Textes et photographies
NICOLAS MOREAU-DELACQUIS

Autour des plages du Débarquement à vélo

Au cœur de la Normandie

VÉLO GUIDE

Cartographie
PATRICK MÉRIENNE

75e ANNIVERSAIRE
D-DAY ET BATAILLE DE NORMANDIE

Éditions **OUEST-FRANCE**

PRÉAMBULE

Vent de liberté entre mer et bocage

Il y a soixante-quinze ans, une formidable armada, appuyée par une gigantesque opération aéroportée, débarquait sur cinq plages normandes pour libérer la France. Le début d'une très longue bataille régionale, fertile en rebondissements, où s'affrontèrent deux millions de soldats. Partez sur les traces émouvantes d'un conflit qui porte les prémices d'une paix durable en Europe.

Discret et complice de belles rencontres, le vélo est le moyen idéal pour effectuer cette plongée historique qui se complète par la découverte de quantité de châteaux, d'abbayes, de musées incontournables, de lieux plus secrets, sans oublier l'empreinte marquante de Guillaume le Conquérant. Célébrant le 75e anniversaire du Débarquement, beaucoup de sites s'agrandissent et améliorent l'accueil des visiteurs.

S'appuyant sur l'important réseau cyclable régional de Basse-Normandie qui se développe rapidement, ce véloguide se décline en 11 itinéraires et 5 escapades accessibles à tous. Oscillant entre 13,5 et 65,5 km, les parcours se déroulent majoritairement dans le Calvados, avec également de belles échappées dans les départements de l'Orne et de la Manche. Toutes ces balades s'effectuent dans un environnement sécurisé sur des pistes cyclables, des véloroutes, des voies vertes, ou de petites routes tranquilles.

Vous pédalez ainsi autour de Vire, Caen, Cabourg, Deauville, Falaise, Saint-Lô, Cherbourg, Lisieux, Livarot, Camembert, Carentan, Ouistreham, Barneville-Carteret, Sainte-Mère-Église… dans un décor naturel exceptionnel entre littoral et collines bocagères. Avec comme destination phare la nouvelle véloroute qui relie les sites emblématiques des plages du Débarquement et du Mont-Saint-Michel.

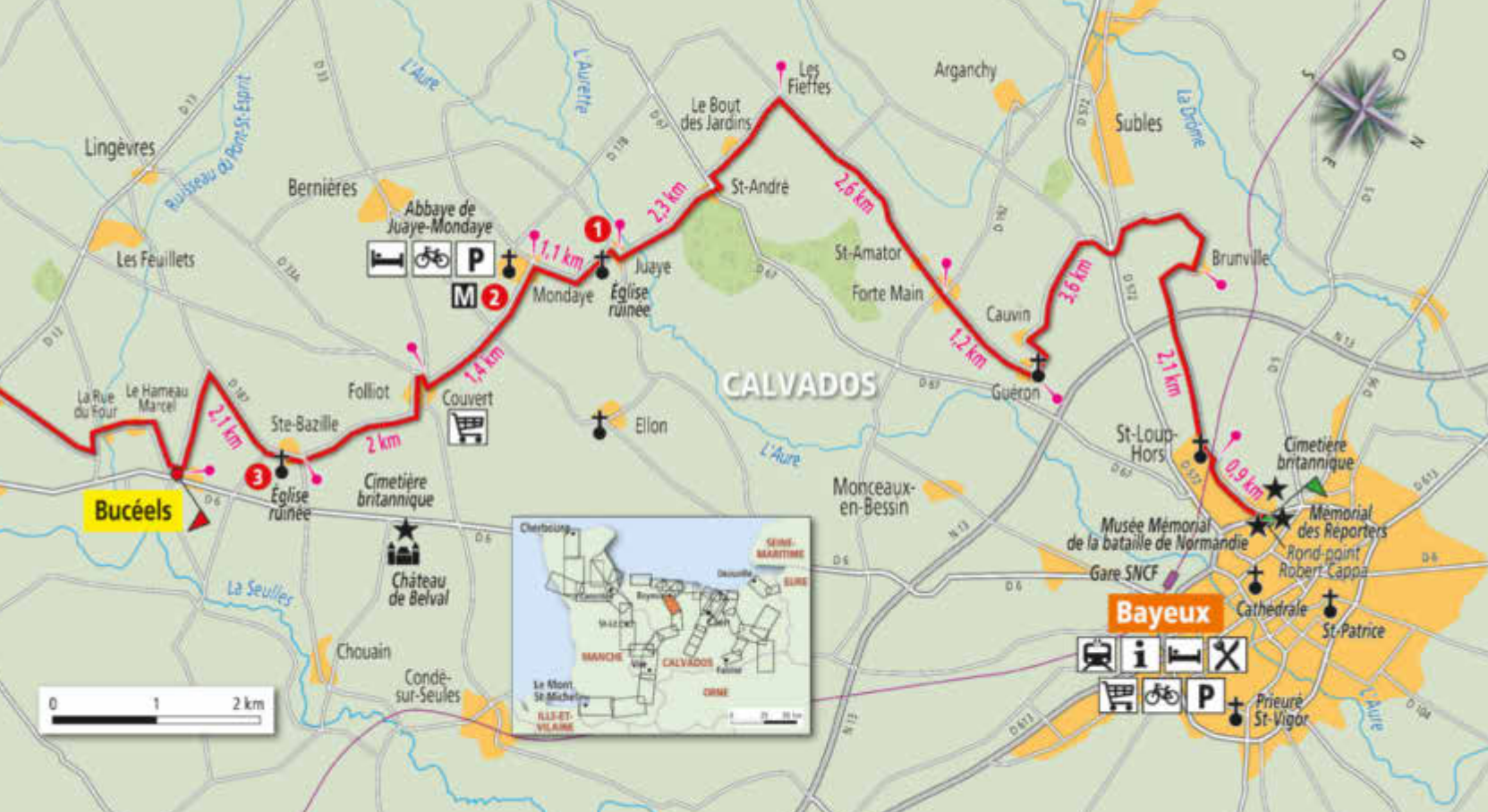
À votre rythme, laissez libre cours à votre soif de découverte en appréciant les charmes de la Normandie sous des angles originaux. Rêveur, sportif, néophyte, contemplatif, chacun trouvera ici, sans artifice, son agrément au grand air sur deux roues.

