

Vélos en Pyrénées-Orientales

Cyclotourisme - Cyclopartif - VTT - Bike Park/Site enduro

LÉGENDE

	Gare TGV Perpignan Perpignan TGV railway station Estación AVE de Perpignan Estació TGV de Perpinyà		Aire multimodale Multimodal area Área multimodal Àrea multimodal		Voie verte Greenway Vía verde
	Train jaune Yellow Train Tren amarillo Tren groc		Aire de covoiturage Carpool area Área de vehículo compartido Àrea de vehicle compartit		Aire de service vélo Bicycle service area Área de servicio para bicicletas Àrea de servei per a bicicletes
	Train rouge du Pays Cathare et du Fenouillèdes Red Train Tren rojo Tren vermell		Pump Track en voie partagée shared way via compartida via compartida		Site culturel ou de loisirs Cultural or leisure place Sítio cultural o de ocio Lloc cultural o de lleure
	TER gare SNCF Train station Estación de tren Estació de tren		Core routière Perpignan Bus station Estación de autobuses Estació d'autobusos		Informations touristiques Tourist information Información turística Informació turística
	Réserve naturelle Natural reserve Reserva natural		Site Naturel Protégé Protected natural site Espacio natural protegido Espai natural protegit		Espace VTT MTB centre Centre BTT Centre BTT
	Canigó Grand Site Parc Naturel Régional Des Pyrénées Catalanes		Parc Naturel Régional Corbières - Fenouillèdes		Borne col cycliste Cycling pass KM marker Sènyal ciclista de puents Senyal ciclista de punts
	Facile Easy Fácil Fácil		Moyen Medium Medio Mitja		Difficile Hard Difícil Difícil



ENQUÊTE JEU CONCOURS

Racontez-nous votre visite dans les Pyrénées Orientales!

Je réponds au questionnaire

LE BALISAGE DES ITINÉAIRES CYCLOTOURISME/LOISIR

La voie verte est réservée à la circulation non motorisée. Destinée aux piétons, cyclistes, rollers, personnes à mobilité réduite et quelques autres, elles sont matérialisées par un panneau spécifique du code de la route. Les voies vertes sont idéales pour vos promenades familiales.

Les routes à faible circulation ont été choisies pour la faible intensité du trafic routier, pour leurs dénivelés non excessifs (en général inférieur à 3%). Elles peuvent être utilisées par tous les cyclistes et sont jalonnées le plus souvent par des panneaux et/ou des marquages au sol.

A savoir: La traversée des villes se fait le plus souvent en voies partagées.

Pour plus d'informations sur les itinéraires, renseignez-vous auprès des Offices de Tourisme des villes traversées. Quelques zones restent non jalonnées et non aménagées.

Itinéraire bis
Ils sont proposés en cas de fermeture temporaire d'un itinéraire (risques incendies notamment).

CONSTATER, CONNECTER, SIGNALER

SURIC@TE, TOUS SENTINELLES DES SPORTS DE NATURE!

Vous constatez un problème sur un parcours?
Merci de le signaler sur
www.sentinelles.sportsdenature.fr

LE VÉLO EN TOUTE SÉCURITÉ...

MÉTÉO
Météo France : Tél. 3250* (*1,2€ en TTC par appel + 0,34 € TTC par minute)
Tél. 0899 703 430* (*1,36€ TTC par appel + 0,34€ TTC par minute)
www.meteo-france.mobi sur smartphone ou tablette.

Évitez de partir par mauvais temps et adaptez votre parcours en fonction des saisons (orageux violents (été, vent au printemps)).

En cas d'orage, évitez d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, ne vous abritez pas sous les arbres.

En été, partez tôt le matin, prévoyez crème solaire, eau et casque.

RISQUE INCENDIE
www.risque-incendie.com

SECOURS
Tél. 112 pour tous les mobiles
Pompiers : 18 - Samu : 15 - Police : 17
Secours en montagne P.G.H.M. Osséja : Tél. +33 4 68 04 51 03
CRS 58 (section montagne) : Tél. +33 4 68 30 30 57

CONSEILS PRATIQUES

Avant de partir : avertissez vos proches de votre itinéraire, munissez-vous d'une fiche portant vos coordonnées, vérifiez votre vélo sans oublier les accessoires indispensables : kit de dépannage, eau, pompe, antivol, trousse de premiers soins. Portez des vêtements visibles.

Pendant votre randonnée : portez un casque, respectez le code de la route, reformez bien les portillons et barrières destinées au bétail. Respectez la nature, ne dérangez pas les animaux et surtout pensez à ramener vos déchets.

