéni.

BON À SAVOIR
<p>Visite de l'Observatoire le mercredi après-midi et samedi matin, réservation sur sinrus-florac.fr</p> <p>Le retour en navette fluviale Bat est payant (ticketare TBM) et ne peut embarquer plus de 6 vélos.</p> <p>En attendant le Bat[®], visitez le vieux Lormont, avec ses lavoirs et son musée.</p>

CHEMIN FAISANT ET AU DÉTOUR
<ul style="list-style-type: none">Darwin éco-système Musée National de l'Assurance maladie Château du Prince Noir

Cartes, parcours, tracés gpx et kmil téléchargeables sur bordeaux-tourisme.com/circuits-velo

2 AVENTURE ENTRE VIGNES ET ARCHITECTURE

Boucle au départ de Pessac			
Distance : 18 km	Durée : 3 h	Difficulté : facile	
			

Avec ses vignobles confidentiels et ses grands crus classés, son lotissement avant-gardiste signé Le Corbusier, ses parcs arborés, ses fresques street art et ses nombreux sites patrimoniaux, cette balade à vélo, entre Pessac et Mérignac, raconte quelques-uns des grands chapitres de l'histoire de l'agglomération bordelaise.

La balade débute à **Pessac Centre** 1, au terminus du tram B. Emprunter le passage Dulout qui passe sous la voie ferrée, poursuivre tout droit puis prendre l'avenue Montesquieu puis l'avenue Roger Chaumet. Après 1 km, entrer dans le **Parc de Camponac** 2, poursuivre jusqu'au **Château** 3, puis emprunter la sortie ouest du parc. Suivre les grilles du parc jusqu'à la rue Camponac. Sur la gauche se trouve une **fresque street art** 4. Descendre la rampe au pied de la fresque et remonter à gauche jusqu'à la rue Xavier Arnozan. Poursuivre et prendre à gauche rue Henri Frugès, puis remonter la rue Le Corbusier. Vous êtes au cœur de la **Cité Frugès Le Corbusier** 5 classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Prendre à gauche rue Xavier Armozan. Au bout, emprunter la Voie Verte. Traverser -prudemment- l'avenue Pasteur et prendre la rue Racine puis à droite, la rue du Sous-Lieutenant du Génie Marcel-Adrian Gayant. Dans le virage, prendre en face l'aire piétonne jusqu'à l'avenue de Madran. Traverser l'avenue et prendre en face de la rue Albert Laurensou. Après 800m, vous passerez devant le **Moulin de Noés** 6. Prendre le chemin du Monteil jusqu'au giratoire de l'avenue François Mitterrand. Prendre à droite la Voie Verte sur 280m. À gauche, emprunter la percée dans le mur pour accéder à l'impasse Daguens, puis poursuivre à droite rue de Garies, puis à droite rue du Haras et à gauche la piste cyclable qui longe le ruisseau des Ontines. Au bout, prendre à droite rue de la **Tour de Veyrines** 7.

BON À SAVOIR
<p>Kiosque culture & tourisme : ouvert du mardi au vendredi, de 10h à 12h30 et de 13h30 à 18h</p> <p>Cité Frugès Le Corbusier : visite d'une maison gratte-ciel sur rendez-vous au 05 57 93 65 40</p> <p>Château Pape Clément : visites et dégustations tous les jours sur rendez-vous au 05 57 26 38 38</p> <p>Château Luchey-Halde : visites et dégustations du lundi au vendredi sur rendez-vous au 05 56 45 97 19</p> <p>Château Pique Cailhou : visites sur rendez-vous au 05 56 47 37 98</p>
CHEMIN FAISANT ET AU DÉTOUR
<ul style="list-style-type: none">Marché Bourrec- chaque dimanche matin Coulee verte de Sardine Orangerie de Bagatelle Berges du Peugue Bois du Burck

Cartes, parcours, tracés gpx et kmil téléchargeables sur bordeaux-tourisme.com/circuits-velo

6 DÉCOUVERTE DE LA PRESQU'ÎLE, CÔTÉ GARONNE

Boucle au départ de Bassens			
Distance : 29km	Durée : 3h	Difficulté : moyenne	
			

Cette balade vous invite à découvrir la Presqu'île, pays des eaux mêlées, située au nord-est de la métropole. Ce territoire remarquable, côté Garonne, se distingue du reste de l'agglomération par la présence de nombreux parcs et domaines viticoles.

