

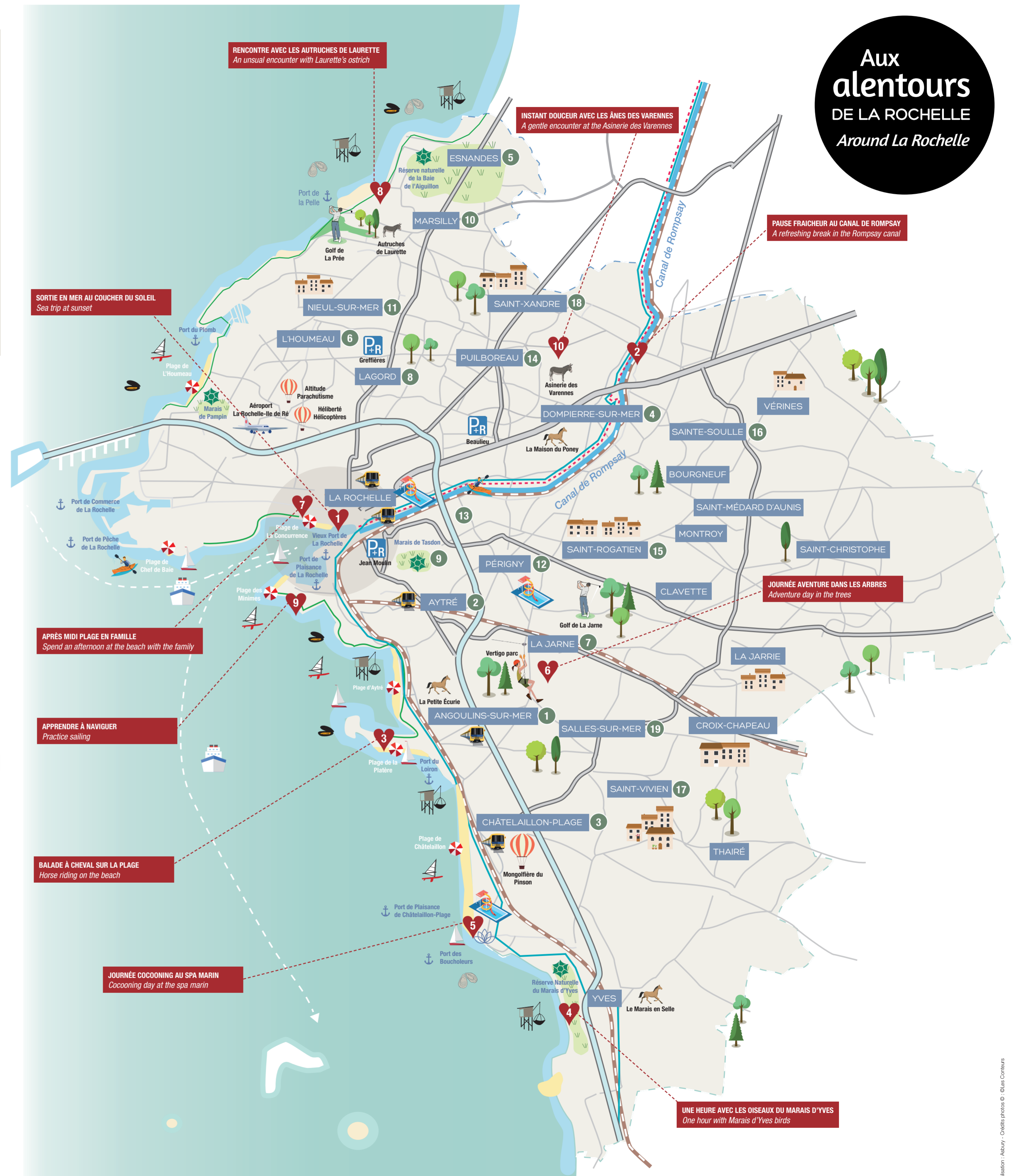
LÉGENDE / LEGEND

- | | | | |
|---|---|---|--|
| Plage
Beach | Sentier de découverte
Discovery path | Zone véliplanchiste
Windsurfing area | Parking relais
Park ans ride |
| Port | Centre équestre
Riding centre | Zone mytilicole
Mussel farming | Maison de la mobilité
Transport info office |
| Centre aquatique
Swimming pool | Parc animalier
Animal park | Zone ostréicole
Oyster farming | Chalet Yélo
Location de vélos touristiques
Bike Racks (Tourist bicycle hire) |
| Départ sorties en mer
Landing dock (sea trip) | Parc aventure
Adventure park | Carrelet
Fishing hut | Loueur de vélo
Bike hire |
| Départ sortie en canoë-kayak
Landing dock (canoe-kayaking) | Aquarium | Expérience coup de cœur
La Rochelle experience | Chemin piéton littoral
Coastal pedestrian trail |
| Réserve Naturelle
Natural Reserve | Thalasso
Thalassotherapy | Gare SNCF
Train station | Canal de RomsPAY
RomsPAY canal |
| Golf
Golf courses | Office de tourisme
Tourist Office | Gare routière
Bus station | La Véloodyssée® |
| Club nautique
Nautical club | Activité aérienne
Aviation activity | Voie de chemin de fer
Railway | la Vélofrancette® |

Centre ville
LA ROCHELLE
City center



Aux alentours
DE LA ROCHELLE
Around La Rochelle





**ACCUEIL
VÉLO**

Nos hébergements labélisés Accueil Vélo :
List of Accueil Vélo cyclist-friendly accommodations:

BRACHE CARINE – 3 VILLAS DE CHARMES
17 avenue du Général de Gaulle - 17690 Angoulins
+33 (0)6 64 44 49 20 - www.villasdecharmes17.com

CAMPING AU PORT PUNAY****
Allée Bernard Moreau - Les Bouchouleurs
17340 Châtelaillon-Plage
+33 (0)5 17 81 00 00 - www.camping-port-punay.com

HÔTEL B&B LA ROCHELLE CENTRE**
140 boulevard Joffre - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 51 20 59 - www.hotel-bb.com

HÔTEL BEST WESTERN MASQHOTEL****