SOMMAIRE

2 Préambule
4 Mode d'emploi

8 **Itinéraire 1 –** Véloroute Plages du Débarquement / Le Mont-Saint-Michel – EST (199 ou 202,5 km)
10 **Étape 1 –** De Bayeux à Arromanches : 12,5 km
14 **Escapade 1 –** Vers Juno Beach (23,5 km)
19 **Étape 1 suite –** D'Arromanches à Port-en-Bessin : 13,5 km
20 **Escapade 2 –** Vers Omaha Beach (32,5 ou 35 km)
27 **Étape 1 fin –** De Port-en-Bessin à Bayeux : 16 km
31 **Étape 2 –** De Bayeux à Villers-Bocage : 38 km
35 **Étape 3 –** De Villers-Bocage au viaduc de la Souleuvre : 31 km
39 **Étape 4 –** Du viaduc de la Souleuvre à Mortain : 52 km
43 **Étape 5 –** De Mortain au Mont-Saint-Michel : 65,5 km
46 **Itinéraire 2 –** Véloroute Plages du Débarquement / Le Mont-Saint-Michel – OUEST (110 km)
49 **Étape 1 –** D'Utah Beach à Carentan-les-Marais : 19 km
50 **Escapade 3 –** Autour de Sainte-Mère-Église (51,5 km)
56 **Escapade 4 –** Autour de Sainte-Mère-Église (35,5 km)
61 **Étape 2 –** De Carentan-les-Marais à Saint-Lô : 41 km
67 **Étape 3 –** De Saint-Lô au viaduc de la Souleuvre : 50 km
70 **Itinéraire 3 –** De Caen vers la Côte de Nacre (17 km)
76 **Itinéraire 4 –** De la Côte de Nacre vers Caen (30,5 ou 34 km)
82 **Itinéraire 5 –** De Caen vers la Suisse normande (39 km)
88 **Itinéraire 6 –** De Caen vers la Côte Fleurie (29,5 km)
92 **Itinéraire 7 –** De Cabourg à Montormel (88,5 km)
95 **Étape 1 –** De Cabourg à Mézidon-Canon : 39 km
99 **Étape 2 –** De Mézidon-Canon à Livarot : 24,5 km
100 **Escapade 5 –** De Livarot à Lisieux (22,5 km)
105 **Étape 3 –** De Livarot à Montormel : 24 km
106 **Itinéraire 8 –** De Deauville à Saint-André-d'Hébertot (28,5 km)
112 **Itinéraire 9 –** De Falaise à Saint-Pierre-sur-Dives (31,5 km)
118 **Itinéraire 10 –** De Carentan à Barneville-Carteret (47 km)
124 **Itinéraire 11 –** De La Haye-du-Puits à Cherbourg (58 km)