La balade débute à la station de tramway La Gardette Bassens Carbon-Blanc à Bassens, devant l'œuvre d'Antoine Dorotte *Les fées* 1. Emprunter la piste cyclable de la rue du Président Allende. Au giratoire, prendre la piste cyclable de l'avenue François Mitterrand. Après 1 km, au giratoire Vigneau Anglade, prendre en face la piste cyclable. Sur la droite se trouve le **Parc Favols** 2 et une **fresque monumentale** 3 sur le pignon de la médiathèque de Carbon-Blanc. Poursuivre jusqu'à la rue San Martin de Valdeiglesias. Prendre à gauche la piste cyclable. Vous passerez devant le **Château Brignon** 4, transformé en pôle économique et culturel. Au giratoire, prendre à droite la rue de Beauval jusqu'au terrain de sport puis emprunter le chemin à gauche, puis à droite en direction du **Domaine de Beauval** 5 (photo). Continuer tout droit sur jusqu'à la rue de la Mouline, puis prendre à gauche. Au giratoire, emprunter à droite la piste cyclable de la rue de Bassens puis de la rue de l'Europe. Au giratoire prendre à gauche la rue de Carbon-Blanc puis à droite la rue de Bassens. Après le pont sur le canal, vous trouverez sur la droite le **lavoir de la Gorp** 6. Prendre la piste cyclable qui passe sous la voie ferrée. En sortant du passage inférieur, poursuivre par la place du 19 mars 1962. Au giratoire prendre l'avenue de la Liberté jusqu'à la rue Saint-Denis. Prendre à gauche.

Au bout de la rue se trouve la **Chapelle Saint-Denis** 7. Prendre à droite la rue Paulin de Nole, puis à gauche la rue de Quinsus. Au bout, prendre à droite l'avenue du Roy puis à gauche le chemin de Durandeau. Traverser avec prudence la D113 et prendre en face la rue Jean Sabourain puis à gauche la rue Arnaud Lafaye. Au stop, poursuivre à droite sur l'avenue Victor Hugo, puis à gauche sur l'avenue de la Garonne.

En empruntant sur votre droite la rue Louis Pionneau, vous accéderez aux **bords de Garonne** 8 avec un superbe panorama.

BON À SAVOIR
<p>Variante : le retour sur Bordeaux peut se faire en navette fluviale Bat® (descendre la côte de la Garonne et suivre les quais jusqu'au port de Lormont).</p> <p>La traversée en Bat[®] est payante (ticket TBM) et n'accepte pas plus de 6 vélos. En attendant le Bat[®], visitez le vieux Lormont, avec ses lavoirs et son musée.</p>

CHEMIN FAISANT ET AU DÉTOUR
<ul style="list-style-type: none">Visitez le domaine de Beauval (photo) et découvrez son riche patrimoine : château, lavoir, éolienne Bollée… Longez la Garonne en direction d'Ambès La porte de Jourdane à Saint-Louis-de-Montferriand Refuge périurbain La Nuit Américaine Belvédère Panorami Château Séguinaud

L'Écolerie Bollée se visite sur réservation au 06 10 51 03 29. **Les amis des marais de Montferriand** proposent des visites au 05 24 40 56 31.

1 EXCURSION EN ENTRE-DEUX-MERS

Boucle au départ de Bordeaux			
Distance : 21 km	Durée : 3 h	Difficulté : moyenne	
			

Cette balade familiale et bucolique vous invite à découvrir le paysage de vignobles du Bordelais et à passer au plus près de son patrimoine typique : majestueuses chartruses, carrelés en bord de Garonne ou anciennes gares réhabilitées le long de la piste Roger Lapébie.