1 rue de l'Ouvrage à Cornes - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 41 83 83 - www.masqhotel.com

HÔTEL D'ORBIGNY***
47 boulevard de la République
17340 Châtelaillon-Plage
+33(0) 46 56 24 68 - www.hotel-dorbigny.com

HÔTEL LE CHAMPLAIN***
30 rue Rambaud - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 41 34 66 - www.hotelchamplain.com

HÔTEL SAINT-NICOLAS***
13 rue Sardinierie - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 41 71 55 - www.hotel-saint-nicolas.com

RESIDENCE CLUB LAFAYETTE**
Avenue de Bourgogne - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 68 64 64 - www.residencelafayette.org

ODALYS CITY****
27 rue de la Huguenotte - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 44 44 56 - www.odalys-vacances.com



Retrouvez toutes nos idées balades à pied ou à vélo sur :
Discover all our best cycling and walking ideas at:
balades.larochelle-tourisme.com

Le GPS qui vous guidera où vous voulez !
Disponible sur Google Play et bientôt sur iOS

*Let us guide you! Integrated GPS!
Available only on Google Play and will be soon on iOS*



LA ROCHELLE
tourisme & événements

PARTAGEZ vos expériences

#larochelletourisme

nos bonnes ADRESSES

larochelle-tourisme.com

2 QUAI GEORGES SIMENON - LE GABUT
17000 LAROCHELLE
+33 (0)5 46 41 14 68
ot.accueil@larochelle-tourisme-evenements.com



**LES
PLAGES**

The beaches

PLAGE DES MINIMES 
Minimes beach

Poste de surveillance Observation post
1 Tiralo 1 Beach chair for people with reduced mobility
1 Hippocampe 1 Wheelchair
1 Téléphone à boucle magnétique 1 Magnetic loop telephone
WC et douche accessibles Accessible toilet and shower

PLAGE DE CHEF-DE-BAIE 
Chef-de-Baie beach

Poste de surveillance Observation post
1 Tiralo 1 Beach chair for people with reduced mobility
1 Téléphone à boucle magnétique 1 Magnetic loop telephone
WC et douche accessibles Accessible toilet and shower