Retrouvez la liste des activités & lieux de pratiques
www.tourisme-pyreneesorientales.com

HABITANTS, PRÊTS À ROULER TOUTE L'ANNÉE ?

CODEP 66
Dans les Pyrénées-Orientales 29 clubs locaux vous accueillent. Ils organisent au cours de l'année des manifestations et des randonnées cyclotouristiques. Une belle façon de découvrir le département et faire connaissance avec d'autres passionnés.
Renseignements : departement-pretenceficivelo.fr

LA CASA BICICLETA
L'association La Casa Bicicleta anime un atelier d'auto réparation de vélo situé à Perpignan. Elle propose également des cours de vélo pour adultes, des balades pour ses adhérents, le prêt de matériel de voyage (sacoches, remorques, etc), des conseils sur l'utilisation du vélo, des sorties, des événements. Adhésion annuelle de 10 €.
Renseignements : Tél. + 33 9 83 50 23 11 - <http://casabicicleta.org>

CAMINADE
Une entreprise locale qui fait partie des rares fabricants de cadres de vélos sur mesure en France, à deux pas de chez vous. Découvrez leurs fabrications et rendez-les visite à Ille-sur-Têt!
Renseignements : www.caminaade.eu

MARQUE ACCUEIL VÉLO

Retrouvez tous nos professionnels Accueil Vélo ici

ACCUEIL VÉLO

LES GARANTIES DE LA MARQUE :

- Situés à moins de 5 km d'un itinéraire cyclable
- Abri sécurisé dans les hébergements, parking vélo dans les sites de visite et de loisirs
- Kit de réparation à disposition

LA MÉDITERRANÉE À VÉLO (EV8)

L'EuroVelo 8 permet de relier Cadix à Athènes et Chypre à travers 11 pays et sur 7 500 km. En France, l'itinéraire représente 800 km dont plus de 40 % en itinéraires réservés aux véhicules non motorisés.

LE BARCÈRES - ARGÈLES-SUR-MER - LE BOULOU
58 km - Facile, pas de dénivelé. L'itinéraire passe à proximité de la mer et traverse les communes littorales avant de plonger vers les terres.

LE BOULOU - COL DE PANISSARS (FRONTIÈRE FRANCO-ESPAGNOLE)
112 km - Facile à difficile. Longe d'abord le fleuve Tech (facile) jusqu'à Maureillas-Las-Illas. Plus, dénivelé important jusqu'à Las Illas et le hameau de Riunogós avant la frontière.

En cas de risque d'incendie, l'accès au massif sera fermé. Un itinéraire bis passant par le village de Les Cluses est alors proposé (www.risque-incendie.com)

RENSEIGNEMENTS :
Carnet de route de l'itinéraire par tronçon dans les offices de tourisme des villes traversées (sous réserve de stock disponible).
Carnet de route complet (édition Ouest France) en vente en librairies ou en ligne www.lamediterraneeavele.com

LA VÉLOSUD (V81)

Un itinéraire de 600 km répartis sur six départements (Pyrénées-Orientales, Aude, Ariège, Haute-Garonne, Hautes-Pyrénées et Pyrénées-Atlantiques) reliant Le Barcarès à Bayonne sur les piémonts pyrénéens.

Itinéraire avec certaines portions encore en cours d'aménagement. Certaines en voies vertes, d'autres en voies partagées signalées (faible circulation ou circulation réglementée).

Il débute au Barcarès par une voie verte aménagée sur la rive gauche du fleuve Agly de la plage sud, passe par Claira avant de rejoindre la commune de Rivesaltes (115 km). Beau parcours entre rivières et vergers, panneaux explicatifs sur la nature environnante.

Le Train Rouge du Pays Cathare et du Fenouillèdes de Rivesaltes à Axat. Transport de vélos gratuit, réservation conseillée. Circulation d'avril à octobre, réservation conseillée de juin à septembre et pour les groupes. Accès à la gare de Rivesaltes déconseillée à vélo (11 qualifié difficile d'accès).

Point de départ principal : Le Boulou (arrivée, départ)

Possibilité de poursuivre l'itinéraire également à travers les vignes (n°11), sur voies partagées.

A partir de Cases-de-Pène, jusqu'à Gorges de Galamus, l'itinéraire reprend en mode plus sportif sur 35 km où il rejoint le département L'Aude.

PRINEXUS L'ITINÉRAIRE TRANSFRONTALIER EN BOUCLE

Prinexus est une route cyclotouristique transfrontalière en boucle qui relie les territoires situés de chaque côté des Pyrénées sur l'extrémité orientale, entre la France et l'Espagne. L'itinéraire principal de la route s'étend sur 353 km.