132 Adresses pratiques
144 Remerciements


Bucéels
Bayeux
CALVADOS
Lingèvres
Bernières
Les Feuillets
Abbaye de Juaye-Mondaye
Mondaye
Juaye
Église ruinée
Le Bout des Jardins
Les Fieffes
St-André
Arganchy
Subles
St-Amator
Forte Main
Cauvin
Guéron
Brunville
St-Loup-Hors
Folliot
Couvert
Ste-Bazille
Église ruinée
Cimetière britannique
Château de Belval
Elon
Monceaux-en-Bessin
Chouain
Condé-sur-Seules
Musée Mémorial de la bataille de Normandie
Gare SNCF
Cimetière britannique
Mémorial des Reporters
Rond-point Robert Cappa
Cathédrale
St-Patrice
Prieuré St-Vigor
La Rue du Four
Le Hameau Marcel
Ruisseau du Pont-St-Esprit
L'Aure
L'Aurette
La Seulles
La Drôme
1,1 km
2,3 km
2,6 km
3,6 km
1,2 km
2,1 km
0,9 km
1,4 km
2 km
2,1 km
0
1
2 km
Cherbourg
SEINE-MARITIME
EURE
MANCHE
CALVADOS
ORNE
ILLE-ET-VILAINE
Le Mont St-Michel

Étape 2

De Bayeux à Villers-Bocage : 38 km

Dans les herbages de cette partie méconnue du Bessin se dispersent des fermes majestueuses et des églises très anciennes.

1 Depuis le rond-point du photographe de guerre Robert Capa, filez en direction de la remarquable église romane de Saint-Loup-Hors, avant de tournicoter au milieu de nombreux manoirs vers le colombier de la ferme de Saint-Amator. Le tracé devient plus rectiligne dans la zone des marais de l'Aure où se dressent les ruines du sanctuaire dédié à saint Vigor.

2 Élément incontournable de cette étape, l'abbaye Saint-Martin de Mondaye a été fondée au XIIIe siècle par l'ordre des Prémontrés (tél. : 02 31 92 58 11. www.mondaye.com). Mais ce n'est que quatre siècles plus tard que son rayonnement marque les esprits.

Quittant cette plaine du Bessin, le relief devient alors plus présent au pied du mont d'Ay (ou Aë), dont les eaux étaient acheminées vers les thermes de Bayeux par un aqueduc gallo-romain.

3 Un clocher-peigne se dégage des vestiges de Sainte-Bazille, où des sarcophages mérovingiens ont été découverts.

Sentinelle d'un océan de champs de blé, se dresse la curieuse tour de Villy-Bocage.

Normandy Victory Museum
Isigny-sur-Mer
Le Bourg
Canal de Carentan à la Mer
Montmartin-en-Graignes
La Vire
L'Elle
Gare SNCF de Lison
Airel
Château de la Rivière (vestiges)
Les Vieilles-Hayes
La Briquerie
La Vauterie
St-Fromond
St-Hilaire-Petitville
MANCHE
St-Nicolas
Le Paradis
Mont-Halais
Carentan
Maison des Ormes
Pont
Cap
Le Port des Planques
St-Jean-de-Daye
Montreuil
Cavigny
La Perrine
Le Mesnil-Véneron
Le Semnard
Mémorial
Hippodrome
Le Nouveau Bourg
Graignes-Mesnil-Angot
Le Carrefour Vannier
Le Dézert
PARC RÉGIONAL DES MARAIS DU COTENTIN ET DU BESSIN
1 km
2,8 km
0,6 km
2,4 km
1,7 km
2,5 km
3,2 km
1,5 km
2,7 km
3,2 km
0,9 km
0
1
2 km
Cherbourg
SEINE-MARITIME
EURE
Deauville
Caen
MANCHE
CALVADOS
ORNE
Le Mont St-Michel
ILLE-ET-VILAINE

Étape 2

De Carentan-les-Marais à Saint-Lô : 41 km

1 Depuis l'embarcadère de la Taute, longez le canal relié à la Vire depuis 1839 à travers les marais de Saint-Hilaire et de Cap, avec sur votre droite le mont Halais.