PLAGE DE LA CONCURRENCE 
La Concurrency beach

Poste de surveillance Observation post
1 Tiralo 1 Beach chair for people with reduced mobility
1 Hippocampe 1 Wheelchair
1 Téléphone à boucle magnétique 1 Magnetic loop telephone
WC et douche accessibles Accessible toilet and shower



PLAGE DE L'HOUMEAU
L'Houmeau beach

Poste de surveillance Observation post
WC et douche accessibles Accessible toilet and shower

AYTRE BOUGE L'ETE
Summer Festival

Plage animée du matin jusqu'au soir durant tout l'été, avec une belle programmation d'activités sportives et culturelles.
+ d'infos et programmation : www.aytre.fr

All summer, the town of Aytré has events planned on the beach from morning until evening with a great line-up of sports and cultural activities.

PLAGE D'ANGOULINS
Angoulins beach

Poste de surveillance Observation post
WC et douche accessibles Accessible toilet and shower

PLAGE DE CHÂTELLAILLON-PLAGE 
Châtelaillon-Plage beach

2 Postes de surveillance 2 Observation posts
1 Tiralo 1 Beach chair for people with reduced mobility
WC et douche accessibles Accessible toilet and shower



**LES SENTIERS
DE DÉCOUVERTE
DE L'AGGLOMÉRATION
ROCHELAISE**

Discovery path

Les sentiers de découverte sont des chemins de randonnée qui valorisent le patrimoine local. Amoureux de la marche, de la nature, mais aussi de l'histoire, chacun peut emprunter ces sentiers et découvrir des sites remarquables, grâce à la présence de bornes explicatives. Disponibles gratuitement à l'Office de Tourisme ou sur www.agglo-larochelle.fr

Discovery paths are hiking trails which showcase local heritage. Ideal not only for hikers and nature-lovers but for history buffs as well, these paths lead to remarkable sites and unique features explained by information makers along the way. Only in french. Available for free at the Tourist Office and on: www.agglo-larochelle.fr

1	ANGOULINS-SUR-MER Entre histoires littorales et légendes d'Anuras	11 km	10	MARSILLY Au rythme des marées	9 km
2	AYTRE Des salines... à aujourd'hui	10 km	11	NIEUL-SUR-MER Paysages d'hier et d'aujourd'hui	12 km
3	CHÂTELLAILLON-PLAGE De la légende à la mode des bains de mer	11 km	12	PERIGNY Au fil de l'eau et du temps, de la campagne à la ville	11 km
4	DOMPIERRE-SUR-MER Paysages d'aujourd'hui, témoignages du passé	12 km	13	PETIT MARSEILLE Un quartier entre canal et ferme du Petit Brouage	2,7 km
5	ESNANDES Entre terre et mer, village modelé par le recul de la mer	9 km	14	PUILBOREAU Sur les traces d'un passé agricole	9 km
6	L'HOUMEAU L'histoire d'un village entre terre et mer	9 km	15	SAINT-ROGATIE Entre bourg et campagne	6 km
7	LA JARNE Un noble bourg aux airs de campagne	8 km	16	SAINTE-SOULLE 2 CIRCUITS	4 km / 14,5 km
8	LAGORD Au détour de ses rues, il était une wfois Lagord	7 km	17	SAINT-VIVIEN Une histoire retrouvée	8 km
9	MARAIS DE TASDON Le Marais de Tasdon, l'héritage des salines	5 km	18	SAINT-XANDRE Autour des châteaux et logis	11,5 km
			19	SALLES-SUR-MER Le sentier des douze énigmes	7 km



**LES
VÉLOROUTES**

Cycle routes

DE MARANS À LA ROCHELLE
From Marans to La Rochelle



LA VELODYSSÉ@
LA VELOFRANCETTE@



1h40
25.5 km
Facile / Easy

Vous cherchez une étape nature ? Vous l'avez trouvé ! Depuis Marans, ancienne vigie sur l'estuaire de la Sèvre Niortaise, l'itinéraire à vélo La Vélocyssée est placée sous le signe de l'eau et des canaux qui rejoignent le Marais Poitevin. Suivez le canal de Marans à La Rochelle, initialement construit pour relier les 2 villes portuaires du 18^{ème} siècle, et retrouvez l'océan.