La balade débute au **Miroir d'eau** 1. Prendre la direction du pont de pierre et suivre la promenade Martin Luther King qui passe sous le **pont de pierre** 2. Sur l'esplanade à droite, emprunter la piste cyclable qui monte sur le pont. À l'extrémité du pont vous apercevrez le ***Lion de Xavier Veilhan*** 3. Vous passerez devant le **Château Carignan** 4. Après le **Château Léon** 1b, plonger à droite par le chemin réservé aux cyclistes et aux piétons. En contrebas, prendre à gauche la route de Lignan. Au carrefour, tourner à droite par la route de Citon. Après 1 km, emprunter sur la gauche la **piste cyclable Roger Lapébie** 1 qui longe la route de Citon en direction de Latresne. Vous passerez devant l'ancienne **gare de Citon-Cénac** 1c rénovee en gîte d'étape. Au bourg de Latresne, traverser la route et poursuivre en face sur la piste cyclable. Vous passez sur un pont qui enjambe la **rivière Pimpine** 1b. À la fin de la piste, prendre à gauche le chemin du Port de l'Homme. Après 250 m prendre sur la gauche la piste cyclable qui contourne le giratoire par la gauche (traverser prudemment) et poursuivre sur la route du Port de l'Homme qui mène au bord de la Garonne. Emprunter le **chemin du bord de l'eau** 1d. Vous passerez devant la **Chartreuse de Valrose** 1e, et longerez l'**Île d'Arcins** 1f. Passer sous le pont François Mitterrand et poursuivre sur la piste cyclable en direction de Bordeaux. Vous passez devant **Bordeaux Métropole Arena** 1g, la nouvelle salle de spectacles de la Métropole. Au bout de la piste cyclable prendre sur la gauche la rue Sem qui passe sous le pont de pierre. Au feu prendre à droite qui a gauche de Queyries en direction du pont de pierre.

Vous passez devant **Bordeaux Métropole Arena** 1g, la nouvelle salle de spectacles de la Métropole. Au bout de la piste cyclable prendre sur la gauche la rue Sem qui passe sous le pont de pierre. Au feu prendre à droite qui a gauche l'avenue de la Belle Étoile. Poursuivre sur cette voie sur 3 km.

Au giratoire prendre à droite la **route de Tresses** 3 en direction de Carignan-de-Bordeaux, puis poursuivre sur la rue de Cadene en direction du Château Carignan. Au rond-point suivant, poursuivre sur la rue de Cadene, puis emprunter l'allée des Châteaux pendant 2 km.

CHEMIN FAISANT ET AU DÉTOUR
<ul style="list-style-type: none">Parc de l'Observatoire Église Saint-Vincent Parc du Castel Domaine de la Burthe Bourg de Bouillac et son superbe panorama Église Saint-Siméon Bois de Loc Boué Étang et Gare de Latresne

BON À SAVOIR
<p>Château Carignan, visite et dégustation sur rendez-vous : 05 56 21 21 30</p> <p>La Chartreuse de Valrose, inscrite à l'inventaire des Monuments Historiques, est ouverte à la visite en juillet et septembre, du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h (taif 5€).</p> <p>Une variante, en VTT exclusivement, se fait par le chemin de Beaufeu (Floriac) et le chemin de Crabot (Bouillac). L'originalité de ce parcours est de passer sous la rocade.</p>

5 SUR LA ROUTE DU MÉDOC

Boucle au départ de Saint-Médard-en-Jalles			
Distance : 11 km	Durée : 1h30	Difficulté : très facile	
			

Cette balade à vélo familiale emprunte une partie de la Voie Verte Bordeaux-Lacanau. Reliant Saint-Médard-en-Jalles à Saint-Aubin de Médoc, cette boucle vous permettra de découvrir en toute sérénité une facette à la fois historique et bucolique de ce territoire situé aux portes du Médoc.

Rendez-vous à la **gare cycliste de Saint-Médard-en-Jalles** 1. Emprunter la piste cyclable en direction de Lacanau Océan. Après 900 m, prendre sur la droite la piste cyclable du chemin de Peyremartin. Poursuivre 2,4 km sur la piste cyclable du Médoc. Arrive à la **route de Saint-Médard** 2, traverser la route et emprunter, sur la gauche, la piste cyclable qui vous mènera à l'**Église** 3e et au bourg de Saint-Aubin de Médoc. Dépasser la place des Anciens combattants puis prendre sur la droite la route de Jolibois. Après 300 m prendre à droite l'allée du Gagaraa, suivre la piste cyclable puis le chemin en grave. Retour sur la piste cyclable de l'allée du Fontenoy qui longe ensuite la route de Germignan. Contourner le giratoire Rosa Bonheur par la droite puis prendre la piste cyclable du lycée qui franchit la **RD 1215** 4.