Point de départ principal : Le Boulou (arrivée, départ)

LE BOULOU - CÉRÉT
112 km - Cheminement aménagés sur les berges du Tech via les lacs de Saint-Jean-Pla-de-Corts (loisirs aquatiques et aires de pique-nique).

CÉRÉT - ARLES-SUR-TECH
104 km - L'itinéraire emprunte les anciennes emprises de la voie ferrée et permet la découverte d'ouvrages d'art monumentaux avec de beaux panoramas sur le Vallespir et le Canigou.

ARLES-SUR-TECH - COL D'ARES (FRONTIÈRE)
32 km - Sportif. Sur la D115 présentant un dénivelé important.

L'itinéraire se poursuit en Espagne pour rejoindre ensuite Le Boulou par l'itinéraire de la Méditerranée à Vélo dans le sens Espagne-France.

COL DE PANISSARS (FRONTIÈRE FRANCO-ESPAGNOLE) - LE BOULOU
132 km (difficile à facile).
Site web : www.viesverdes.cat/fr

INFORMATIONS TOURISTIQUES

G2 - AMÉLIE-LES-BAINS - (CAT. II) Tél. +33 4 68 39 01 98 www.amelie-les-bains.com	E4 - MOLTO-LES-BAINS - (CAT. II) Tél. +33 4 68 05 41 02 www.molto-les-bains.com
J3 - ARGÈLES-SUR-MER - (CAT. II) Tél. +33 4 68 81 15 85 www.argelles-sur-mer.com	C2 - MONT-LOUIS Tél. +33 4 68 04 21 97 www.mont-louis.com
G2 - ARLES-SUR-TECH Tél. +33 4 68 89 31 58 www.arles-sur-tech.com	H4 - PERPIGNAN Tél. +33 4 68 86 30 20 www.perpignan-tourisme.com
K2 - BANYUAS-SUR-MER - (CAT. II) Tél. +33 4 68 39 11 99 www.banyuas-sur-mer.com	C2 - PORT-VERDES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 03 01 08 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com
C2 - BULOIÈRE-PYRÉNÈES 2000 Tél. +33 4 68 30 72 42 www.pyrenees2000.com	E3 - PRADES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 05 41 02 www.tourisme-cantagou.com
J4 - CANET-EN-ROUSSILLON Tél. +33 4 68 39 11 99 www.canet-tourisme.fr	F1 - PRATS-DE-MOLLO-LA-PRESTE Tél. +33 4 68 30 70 83 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com
H3 - CASTELNOU Tél. +33 4 68 53 46 86 www.aspres-thuir.com	B5 - RIVESALTES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 84 72 23 www.rivesaltes-tourisme.com
K2 - CÉRÈRE - (CAT. II) Tél. +33 4 68 30 82 00 www.aspres-thuir.com	C2 - SAILLAGOÙSE - (CAT. II) Tél. +33 4 68 84 15 47 www.pyrenees-cerdagne.com
H2 - CÉRÉT - (CAT. II) Tél. +33 4 68 89 03 08 www.vallespir-tourisme.fr	J3 - SAINT-ANDRÉ - (CAT. II) Tél. +33 4 68 03 01 08 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com
J3 - COLLOURE - (CAT. II) Tél. +33 4 68 82 16 47 www.tourisme-colloures.com	J4 - SAINT-CYPRIEN - (CAT. II) Tél. +33 4 68 82 16 47 www.tourisme-saint-cyprien.com
J5 - ELNE - (CAT. II) Tél. +33 4 68 99 00 08 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com	B5 - SAINT-GÉNÈS-DES-FONTAINES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 99 00 08 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com
C2 - FORT-HOUD-DELOLLA - (CAT. II) Tél. +33 4 68 30 80 30 www.fort-houd.com	G1 - SAINT-LAURENT-DE-CERDANS Tél. +33 4 68 30 80 30 www.saintlaurentcerdans.fr
C3 - FORNIGUÈRES Tél. +33 4 68 04 47 35 www.fornigueres.com	F5 - SAINT-PAUL-DE-FENOUILLET Tél. +33 4 68 05 07 57 www.tourismefenouilles.com
G4 - ILLE-SUR-TÊT Tél. +33 4 68 57 98 00 www.tourisme-roussillon-confident.fr	J5 - SAINT-MARIE-LA-MER - (CAT. II) Tél. +33 4 68 82 14 00 www.saintmarie-la-mer-tourisme.com
L2 - LARQUÈRE-DES-ALBÈRES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 98 00 00 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com	J3 - SORDÈRE - (CAT. II) Tél. +33 4 68 99 00 08 www.tourisme-pyrenees-mediterranee.com
J5 - LE BARCÈRES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 86 78 56 www.barceres.com	H5 - TATHEÛS Tél. +33 4 68 86 45 86 www.aspres-thuir.com
L2 - LE BOULOU - (CAT. II) Tél. +33 4 68 87 59 95 www.vallespir-tourisme.com	H4 - THUR Tél. +33 4 68 82 41 81 www.tourisme-tourisme.com
C2 - LES ANGLÈS - (CAT. II) Tél. +33 4 68 04 32 70 www.tourisme-cantagou.com	J5 - TORREILLES - (CAT. II) Tél. +33 4 68 82 41 81 www.tourisme-tourisme.com
C3 - MATEHALE Tél. +33 4 68 30 59 57 www.tourisme-cantagou.com	E3 - VERNET-LES-BAINS - (CAT. II) Tél. +33 4 68 05 41 02 www.tourisme-cantagou.com
C3 - MATEHALE Tél. +33 4 68 30 59 57 www.tourisme-cantagou.com	E3 - VILLEFRANCHE-DE-CONFLENT - (CAT. II) Tél. +33 4 68 05 41 02 www.tourisme-cantagou.com