Nature takes centre stage during this leg of the journey, as you cycle past the water that flows through the charming canals which join the Poitevin marshes. We pass Marans, the ancient watchtower on the estuary of the Nïort Sèvre which looks out over the marshes, and follow the canal that leads us to La Rochelle and go to the ocean.

DE LA ROCHELLE À ROCHEFORT
From La Rochelle to Rochefort



LA VELODYSSÉ@



3h20
50.1 km
Facile / Easy

★☆☆ Facile / Easy

★ Top départ face aux célèbres tours qui défendent le port de La Rochelle, pour suivre ensuite la piste cyclable le long ou à proximité immédiate de l'océan jusqu'aux villas Belle-Epoque de la station balnéaire de Châtelaillon-Plage. De bon matin ou au soleil couchant, la baie de Châtelaillon-Plage et la pointe des Bouchouleurs vous offrent un panorama saisissant. Votre parcours se poursuit dans les terres pour atteindre les bords de Charente et la remarquable ville de Rochefort, ville d'Art et d'Histoire, berceau de l'Hermione, qui mérite une découverte attentionnée.

As the famous towers which defend the port of La Rochelle have into view, a cycle path section takes us to the Port of Minimes, then onto the Cove of Godechaud, right next to the sea. The delightful Bay of Châtelaillon now comes into sight and offers weary cyclists a very pleasant stopping point. After the Bay of Châtelaillon comes a pretty seaside section before heading back inland towards the 'royal city' of Rochefort. While the middle section of this route might appear somewhat commonplace, the remarkable town of Rochefort is well worth exploring.

Retrouvez les itinéraires :
Find the bicycle routes at:
www.lavelodysse.com



**TOP 10
DES
EXPÉRIENCES**

Top 10 La Rochelle experiences

1 BALADE EN MER AU COUCHER DU SOLEIL
Sea trip at sunset

Envie d'une escapade à la journée ou en demi-journée ? Sur une vedette, un voilier ou un catamaran embarquez pour une parenthèse iodée grâce aux nombreuses compagnies de bateaux de La Rochelle et vivez une expérience unique !
Do you fancy getting away for a day or half a day? On a speedboat, sailing boat or catamaran, set off for a break in the salty sea air with one of La Rochelle's many boating companies and have a once in a lifetime experience!

ALDABRA YACHT CHARTER
(à bord d'un catamaran / aboard a catamaran)
Ponton 56 - Digue du Bout Blanc
Port de Plaisance des Minimes - 17000 La Rochelle
+33 (0)6 82 87 46 84
aldabra-yacht-charter.com

KELONE
(à bord d'un voilier / aboard a sailing boat)
Ponton 27 - Digue du Bout Blanc
Port de Plaisance des Minimes - 17000 La Rochelle
+33 (0)6 08 26 27 92
kelone.fr

Découvrez tous nos partenaires sur www.larochelle-tourisme.com
Find all our partners on www.holidays-la-rochelle.co.uk

2 PAUSE FRAICHEUR AU CANAL DE ROMPSAY
A refreshing break in the Romsay canal

Les eaux calmes du canal sont particulièrement adaptés aux balades en famille. La base de canoë est située à La Rochelle avant le pont des Salines. D'avril à septembre, elle propose des parcours aux durées variées, de 30 minutes à la journée. Jalonné de points remarquables, d'aires de loisirs et de pique-nique, le canal est aussi le cadre d'animations estivales. Le canal emprunte également les voies de la Vélocyssée et de la Vélofrancette pour le plus grand bonheur des amateurs de vélo.

The calm waters of the canal are perfect for family trips. The canoeing base is located in La Rochelle before the Pont des Salines. From April to September you can go on different routes that are various different lengths, starting from 30 minutes a day. With loads of landmarks, recreational areas, and picnic spots, it is a great spot for summer events. The canal follows the paths of the Vélocyssée and Vélofrancette cycle routes, much to the delight of cycling fans.