2 La maison éclusière des Ormes explique l'histoire de la voie de navigation, avec en face la réserve de faune sauvage des Bohons. Renseignez-vous avant de partir, car cette portion est inondée l'hiver, obligeant à une déviation sur les hauteurs.

Ensuite une liaison douce enherbée bordée de saules rejoint le pont de la route des Ormes qui monte au Paradis.

3 Par la route des Cigognes conduisant au port des Planques, le tracé louvoie ensuite près de Graignes. Pas très loin de son célèbre hippodrome, un belvédère mémorial franco-américain rappelle les terribles représailles de l'occupant le 12 juin 1944.

NORMANDY VICTORY MUSEUM

À 3,5 km au nord-est de Carentan, en direction de Catz, ce musée a été inauguré en 2017. Sur un ancien aérodrome allié, on y évoque en une vingtaine de scènes la bataille des Haies avec des véhicules et des milliers d'objets authentiques, mais aussi des projections, un simulateur de char et d'avion, des tours en blindé, un parcours du combattant…

Parc d'activités
La Fourchette, Catz
50500 Carentan-les-Marais
Tél. : 02 33 71 74 94
www.normandy-victory-museum.com

CARENTAN EN BREF

La ville s'est développée grâce au trafic des navires chargés de vin, de sel, de beurre, de bétail, de volailles, de salaisons… Quelques rues pavées, des arcades médiévales, de vieilles demeures et des hôtels particuliers agrémentent le quartier de l'église de style gothique flamboyant. Lorsque l'écluse du Haut-Dick est fermée, on peut faire le tour complet du bassin (3,5 km). Un circuit de 40 km relie aussi les 13 sites du conflit (www.carentan-circuit-44.com).

Office de tourisme
24, place de la République
50500 Carentan-les-Marais
Tél. : 02 33 71 23 50
www.ot-baieducotentin.fr

Escapade 5 / DE LIVAROT À LISIEUX

/ 22,5 km

La majestueuse basilique Sainte-Thérèse, longue de 104 m et haute de 97 m.

Entre les vallées de la Vie et de la Touques, ce nouvel itinéraire balisé en 2016 relie deux sites historiques et très touristiques du pays d'Auge. On progresse essentiellement sur de petites routes campagnardes à partager avec un faible trafic local. On recense toutefois quelques vallonnements qui dispensent des points de vue variés et étendus. Châteaux, haras, pommiers, lavoirs, fontaines, églises typiques vous accompagnent. À coupler également, le temps d'un week-end par exemple, avec les deux boucles locales fléchées n° 7 et n° 8 (21,7 km et 36,9 km).

LISIEUX EN BREF

Le musée d'Art et d'Histoire vous éclaire sur la capitale du pays d'Auge, avant de vous rendre à la cathédrale Saint-Pierre (XIIe-XIIIe siècle), transition entre le roman et le gothique, et à l'élégant jardin de l'Évêché, témoin de la puissance des évêques locaux. La cité augeronne est indissociable du destin de sainte Thérèse (1873-1897) qui attire une foule de pèlerins dans l'immense basilique construite entre 1927 et 1954, mais aussi dans sa maison des Buissonnets et au carmel où elle entre à l'âge de 15 ans. Un jardin archéologique et un arboretum (12 ha) avec 700 arbres de 130 sortes ménagent de beaux espaces de détente, tout comme l'espace aquatique du Nautile. La gare de Lisieux est reliée à Caen (22 minutes), Paris (1 h 40) ou encore Mézidon-Canon (13 minutes). À vélo, on peut aussi rejoindre en moins de 18 km Pont-L'Évêque, via Coquainvilliers.

