



Accueil Paysan - Pays de la Loire et Tamadi vous proposent une grande balade champêtre à vélo au départ de Nantes. Vous pourrez apprécier la diversité des paysages de notre région, des champs de vignes en passant par la campagne du Sud Loire. Vous serez accueillis, à chaque étape, par des paysans ou des acteurs ruraux. C'est à travers des ateliers, la visite de leur ferme ou de leur environnement que vos hôtes vous transmettront leur passion du monde rural.

1. Formalités administratives

Tout au long de votre séjour, il faudra être en possession :

- d'une pièce d'identité
- de votre carte vitale (carte de sécurité sociale)
- de votre facture (elle contient des informations importantes (n° de téléphones, n° de contrats d'assurances...)).

2. Préparation au départ

Au départ de votre séjour (J1), nous vous remettons :

- Un GPS avec un itinéraire imposé, précis et sécurisé en fonction des voies cyclables disponibles. Vous devrez suivre ce tracé pendant toute la durée du séjour afin de vous rendre dans vos familles hôtes à l'heure indiquée dans votre carnet de voyage.



- Un carnet de voyage qui contient des informations sur vos itinéraires, vos hôtes, le patrimoine culturel de la région ainsi que les numéros d'urgence. Nous vous conseil-

lons de prendre les coordonnées de vos co-voyageurs avant le départ.

- Un kit de sécurité

3. A l'arrivée

Un point de rendez-vous vous sera communiqué pour votre retour sur Nantes. Vous pourrez remettre à la personne qui vous accueillera le matériel qui vous a été transmis au départ.

Nous vous remettons un questionnaire de satisfaction.

4. Itinéraire et sécurité

Vous serez en autonomie lors de vos déplacements à vélo (groupe de 2 à 6 personnes). Guidage GPS avec un itinéraire imposé, précis et sécurisé en fonction des voies cyclables du territoire.

Ces séjours «Vélo déPaysant» utilisent un maximum d'itinéraires cyclables sécurisés. Cependant, comme le territoire n'est pas encore suffisamment maillé, ils empruntent également des routes secondaires, chemins carrossables et sentiers. Sur tout le parcours, veuillez respecter scrupuleusement le code de la route et redoubler de prudence lors des passages sur routes départementales. Le gilet jaune est vivement conseillé.

La notion de voie en site propre (c'est à-

dire en théorie l'absence de circulation motorisée), figurant en vert sur les cartes étapes, est prise ici au sens large, et s'applique aussi aux chemins carrossables ouverts aux riverains et aux engins agricoles.



Le port du casque est obligatoire pour effectuer ce séjour à vélo.

5. GPS et tracés

Côté pratique, les noms des traces GPS font référence aux noms des communes sur lesquelles se situent les hébergements. Attention, ces derniers peuvent être éloignés des centre-bourgs de ces communes. Des waypoints avec des indications concernant le parcours s'affichent sur les GPS.

Pour se rendre en toute sécurité chez vos hôtes, vous devrez suivre l'itinéraire fourni par le GPS. Toutefois, si vous disposez de suffisamment de temps, vous pourrez vous écarter du tracé pour visiter les alentours et les sites culturels (rubrique «A voir»). Le GPS vous informera que vous avez quitté l'itinéraire «Vélo déPaysant». Lorsque vous souhaitez retourner sur l'iti-

néraire VdP, le GPS vous localisera et vous proposera de rejoindre l'itinéraire VdP au plus proche de votre localisation.

Important :
* Toutes les routes empruntées en dehors du tracé GPS sont des voies partagées et non sécurisées pour les vélos.
* Vous devez recharger le GPS chaque soir chez vos hôtes (la batterie a une durée limitée d'environ 4 heures).

6. En cas de difficulté

Problèmes techniques : vous vous déplacez en toute autonomie, cependant si vous rencontrez un problème technique (crevaisson ou autre problème sur le vélo), essayez de réparer par vos propres moyens ou contactez les réparateurs aux alentours (contacts transmis dans le carnet de voyage). Si vous avez loué du matériel il faut vous référer aux règlements du loueur.

Problème de santé notamment en cas de chute : appelez les services concernés (centres médicaux ou urgences) puis l'hôte du soir et enfin Tamadi.

Problème d'accès aux étapes : si vous êtes égarés à proximité de votre point d'étape, contactez l'hôte du soir.

Retard : en cas de retard par rapport à l'heure de rendez-vous, prévenez votre hôte par téléphone

(contacts transmis dans le livre de voyage). De façon générale, pour tout problème rencontré durant l'étape, votre référent est l'hôte du soir.

7. Condition physique

Ce séjour nécessite une bonne condition physique car vous allez effectuer une moyenne de 40 km de vélo par jours.

Toutefois, il n'y a pas de difficulté majeur sur le circuit.