CANAL CANOË
232 rue de Périgny - 17000 La Rochelle
+33 (0)6 86 82 42 34
canalcanoë.fr

3 BALADE A CHEVAL SUR LA PLAGES
Horse riding on the beach

Découvrez la magie d'une randonnée équestre en bord de mer et profiter de beaux paysages. A tous les amoureux du cheval, la Petite Ecurie, ouvre ses portes toute l'année pour partager avec vous cette belle passion.
Enjoy riding a horse down the beach to experience an incredible sense of freedom in a tranquil and beautiful setting. For all horse lovers, the Petite Ecurie is open all year round, sharing with you your passion.

LA PETITE ECURIE
Route du Pont de la Pierre - 17690 Angoulins
+33 (0)6 09 82 16 62
centre-equestre-la-rochelle.com

4 UNE HEURE AVEC LES OISEAUX DU MARAIS D'YVES
One hour with Marais d'Yves birds

La Ligue de Protection des Oiseaux propose aux jeunes aventuriers et leurs parents de découvrir la faune et la flore de la Réserve Naturelle du Marais d'Yves. Dans le peu d'un ornithologue, vos enfants se lanceront sur les traces de Robin le rouge-gorge et Tiphanie l'hirondelle et découvriront leur vie d'oiseaux migrateurs. Plein d'autres thématiques sont à découvrir : « Le petit paléontologue », « Détective en herbe », etc.

The French Bird Protection Society offers young explorers and their parents an opportunity to discover the fauna and flora of the Marais d'Yves nature reserve. In the shoes of an ornithologist, your children will go looking for Robin redbreasts and swallows and discover their life as migratory birds.

There are lots of other themes to discover: "The little palaeontologist", "Detective in the making", etc.

LIGUE DE PROTECTION DES OISEAUX
Ferme de Belle Espérance - 17340 Yves
+33 (0)5 46 56 41 76
polenaturemaraisd'yves.fr

5 JOURNÉE COCOONING AU SPA MARIN
Cocooning day at the spa marin

Evadez-vous, libérez votre esprit le temps d'une journée cocooning entre amis à la Thalasso de Châtelaillon ! Le spa propose des espaces entièrement dédiés, pour offrir une expérience unique de bien-être et de remise en forme, selon les attentes de chacun. Ici tout appelle à la sérénité et à la détente !
Escape and free your mind during a cocooning day with friends at the Thalasso of Châtelaillon! The spa proposes dedicated thalassotherapy treatments for wellness and fitness depending on your goal. Here, everything calls for serenity and relaxation.

LA GRANDE TERRASSE LE SPA MARIN
La Falaise - 17340 Châtelaillon-Plage
+33 (0)5 46 56 17 17
la-grande-terrasse.com

6 JOURNÉE AVENTURE DANS LES ARBRES
Adventure day in the trees

Avis aux aventuriers, de nombreux parcours accrobranche vous attendent. Le but ? Grimper jusqu'en haut et vivre l'effort d'arbre en arbre. Le parc aventure propose 7 parcours différents accessibles dès 6 ans et pour les plus petits, un espace Loupiots réinventé autour de l'histoire des 3 petits cochons.
Great for adventurers, many treetop adventures await you! The aim? Climb to the top and flit around from tree to tree! The park has 7 treetop adventure routes (from age 6), and in the Loupiot area, the theme this year is the story of the 3 little pigs.

VERTIGO PARC
Chemin de Ronflac - Lieu dit « Le Bois du Loup » - 17220 La Jarne
+33 (0)6 71 69 46 94
vertigoparc.com

7 APRES-MIDI PLAGES EN FAMILLE
Spend an afternoon at the beach with the family

Faites votre choix :
La plage de la Concurrency, aux portes de la ville historique : au détour du Vieux Port et de ses célèbres tours, découvrez la plage de la Concurrency, l'endroit idéal pour une journée en famille.
La plage des Minimes, esprit plaisance : accessible depuis le Vieux Port, profitez de ce bus électro-solaire à la façon d'une mini croisière.
La plage de Chef-de-Baie, une petite plage de sable fin abritée du vent, un terrain de pelouse où les enfants s'amuse... bref, un endroit idéal pour se détendre et profitez des joies de la plage !

