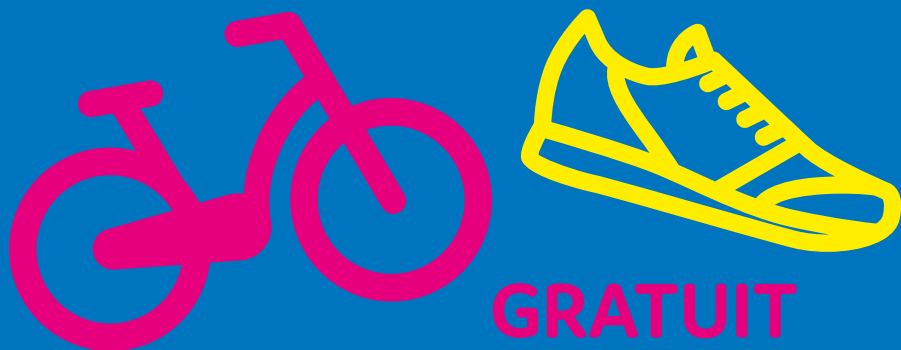


VIVRE
MA VILLE

À VÉLO

À PIED

L'agenda des rendez-vous vélo/marche de juin à novembre 2020



GRATUIT

Toute l'année, roulez et marchez
dans la ville et au contact de la nature*

- Circuits d'apprentissage, balades pour découvrir le patrimoine, les espaces naturels, les lieux culturels, touristiques, les endroits insolites et méconnus, le terroir et ses atouts, la faune, la flore...
- Programme pour tous à partir de 8 ans

CAEN.FR @  

CAENA
NORMANDIE 

*Sur inscription obligatoire

PRÉ-INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES

au 02 31 30 45 01

ou 06 13 37 29 56

(le nombre de places
est limité pour des
raisons de sécurité
et de jauge de visite).



Dimanche 14 juin 3h

Balade au gré des champs de lin

Découverte de la filière lin.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville

Jeudi 25 juin 3h

Découverte des ressources durables #1

La culture du lin, les fibres et ses débouchés

Rencontre avec un agriculteur pour parler de cette culture ancestrale particulière.

• De 9h15 à 12h15. Colline aux oiseaux

Dimanche 28 juin 3h

Découverte de la filière du bois à travers son histoire

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville

Dimanche 5 juillet 3h

Balade entre campagne et mer

pour découvrir les boucles « marines » de la Côte de Nacre.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville

Les mercredis 8, 29 juillet et 26 août 2h

Vélo citadin

3 balades pour découvrir la « ville » et ses petits trésors.

À partir de 8 ans (accompagnés).

• Départ à 10h de l'hôtel de ville



Les jeudis 9, 16, 23 et 30 juillet 2h

Vélo d'été

4 balades pour découvrir la campagne et les bois à proximité de la mer.

À partir de 8 ans (accompagnés).

Organisé par Caen la mer.

• Départ à 10h de l'Office de tourisme de Colleville Montgomery (angle avenue de Bruxelles et boulevard Maritime).

Mercredi 22 juillet 3h

Découverte des ressources durables #2

La Pierre de Caen

Naissance et rayonnement de la Ville à travers les âges : déambulation commentée par un spécialiste entre bâtiments, édifices et fronts de taille urbains.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville

Mercredi 22 juillet 3h

Découverte des ressources durables #3

Visite de l'Unité de Valorisation Énergétique des déchets de Colombelles

Comment se chauffer avec l'énergie des déchets ménagers ?

À partir de 8 ans (accompagnés).

• De 13h45 à 17h. Hôtel de ville

Uniquement sur réservation (10 places).
Chaussures fermées obligatoires.



Dimanche 23 août

journée

Chasse au trésor photo à vélo - 2^e édition

De 9h45 à 17h : quatre missions photos à réaliser sur deux thèmes urbains imposés : l'arbre et les lieux insolites.

15 groupes de 2 à 3 reporters maximum à vélo (adultes et enfants à partir de 8 ans).

Co-organisée avec la photographe professionnelle, Florence Grall du Studio 101 (rue Caponière).