Office de tourisme
11, rue d'Alençon, 14100 Lisieux
Tél. : 02 31 48 18 10. www.lisieux-tourisme.com

Grange aux Dîmes
Perrières
Ancien prieuré
Escures-sur-Favières
CALVADOS
Cherbourg
SEINE-MARITIME
EURE
MANCHE
CALVADOS
ORNE
ILLE-ET-VILAINE
Le Mont St-Michel
Ste-Anne-d'Entremont
2,4 km
1,9 km
2,5 km
Bernières-d'Ailly
Ailly
Le Logis
Le Hôme
Le Grand Coulibœuf
Le Bourg Neuf
Morteaux-Coulibœuf
Vicques
Louvagny
Courcy
Le Bas de Pont
Pont
1,1 km
Vendeuvre
Macé
2,2 km
Jort
La Dives
Le Douit du Houle
Grisy
Croix
Morières
Lieury
1,9 km
Château de Grisy
Le Champ de Course
Carel
Château de Carel
4,6 km
Donville
Gare SNCF
Abbaye
Halles
St-Pierre-sur-Dives
Berville
La Martellerie
Hiéville
Thiéville
Ouville-la-Bien-Tournée
0
1
2 km

1 Entre cultures d'oignons et d'échalions, un chemin carrossable rallie la chapelle romane Sainte-Anne d'Entremont. Avec au loin l'épaulement de Montormel et les collines du pays d'Auge, on glisse vers Bernières-d'Ailly. Près de la rivière, une fromagerie associée au village de Jort perpétue depuis 1888 un fameux camembert au lait cru. Après 450 m sur une départementale parfois fréquentée, vous bifurquez bien vite vers le bourg de Vendeuvre.

2 Sitôt reparti, une stèle évoque l'exploit de la mi-août 1944 mené par les chars polonais qui percent enfin le front allemand après dix jours de combats.

3 Quelques minutes après la superbe église de Grisy, bénéficiant d'un sol propice et d'un soleil généreux, des arpents de vignes renouent avec la tradition ancestrale du vin.

4 Remarquez la longue stature minérale du château de Grisy (XVIe-XVIIIe siècle).

5 En épousant les courbes divines de la Dives, un léger écart permet d'apprécier une autre fromagerie réputée, un moulin fleuri, une église au clocher effilé, puis surtout le grand château de Carel de style Louis XIII. Rebroussant chemin, optez pour un final sécurisant le long de la voie ferrée. En apercevant l'autre façade de Carel on débouche près de la gare à 500 m des tours de l'abbatiale de Saint-Pierre-sur-Dives. De là on peut rejoindre l'itinéraire 5 (Cabourg-Montormel) à Écajeul, soit 6 km plats via Thiéville (D 271).

LE CHÂTEAU DE VENDEUVRE

Ce joyau familial classique contient plus de 800 meubles miniatures, de nombreux automates, une cuisine aux 500 cuivres. Sur 15 ha, des jardins exceptionnels se déclinent autour des topiaires, des labyrinthes, des jeux d'eau exotiques, d'une grotte tapissée de 200 000 coquillages. Le festival printanier voit la floraison de plus de 3 000 bulbes.

9, rue du Château, 14170 Vendeuvre
Tél. : 02 31 40 93 83
www.vendeuvre.com

Une autre échappée

Prolongez votre séjour à Falaise avec 30 km faciles. L'occasion d'admirer la chapelle de Saint-Vigor de Mieux, l'abbaye cistercienne de Villers-Canivet, une forêt de 550 ha, le château de Versainville…

LA MONTAGNE DU ROULE

Pour mériter l'incomparable vue du belvédère, juché à 117 m d'altitude, il faut grimper 1,3 km de lacets à 8,6 % de moyenne. Juste à côté, le fort propose une évocation de l'exode à la victoire, en passant par la propagande, la Résistance, la jeunesse en France et en Allemagne, le Débarquement, la bataille de Cherbourg. À mi-pente, muni d'un casque et d'une lampe frontale, on s'enfonce dans les galeries souterraines creusées dans le grès pour abriter quatre batteries de 105 mm, formant un réduit presque inexpugnable.

Montée des Résistants
Musée de la Libération
Tél. : 02 33 20 14 12
Batteries de la montagne du Roule
Tél. : 06 31 45 25 80
www.exspen.com

CHERBOURG EN BREF

Sur les pas de Jacques Demy et des *Parapluies de Cherbourg* (film tourné en 1963), on découvre une gigantesque rade aux eaux profondes de 1 500 ha protégée depuis l'époque napoléonienne par des digues et des forts. Quelques escales de paquebots géants rappellent la glorieuse épopée transatlantique lancée en 1870. Depuis 1899 l'arsenal construit également aussi des sous-marins. Entre la basilique Sainte-Trinité (XVe-XIe siècle), le théâtre à l'italienne (1882), le musée des beaux-arts Thomas-Henry, un dédale de passages relie les rues du centre historique. Parmi les oasis de verdure, il ne faut pas manquer le parc botanique Emmanuel-Liais, le jardin arboricole Montebello, l'espace exotique de l'hôpital maritime, sans oublier tous les bois qui festonnent les hauts de l'agglomération cherbourgeoise. Après la difficile conquête de Cherbourg en 1944, d'astucieux oléoducs acheminent sous la mer le pétrole des Alliés depuis l'île anglaise de Wight à 130 km.