Canigó Grand Site
Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes
Parc Naturel Régional Corbières - Fenouillèdes

L'INTERMODALITÉ, LE DÉPLACEMENT DOUX EN PYRÉNÉES-ORIENTALES!

Pensez au train, au bus ou au covoiturage.

TRAIN + VÉLO
Retrouvez toutes les formules proposées par la SNCF pour rejoindre les Pyrénées-Orientales : Train & vélo - TGV & vélo - Intercité & vélo - TER & vélo

Renseignements : Tél. 3635 (0,40€ l'appel + surcoût suivant opérateur)
www.sncf.com - www.ter-sncf.com

Attention certains quais sont difficiles d'accès avec un vélo, vous renseigner auprès de la gare ou de l'office de tourisme du territoire.

Le Train Rouge du Pays Cathare et du Fenouillèdes de Rivesaltes à Axat. Transport de vélos gratuit, réservation conseillée. Circulation d'avril à octobre, réservation conseillée de juin à septembre et pour les groupes. Accès à la gare de Rivesaltes déconseillée à vélo (11 qualifié difficile d'accès).

Renseignements : Tél. +33 4 20 04 00 - www.letrainrouge.fr

Le Train Jaune/TER
Les vélos sont acceptés dans la plupart des TER Occitanie gratuitement et sans réservation, dans la limite des places disponibles. Les vélos ne doivent en aucun cas entraver la circulation à bord du train et ne pas provoquer de risques pour les voyageurs. Le contrôleur se réserve le droit de refuser l'accès au vélo en cas de forte affluence.
Pour garantir le confort de voyage et celui des autres voyageurs, nous vous conseillons : d'éviter les horaires d'affluence, d'arriver environ 20 minutes avant le départ pour vous préparer à charger votre vélo.

Renseignements : Tél. +33 800 31 31 31 (service et appel gratuits), www.letrainjaune.fr

RÉSEAU RÉGIONAL DE TRANSPORT ROUTIER LIO
Un réseau de bus à 1 euro, géré par la Région Occitanie, vous permet de voyager sur tout le territoire départemental!
Seuls les vélos dans leur housse sont transportables et doivent être entreposés en soule. Renseignez-vous au préalable en fonction de la ligne empruntée.

Renseignements : Itinéraires, fiches horaires, carte interactive, titres et tarifs : www.laregion.fr/transports-pyrenees-orientales-regulair
Téléphone Service régional des transports des Pyrénées-Orientales : 0 806 80 80 90

SANKEO
Le réseau de bus pour vous déplacer sur les 36 communes de Perpignan Méditerranée Métropole. Près de 1 200 points d'arrêt! Nouveauté 2024 : application de découverte des lieux emblématiques de Perpignan sur les lignes P14 Bus et P15 Bus. Pour des raisons de sécurité, les vélos, y compris les vélos pliables, sont interdits dans les bus.

Renseignements : www.sankeo.com - Tél. n° vert gratuit + 33 800 800 370

AIRES MULTIMODALES ET DE COVOITURAGE
Aires multimodales : aires reliées directement à un moyen de transport bus ou train.
Aires de covoiturage

Retrouvez leur liste et positionnement ici