Au programme :

- Rdv à 9h45 au centre sportif de la Haie-Vigné (135 rue de Bayeux).
- De 10h à 10h30 : mini cours de photo.
- Déjeuner partagé sur place : prévoir son pique-nique.
- Entre 16h et 17h : goûter offert, photo de groupe, palmarès du jury.



Vendredi 11 septembre

4h

Plongée dans les entrailles du sous-sol caennais

Visite des carrières de la Maladrerie avec un expert, suivie d'un encas dînatoire à la bougie à 15 mètres sous Caen... une idée à 12 degrés... Petite balade nocturne pour le retour.

- De 17h30 à 21h30. Hôtel de ville
Prévoir des victuailles à partager avec le groupe, de bonnes chaussures fermées et des vêtements chauds.

Uniquement sur réservation (16 places).



Dimanche 13 septembre

3h

Sortie en famille ou en solo pour découvrir la biodiversité locale

À partir de 10 ans (accompagnés).

- De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville



Du mercredi 16 au mardi 22 septembre

Bouger au grand air...

en ville et autour de la ville

Un programme d'animations ludiques et éducatives proposé par les acteurs associatifs caennais et la Ville de Caen : courses à vélo, bourse aux vélos, gravage antiviol, balades, marches...

Programme sur caen.fr et maisonduvelocaen.fr



Samedi 19 et dimanche 20 septembre

2j

Les boucles rando à vélo de la Communauté urbaine

Un raid de deux jours, à deux ou en solo, en lien avec les Journées européennes du patrimoine. Inscrivez-vous pour représenter votre ville !

Sillonnez les communes de la Communauté urbaine de Caen la mer et découvrez le patrimoine (matériel ou immatériel).

À chaque commune-étape, répondez à 2 questions ou énigmes.

Organisées par Caen la mer.

- Départ de l'hôtel de ville (parking possible), le samedi à 8h30. Briefing et distribution des carnets de route. Prévoir son repas du samedi midi et un sac d'affaires (changes) qui sera emmené par voiture sur site. Soirée étape le samedi en hébergement collectif sur la côte comprenant un repas et un petit déjeuner.

Départ le dimanche matin pour la deuxième partie du circuit

Arrivée prévue vers 18h30 à Caen.

Uniquement sur réservation (24 places).

À partir de 18 ans, cyclistes confirmés (environ 70km/jour par chemins, routes et voies cyclables), prévoir de bons vélos type vtc et vtt (pas de vélo urbain ou de route) bien préparés/vérifiés.

Attention : un gilet réfléchissant et un casque sont obligatoires.



Mardi 22 septembre 3h

Découverte des ressources durables #4

La vie de la Terre commentée par une agronome de la Chambre d'Agriculture du Calvados - Normandie.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville

Uniquement sur réservation (20 places).



Mercredi 30 septembre 3h

Découverte des ressources durables #5

La transformation de l'acier à Caen

L'alliance d'un savoir-faire traditionnel ancestral et d'une technicité industrielle à la pointe du progrès.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville



Dimanche 4 octobre 3h

L'eau, un élément prépondérant à Caen et sous toutes ses formes

Balade urbaine commentée sur Caen, ville d'eau : le captage, la potabilité, les cours d'eau et leurs enjeux environnementaux.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville



Samedi 10 octobre 1h

Dans le cadre de l'opération « Rallumons les étoiles », **une marche sous les étoiles** vous emmènera dans la campagne environnante admirer le ciel, en compagnie d'un spécialiste de l'astronomie.

Programme complet sur caen.fr (en sept.)

• De 20h à 21h. Parc de la Fossette

Prévoir lampe et vêtements adaptés.



Jeudi 22 octobre 2h30

Découverte des ressources durables #6

La compréhension de l'arbre, la gestion, les filières bois

Circuit en forêt commenté par un agent de l'ONF.

• Rendez-vous à 9h15 au parking du Chêne Guillot dans la forêt de Grimbosq à Mutrécy.

Uniquement sur réservation (20 places).

Prévoir de bonnes chaussures.



Dimanche 25 octobre 3h

Balade urbaine commentée sur la

reconstruction de la ville après la Bataille de Normandie, confiée à l'architecte Marc Brillaud de Laujardière.

• De 9h15 à 12h15. Hôtel de ville.

