

TABLE DES MATIÈRES



Nos coups de cœur	5
Le canal des 2 mers à vélo utile	6
Hommes, culture, environnement	14
Mode d'emploi	20

ITINÉRAIRE 1 : DE ROYAN À BORDEAUX

• Royan	24
• Étape 1 : Royan → Talmont-sur-Gironde	28
• Étape 2 : Talmont-sur-Gironde → Mortagne-sur-Gironde	30
• Étape 3 : Mortagne-sur-Gironde → Vitrezay	32
• Étape 4 : Vitrezay → Blaye	34
• Étape 5 : Blaye → Arsac	36
• Étape 6 : Arsac → Bordeaux	38
• Carnet d'adresses	40

ITINÉRAIRE 2 : DE BORDEAUX À AGEN

• Bordeaux	48
• Étape 1 : Bordeaux → Créon	52
• Étape 2 : Créon → Sauveterre-de-Guyenne	54
• Étape 3 : Sauveterre → La Réole	56
• Étape 4 : La Réole → Marmande	58
• Étape 5 : Marmande → Damazan	60
• Étape 6 : Damazan → Buzet-sur-Baïse → Agen	62
• Carnet d'adresses	64

ITINÉRAIRE 3 : D'AGEN À TOULOUSE

• Agen	74
• Étape 1 : Agen → Valence-d'Agen	78
• Étape 2 : Valence-d'Agen → Moissac	80
• Échappée belle vers Auvillar	82
• Étape 3 : Moissac → Montech	84
• Échappée belle vers Montauban	86
• Étape 4 : Montech → Castelnaud-d'Estrétefonds	88
• Étape 5 : Castelnaud-d'Estrétefonds → Toulouse	90
• Carnet d'adresses	92



ITINÉRAIRE 4 : DE TOULOUSE À CARCASSONNE

• Toulouse	102
• Étape 1 : Toulouse → Montgiscard	106
• Étape 2 : Montgiscard → seuil de Naurouze	108
• Échappée belle du seuil de Naurouze à Revel	110
• Échappée belle du seuil de Naurouze à Saint-Ferréol	112
• Étape 3 : seuil de Naurouze → Castelnaudary	114
• Étape 4 : Castelnaudary → Bram	116
• Étape 5 : Bram → Carcassonne	118
• Carnet d'adresses	120

ITINÉRAIRE 5 : DE CARCASSONNE À SÈTE

• Carcassonne	130
• Étape 1 : Carcassonne → Marseillette	134
• Étape 2 : Marseillette → Homps	136
• Étape 3 : Homps → Le Somail	138
• Échappée belle vers Narbonne sur le canal de Jonction	140
• Échappée belle vers Port-la-Nouvelle et Gruissan	142
• Étape 4 : Le Somail → Capestang	144
• Étape 5 : Capestang → Béziers	146
• Béziers	148
• Échappée belle sur l'Orb vers Sérignan et Valras-Plage	150
• Étape 6 : Béziers → Agde	152
• Étape 7 : Agde → Sète	154
• Échappée belle : tour de l'étang de Thau	156
• Carnet d'adresses	160
• INDEX DES LOCALITÉS	174