Office de tourisme
Quai Alexandre-III
50100 Cherbourg-en-Cotentin.
Tél. : 02 33 93 52 02
www.cherbourgtourisme.com

LA CITÉ DE LA MER

Dans une reconversion exemplaire, l'immense gare maritime transatlantique, chef-d'œuvre de l'Art déco (1933), retrouve depuis 2002 une nouvelle jeunesse, avec déjà plus de 4 millions de visiteurs. Une journée est à peine suffisante pour avoir un aperçu des 17 aquariums, du sous-marin nucléaire géant, de la collection unique des engins visitant les abysses, de l'aventure virtuelle qui permet de marcher sous la mer, du souvenir de l'escale du *Titanic*, des traversées atlantiques, du destin des émigrants partis au Nouveau Monde. Des expériences ludiques et instructives couplées à une programmation dynamique qui utilise le meilleur des technologies audiovisuelles et informatiques.

Allée du Président-Menut
50100 Cherbourg-Octeville
Tél. : 02 33 20 26 69
www.citedelamer.com et
www.mediathequedelamer.com

LES AMÉNAGEMENTS CYCLABLES DANS LA MANCHE

Salués par un prix d'excellence en 2018 par la Fédération française de cyclotourisme (FFCT), les aménagements cyclables dans la Manche totalisent 1 800 km d'échappées, réparties entre véloroutes, voies vertes, quatre grands itinéraires, et une quarantaine de boucles locales balisées. Le plan vélo 2016-2021 poursuit le développement et améliore le réseau. Tout est détaillé sur Internet (cartes, traces, circuits, locations, adresses…) : www.manchetourisme.com/randonnee-a-velo Avec en outre le nouveau service de la Malle postale qui achemine vos bagages pendant vos périples (www.lamallepostale.com).

www.manchetourisme.com

Remerciements

Anne Jolibois, Armelle Le Goff et Stéphanie Pelletey
du Comité du tourisme du Calvados.

Élie Daguet et Jean-Frédéric Jolimaître
du Conseil départemental du Calvados.

Sophie Bougeard, Claire Larquemain et Stéphan Barrault
du Comité du tourisme de la Manche.

Carole Rauber et Didier Huchet du Comité du tourisme de l'Orne.

Nadia Le Coguiec, Dominique Sasset et Grégory Delahaye
du Comité régional du tourisme de Normandie.

Mathilde Lelandais de l'Office de tourisme de Cabourg.

Karin Baddely de l'Office de tourisme de Vimoutiers.

Benoît Jariel de l'Office de tourisme de Falaise.

Lucie Le Chapelain et Bernard Cauvin
de la Cité de la Mer de Cherbourg.

Nicolas Milcent, Agence Accom's.

Pascal Margueron, Agence AiRPur.

Grands mercis pour leur aide et leurs précieux conseils à
Stéphane Meunier, Apolline et Frédéric Vallet de Saint-Pair-sur-Mer,
Jérôme Perez de Bréville-sur-Mer, Michel Lethimonnier d'Yquelon,
Aurélie, Justin, Catherine et François Briane de Bayeux,
Daniel Coudray de La Haye-du-Puits,
Jean-Vincent Boutry de Port-en-Bessin, Paul Vitard de Caen,
Maï Melacca de Nantes.

Éditions **OUEST-FRANCE**
Rennes

Éditeur Hervé Chirault
Coordination éditoriale Isabelle Rousseau
Conception graphique Studio graphique des Éditions Ouest-France
Mise en page et photogravure Graph&Ti, Rennes (35)

© 2019, Éditions Ouest-France
Édilarge SA, Rennes
ISBN : 978-2-7373-7999-4
Dépôt légal : mars 2019
N° d'éditeur : 10094.01.2,5.03.19

Imprimé en CEE
www.editionsouestfrance.fr