



Vacances en famille, à vélo

Le tourisme durable,
c'est possible!
Enjeux, chiffres, idées
et liens sur
www.ecotourisme.info



CHRISTIAN LAVOREL

Et si vous laissiez la voiture au garage cet été? Testez le voyage à vélo! Cela vaut vraiment le coup... de pédaler!

En France, les petites routes départementales sont idéales pour voyager à vélo. Comme ici en Franche-Comté.

Bien sûr, je pourrais vous sortir les chiffres des émissions de CO₂ par voiture ou par tête de pipe rien que pour le domaine des loisirs. Ou encore disserter sur les embouteillages, le stress et les dangers de la bagnole sur la route des vacances. Mais je n'en ferai rien... car voyager à vélo, c'est avant tout du plaisir! La bonne conscience est offerte en prime. En choisissant le vélo, vous pénétrerez d'un nouveau rythme et vivrez à fond l'instant présent. Vous aurez accès à l'odeur de l'eau et de l'herbe. Vous percevrez le chant des sauterelles et des oiseaux, le bruissement des lézards dans les feuilles mortes. Mal aux fesses et aux mollets? Qu'à cela ne tienne, vos efforts seront largement récompensés par les paysages qui défileront sous vos yeux et le bonheur de la pause au bord du ruisseau. Du concret? Voici déjà quelques pistes pour imaginer votre voyage.

Itinérance. Ciblez une région précise et préparez un itinéraire en plusieurs étapes. Si vous voyagez avec des enfants de moins de 6 ans, prévoyez au maximum 20 km par jour, car les pauses se-

ront nombreuses et bienvenues. Emportez la tente pour camper, ou organisez l'accueil en gîte d'étape pour alléger le chargement. Certaines agences de voyage proposent aussi de transporter les bagages d'un point à l'autre.

Trafic. Privilégiez les routes peu fréquentées! Le voyage peut tourner au cauchemar le long des grands axes. Généralement interdites aux voitures, les pistes de halage longeant des canaux et rivières sont idéales en famille. La France en regorge, profitez-en!

Train + vélo. Rejoignez si possible votre point de départ en train. Vous pouvez transporter votre vélo en bagage à main, payer une réservation ou l'envoyer quelques jours à l'avance. Pour la Suisse, renseignements sur www.cff.ch/velo. Pour la France, sur www.velo.sncf.com.

Train + bateau. De nombreuses îles au large des côtes françaises proposent des vélos en location. Une bonne idée pour des vacances inoubliables sans voiture!

TRUCS EN VRAC

- > **Bagages:** penser à se limiter! Sur le plat, le vélo peut paraître léger, mais à la moindre montée, nos mollets sentiront la différence. Pour ménager les essieux, il est important de bien répartir le poids sur chacune des roues.
- > **Sacoches:** opter pour des sacoches étanches, à l'avant comme à l'arrière. Un repose-carte est aussi très pratique. La marque Ortlieb, assez chère, a la réputation d'être infaillible.
- > **Remorque:** il existe de petites remorques, très aérodynamiques, qui remplacent avantageusement les sacoches.
- > **Eau:** prévoir toujours de l'eau en suffisance. Pédaler donne soif!
- > **Vêtements:** ne jamais oublier l'imperméable et la casquette. Le casque n'est pas obligatoire, mais vivement conseillé pour tous!
- > **Dépannage:** des rustines, un peu de colle, une pompe, et le tour est joué!
- > **Équipement:** faire le plein d'idées sur www.veloplus.ch.

POUR PÉDALER EN FAMILLE

De sympathiques inventeurs ont mis au point différents systèmes pour emmener facilement les jeunes enfants dans l'aventure. Florilège.

Le vélo girafe

Ce demi-vélo, accroché sous la selle du vélo adulte, est prévu pour tirer des enfants de 4 à 10 ans. Avantage ou inconvénient, le jeune cycliste est obligé de suivre! Les marques les plus répandues sont l'Allycat et le Trail-a-bike.



Le FollowMe

Un enfant d'abord seul en selle a un coup de pompe? Pas de souci: il suffit d'accrocher son vélo en tandem à notre roue arrière et c'est reparti pour un tour! L'opération ne prend que quelques minutes. www.FollowMe-tandem.com Tél: ++ 41 (0) 62 874 05 04
Le Trail-Gator procède du même principe, sauf que le point d'accroche est sous la selle. www.trail-gator.com



La charrette biplace

Sûr, pratique et léger, ce type de charrette est conçu pour transporter deux enfants âgés de 1 à 4-5 ans. On peut aussi y adapter un siège confortable pour les plus petits. Pliée, la charrette prend très peu de place. De nombreux modèles sont disponibles.



Les itinéraires

La Suisse à vélo

Développé par SuisseMobile, réseau de mobilité durable, ce site dédié au vélo regorge d'idées et d'informations sur les itinéraires (nationaux et internationaux), les hébergements, les guides et cartes disponibles: www.suisse-a-velo.ch.

Véloroutes

Les voies cyclables de France sur <http://voiescyclables.free.fr/>.

Le Rhône à vélo

Un guide-vélo pour descendre le Rhône du glacier à la mer (840 km, itinéraire en 23 étapes), publié par l'association Dérives du Rhône. A commander chez Gilles et Françoise Godinat: ++41 (0) 22 731 47 17, gilles.godinat@bluewin.ch.

La Loire à vélo

300 km de pistes et petites routes cyclables sont aujourd'hui balisés au fil de la Loire. A terme, « La Loire à vélo » s'inscrira dans la future Eurovéloroute des fleuves entre Nantes et Budapest (2400 km): www.loireavelo.fr.

cartovelo.com

Le site propose une multitude de cartes, guides pratiques et ouvrages pour choisir et préparer au mieux son voyage.