BON À SAVOIR
<p>Gérées par l'Office National des Forêts, les forêts communales du Taillan-Médoc et de Saint-Aubin de Médoc forment un trésor écologique, pour quelconque souhaite découvrir une nature sauvage, plurielle, riche de surprises au rythme des saisons.</p> <p>Ancienne étape de la ligne ferroviaire Bordeaux-Lacanau qui emmenait les Bordelais à la plage, la gare cycliste de Saint-Médard-en-Jalles vaut le détour avec sa locomotive restée à quai (photo) et ses équipements de loisirs (mini-golf, parc à jeux, restaurant).</p> <p>La bergerie des Matrueux à Saint-Aubin de Médoc (7 km depuis la route de Saint-Médard) est une bergerie traditionnelle ou « courtouu » bâtie sur un site de 800 hectares. Ouvert tous les jours. Contact au 05 56 70 15 15</p>

CHEMIN FAISANT ET AU DÉTOUR
<ul style="list-style-type: none">Boucle des Sources : cette boucle locale vous invite à poser le pied à terre pour découvrir le patrimoine naturel du bois des Sources, avec notamment sa très belle clairière aux asphodèles. Comptez un peu plus d'une heure de marche pour parcourir cette boucle de 5 km. Camp des Lanciers : ce lotissement, marqué par une géométrie en quadrilatère, doit son nom à la présence de lanciers dans le quartier à la fin du XIX^e siècle. Cette unité de cavalerie avait la particularité de combattre principalement armée de lances. Bords de jalle de Gajac : située en bords de jalle, cette aire de loisirs comprend de nombreux équipements : une rotonde, des jeux d'eau, un labyrinthe, un arbutetum, des terrains sportifs… Moulin de Gajac : construit au XIII^e siècle sur la jalle de Blanquefort, il a produit de la farine jusqu'en 1935.



Carignan-de-Bordeaux

Vous passerez devant le **Château Carignan** 4. Après le **Château Léon** 1b, plonger à droite par le chemin réservé aux cyclistes et aux piétons. En contrebas, prendre à gauche la route de Lignan. Au carrefour, tourner à droite par la route de Citon. Après 1 km, emprunter sur la gauche la **piste cyclable Roger Lapébie** 1 qui longe la route de Citon en direction de Latresne.

Vous passerez devant l'ancienne **gare de Citon-Cénac** 1c rénovee en gîte d'étape. Au bourg de Latresne, traverser la route et poursuivre en face sur la piste cyclable. Vous passez sur un pont qui enjambe la **rivière Pimpine** 1b. À la fin de la piste, prendre à gauche le chemin du Port de l'Homme. Après 250 m prendre sur la gauche la piste cyclable qui contourne le giratoire par la gauche (traverser prudemment) et poursuivre sur la route du Port de l'Homme qui mène au bord de la Garonne.

Emprunter le **chemin du bord de l'eau** 1d. Vous passerez devant la **Chartreuse de Valrose** 1e, et longerez l'**Île d'Arcins** 1f. Passer sous le pont François Mitterrand et poursuivre sur la piste cyclable en direction de Bordeaux.

Vous passez devant **Bordeaux Métropole Arena** 1g, la nouvelle salle de spectacles de la Métropole. Au bout de la piste cyclable prendre sur la gauche la rue Sem qui passe sous le pont de pierre. Au feu prendre à droite qui a gauche de Queyries en direction du pont de pierre.

Emprunter le pont de pierre. Au bout, prendre sur la droite la piste cyclable qui rejoint le Miroir d'eau.

Conseils pour rouler en sécurité

- Respecter le **Code de la route** et la **signalisation**. Ne jamais brûler les feux et ne pas rouler en sens interdit.
- Être prudent** avec les **camions** et **les bus**. Ne jamais dépasser par la droite, laisser manœuvrer et rester à bonne distance.
- Se méfier des angles morts** dus aux véhicules en circulation et même en stationnement.
- Être vigilant à l'ouverture des portières**. Rouler à droite, à un mètre des voitures stationnées.
- Ne pas rouler sur les voies du tramway**.
- Se méfier des bordures de trottoir et des rails de tramway**. Les franchir le plus perpendiculairement possible.

- Garder toujours ses deux mains sur le guidon**. Les maintenir sur les poignées de freins pour faire face à toute éventualité. Ne jamais s'accrocher à un autre véhicule et ne pas téléphoner en roulant.

- Garder les yeux et les oreilles bien ouverts**. Éviter les écouteurs et antiser les dangers.

- Rouler en douceur et rester calme**. Changer de voie progressivement, ralentir quand il pleut et faire preuve de courtoisie avec les autres usagers de la route.
- Toujours signaler ses changements de direction**. Tendre un bras pour indiquer où l'on va et être particulièrement prudent sur les carrefours giratoires.
- Rester toujours bien visible**. De jour comme de nuit, utiliser des équipements de sécurité (gilet fluo, minima hors zone urbaine).