*Make your choice:
Concurrency beach, near the historic town: on the banks of La Rochelle's Vieux Port and its famous towers, discover the Concurrency beach, the perfect place for a family day out.
Les Minimes beach, sailing vibe: to get there, you just have to hop on the sea bus from the Old Port. It's like a mini cruise.
Chef-de-Baie beach: with a little white sandy beach sheltered from the wind and a grass pitch where kids can have fun... all in all it's the perfect place to relax and enjoy everything the beach has to offer!*

8 RENCONTRE INSOLITE AVEC LES AUTRUCHES DE LAURETTE
An unusual encounter with Laurette's ostrich

Face à la mer dans la baie de l'Aiguillon, Laurette vous accueille et vous fait partager sa passion pour ces grands oiseaux coureurs que sont les autruches. En plein air et en toute sécurité, vous pourrez en famille ou entre amis approcher et observer selon les saisons ces animaux à différents stades de leur évolution, ainsi que les nombreux autres animaux de la ferme : cochons, moutons, dindons, biquettes, poney...
Opposite the sea in the Sting Bay, Laurette welcomes you and makes you share her passion for these great runners that are ostriches. In the open air and safely, you will be able to approach and observe these animals at different stages of their evolution, as well as the many other animals on the farm: pigs, sheep, turkeys, biquettes, pony, etc.

AUTRUCHE DE LAURETTE
3 bis rue de Coup de Vague - 17137 Marsilly
+33 (0)5 46 01 87 56
autruche-de-laurette.com

9 APPRENDRE À NAVIGUER
Practice sailing

Navigateur confirmé ou novice en quête d'expérience, profitez des joies de la navigation durant votre séjour dans notre belle cité maritime : voile légère (à partir de 4 ans), voile habitable, permis bateau ou encore stage de perfectionnement.
Whether you're an experienced sailor or a beginner seeking more experience, enjoy the pleasures of sailing during your stay in our beautiful maritime city: dayboat sailing (from age 4), liveboard yachting, boat license training and also refresher training.

ECOLE DE VOILE ROCHELAISE
Avenue de la Capitainerie - Port de Plaisance des Minimes
BP 10225 - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 44 49 20
voile-rochelaise.com

ECOLE DE VOILE ASPPT LA ROCHELLE
Esplanade Saint-Jean d'Acres - 17000 La Rochelle
+33 (0)5 46 34 18 87
asppt-voile-larochelle.fr

Découvrez tous nos partenaires sur www.larochelle-tourisme.com
Find all our partners on www.holidays-la-rochelle.co.uk

10 INSTANT DOUCEUR AVEC LES ANÊTES DES VARENNES
A gentle encounter at the Asinerie des Varennes

Ici, c'est 25 ânes qui s'épanouissent dans une exploitation au plus près de la nature et respectueuse du bien-être animal. Antoine et Clarisse vous apprendront à faire la différence entre les 3 races qui composent leur cheptel et qu'ils élèvent avec soin. Vous pourrez rentrer dans l'enclos, les brosser et les câliner : un vrai moment de complicité et d'échange.
Here, there are 25 donkeys who love being on this farm, which is at one with nature and animal-friendly. Antoine and Clarisse will teach you the difference between the 3 breeds in their drive, which they breed with care. You can go into the animal enclosure and brush and stroke them: a true moment of complicity and exchange.

ASINERIE DES VARENNES
1 fief des Varennes - 17139 Dompiere-sur-Mer
+33 (0)6 15 15 12 29
asinerie-varennes.fr



**RÈGLES
DE
PÊCHE À PIED**

Gathering Shellfish

LES 3 CONSEILS POUR UNE PÊCHE À PIED DURABLE
3 tips for sustainable shore fishing:

- Pêcher uniquement sur l'estran :**
cette zone qui se découvre lorsque la marée se retire
Only go shore fishing on the foreshore: the zone which can be found when the tide goes out
- Pêcher raisonnablement :**
5 kilos par jour
Sensible shore fishing: 5 kilos per day
- Respecter les tailles minimales :**
Respect the minimum sizes:

	Coques Cockles 3 cm
	Couteaux Razor shells 10 cm
	Pétoncles Scallops 4 cm
	Palourdes Clams 4 cm
	Moules Mussels 4 cm
	Huîtres Oyster 5 cm