8. Eau et alimentation

L'EAU

Prévoir suffisamment d'eau chaque matin pour tenir jusqu'au repas du midi (il n'y a pas toujours des points d'eau réguliers le long des pistes cyclables). Nous vous conseillons d'utiliser une gourde que vous pourrez remplir chez vos hôtes et en chemin si vous trouvez un robinet d'eau potable (souvent disponibles dans les mairies et cimetières).

L'ALIMENTATION

Les repas du soir et les petits déjeuners sont compris dans le séjour. Pour le repas du midi, vous pourrez manger sur le chemin par vos propres moyens ou commander la veille à vos hôtes un pique-nique (10€/personne). Nous vous conseillons d'emporter avec vous quelques petites choses à manger lorsque vous serez sur le vélo (barres de céréales, pâtes de fruits, et fruits secs...).

9. Accompagnement

Vous serez en autonomie durant vos déplacements en vélo. Durant les ateliers, animations et visite des fermes de vos hôtes, vous devrez respecter les consignes de sécurité. Même si ces lieux sont propices à la détente, ce sont pour la plupart des exploitations agricoles avec des règles de base à respecter notamment avec les animaux.

10. Hébergements

*Pendant le circuit :

A chaque étape vous serez logé dans des lieux d'accueil touristique Accueil Paysan. Les paysans ou acteurs ruraux vous accueilleront au sein de leurs lieux de vie. Vous disposerez en général, d'une chambre

pour deux avec des lits tout confort (draps compris), en gîtes, en chambre d'hôtes ou en caravane.

*Avant et après le circuit :

De nombreux hôtels, chambres d'hôtes et gîtes sont disponibles sur Nantes. Nous vous invitons à consulter le site de la ville de Nantes : <https://www.nantes-tourisme.com/fr/chambres-d-hotes>

11. Electricité

Vous pourrez recharger vos batteries (appareil photo, téléphone, batterie de vélo) à chaque étape chez vos hôtes.

Vous devez recharger le GPS chaque soir chez vos hôtes (la batterie a une durée limitée d'environ 4 heures).

12. Ce qu'il faut emporter

* Fournis par Tamadi et Accueil Paysan :

- le GPS avec tracés GPX
- le kit de sécurité
- le carnet de voyage
- le porte carte



* Non fournis

- vélo (possibilité de louer des vélos sur Nantes),
- un casque,
- des sacoches,
- un antivol,
- une gourde,
- des vêtements adaptés au vélo,
- une paire de nu-pieds en plastique,
- un chapeau de soleil, lunettes de soleil,
- un vêtement chaud pour les soirées,
- une lampe de poche (frontale de préférence),
- des bouchons d'oreilles pour ceux qui ont le sommeil léger,

- un vêtement de pluie,
- un maillot de bain,
- du savon de marseille pour la lessive,
- une trousse à pharmacie (à voir avec votre médecin traitant) :
 - . lotion désinfectante,
 - . pansements, nécessaire pour soigner des ampoules,
 - . de l'aspirine ou du paracétamol,
 - . une bonne protection solaire,
 - . de l'arnica,
 - . de la pommade pour les brûlures superficielles,
 - . un anti-spasmodique...

Ne vous chargez pas trop. Toutes vos affaires doivent tenir dans vos sacoches vélos que vous devrez transporter avec vous lors de vos trajets.

13. Location vélos

Pour la location des vélos et accessoires (sacoches...), nous vous conseillons de vous adresser le plus tôt possible à :

*DÉTOURS DE LOIRE Location matériels

<https://detoursdeloire.com/>
02 47 61 22 23

* BIKE CENTER (spécialisé vélo électrique)

<http://www.bikecenter.fr/location-velos-a-assistance-electrique/>
02 85 52 68 20

13. Stationnement des véhicules pendant le séjour

Où garer votre véhicule pendant la durée du circuit ?

* Parking gratuit non sécurisé - Parking relais TAN
<https://www.tan.fr/fr/menu/se-deplacer/tan-/voiture/les-parkings-relais/parkings-relais-p-r-2051.kjsp>

* Parking payant sécurisé :

<https://www.onepark.fr/places/7739-parking-centre-ville-de-nantes>

MOYENNES MENSUELLES DES TEMPERATURES MINIMALES ET MAXIMALES (en °C)

et MOYENNES MENSUELLES DES PRÉCIPITATIONS (en mm)

	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.
NANTES	9 19	13 23	15 25	15 25	12 22	9 18
	62	43	45	44	62	92



NOTRE DEMARCHE ECO-RESPONSABLE

Nous privilégions les déplacements doux pour cette découverte du Sud-Loire.

NOTRE SOLIDARITE

Sur chaque voyage 20€ seront utilisés afin de soutenir le projet d'accueil social à la ferme de notre partenaire Accueil Paysan.



BON VOYAGE - BELLES RENCONTRES !