- Toujours signaler ses changements de direction**. Tendre un bras pour indiquer où l'on va et être particulièrement prudent sur les carrefours giratoires.
- Rester toujours bien visible**. De jour comme de nuit, utiliser des équipements de sécurité (gilet fluo, minima hors zone urbaine).

Emprunter le pont de pierre. Au bout, prendre sur la droite la piste cyclable qui rejoint le Miroir d'eau.

Équipement de sécurité et kit de dépannage

- Le **Tour de Gironde à Vélo**, c'est 430 km d'itinéraires sécurisés pour découvrir à vélo et à son rythme les incontournables de Gironde !

De l'estuaire de la Gironde aux quais de Bordeaux, des vignobles du Blayais à ceux du Médoc et de l'Entre-deux-Mers, le long du littoral Atlantique et de la Garonne, au cœur de la forêt de pins du Parc naturel régional des Landes de Gascogne, et tout autour du Bassin d'Arcachon : Le Tour de Gironde à Vélo parcourt toute la Gironde ! gironde-tourisme.fr

- Destination l'Océan ! La **Voie Verte Bordeaux-Lacanau** est un parcours sécurisé de 60 km, accessible depuis le centre-ville : la piste cyclable traverse le nord de l'agglomération, puis file tout droit dans la forêt de pins, jusqu'à Lacanau-Océan. Itinéraire adapté aux personnes à mobilité réduite accompagnées. af3v.org

- Depuis Lacanau, pourquoi ne pas pousser le pignon sur la **Vélocysée** qui relie Hendaye à Roscoff ? lavelodyssee.com

- Ancienne voie ferrée transformée en Voie Verte, la **piste Roger Lapébie** invite, au départ de Latresne (9 km par une belle piste cyclable depuis le pont Saint-Jean), à sillonner l'Entre-deux-Mers, au gré de ses petites gares et anciens passages à niveau. Un détour par l'abbaye de la Sauve-Majeure s'impose. Itinéraire adapté aux personnes à mobilité réduite accompagnées. gironde-tourisme.fr
- L'itinéraire du **Canal des Deux Mers** à vélo relie l'Atlantique à la Méditerranée en 800 km environ. Le circuit débute le long de l'estuaire de La Gironde. Après une halte de quelques jours sur la métropole, l'itinéraire se poursuit par la piste Lapébie puis le long du Canal de Garonne jusqu'à Toulouse, et le long du canal du Midi jusqu'à Sète. canales2mersavelo.com

- Office de tourisme de Bordeaux Métropole 12 cours du 30 Juillet 33000 Bordeaux T. 05 56 00 66 00 bordeaux-tourisme.com
- Gironde Tourisme T. 05 56 52 61 40 gironde-tourisme.fr
- Comité départemental de Cyclotourisme de la Gironde gironde.ffct.org
- Maison métropolitaine des mobilités alternatives (MAMMA) 69 cours Pasteur 33000 Bordeaux T. 05 56 33 73 75

- Maison du vélo et des mobilités Cycles et manivelles 28 rue Léon Gambetta 33130 Bègles T. 09 83 91 48 08

- Gironde Tourisme T. 05 56 52 61 40 gironde-tourisme.fr
- Comité départemental de Cyclotourisme de la Gironde gironde.ffct.org
- Maison métropolitaine des mobilités alternatives (MAMMA) 69 cours Pasteur 33000 Bordeaux T. 05 56 33 73 75

- Maison du vélo et des mobilités Cycles et manivelles 28 rue Léon Gambetta 33130 Bègles T. 09 83 91 48 08

LES PAYSAGES DU MÉDOC Blancquefort - Paremypère	LA VIGNE ET L'ARCHITECTE Pessac - Mérignac	LA VOIE VERTE Bordeaux-Lacanau			

Ces carto-guides sont disponibles gratuitement auprès de l'Office de tourisme de Bordeaux Métropole, et téléchargeables sur bordeaux-metropole.fr/super-balades

Vélo urbain, vélo malin

Huit nouvelles cartes vélo détaillent les principaux itinéraires cyclables de l'agglomération bordelaise.

Chaque présente, au recto, les axes cyclables structurants permettant de traverser la métropole et, au verso, un secteur à plus petite échelle, détaillant les différents aménagements (pistes cyclables, parcs-relais, stations V^o…) mis en place pour les vélos.

Un atout pour tous les cyclistes, qui pourront adapter leurs parcours à leur rythme, leur expérience et leur objectif.

Avec les cartes vélo, concoctez votre propre itinéraire pour sillonner l'agglô!

Plus d'infos : sedeplacer.bordeaux-metropole.fr