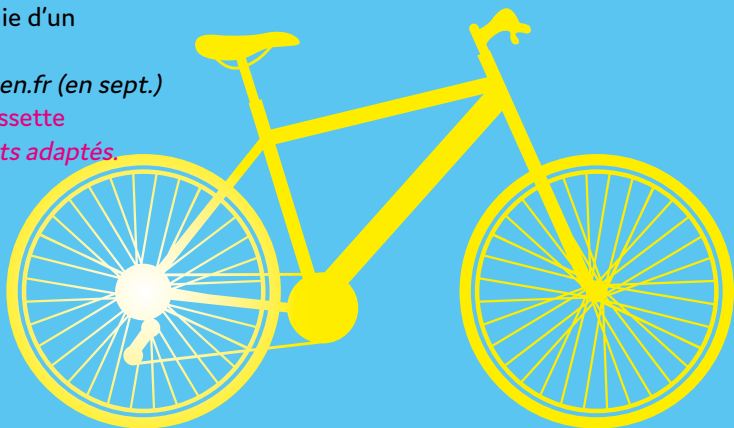


Dimanche 15 novembre 3h

Balade gourmande à Croq'Gourmand

Sur la trace des savoir-faire et des personnages de la tradition culinaire caennaise

• De 9h15 (hôtel de ville),
à 12h15 (place Saint-Sauveur).



Bons pour la santé et l'environnement, la marche à pied et le vélo partagent les mêmes atouts.

La marche, comme le vélo, c'est plus rapide et gratuit pour aller chercher son pain, faire son marché, se rendre à l'école, accomplir une démarche administrative, aller à la poste...

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les promeneurs à pied sont renseignés sur les distances qui les séparent des différents lieux incontournables de Caen grâce aux panneaux indicateurs cofinancés par la Ville de Caen et l'Agence régionale de santé (dans le cadre du Contrat local de santé).



PÉDALER EN SÉCURITÉ

- > Entretien du vélo : pneus, éclairages avant/arrière, freins, sonnette.
- > Casque et gilet obligatoires pour les moins de 12 ans et fortement conseillés pour les adultes
- > Gilet réfléchissant obligatoire de nuit, en cas de faible visibilité et hors agglomération
- > Pour les balades nocturnes, se munir d'une lampe frontale.
- > Prévoir des vêtements adaptés et de l'eau.

VIVRE MA VILLE

À VÉLO

À PIED

Les aménagements cyclables à Caen : 129,6 km

dont

- > 5 km périphérique cyclable
- > 18 km bandes cyclables
- > 28,2 km pistes cyclables
(dont 3,2 km aménagées depuis le déconfinement)
- > 25,3 km double-sens cyclables
- > 8,5 km voies vertes
- > 28,4 km zone 30
- > 8,6 km aires piétonnes
- > 4,2 km zones de rencontre
- > 3,4 km couloirs bus/vélo

coupdepoucevelo.fr

présente les différentes mesures gouvernementales pour encourager la pratique du vélo :

- > coup de pouce « Réparation »
(la liste des professionnels locaux inscrits est sur le site Internet)
- > coup de pouce « Remise en selle »
(proposé par Véloisol à la Maison du vélo)



MAISON DU VÉLO

> Toute l'information et les actualités vélo sur maisonduvelocaen.fr

> Au 54 quai Amiral Hamelin à Caen
02 31 34 45 70

EN BREF

Baromètre 2019 des villes cyclables :

la ville de Caen récompensée. Avec une note de 3,25 sur 6, **Caen est classée 3^e ville cyclable** dans la catégorie des villes de 100 000 à 200 000 habitants.

Le baromètre est construit autour de cinq catégories : ressenti général, sécurité, confort, importance du vélo et stationnement et services.

(source : Fédération française des usagers de la bicyclette - fév. 2020).

LA VILLE VOUS AIDE À VOUS DÉPLACER À VÉLO

- > Plan vélo/marche
- > Aide à l'achat de vélos
- > Géovélo, l'application qui guide les cyclistes

Information sur caen.fr/velo-pied



Plan disponible sur caen.fr, la Maison du vélo et l'Office de tourisme de Caen la mer...

CAENA
NORMANDIE