

# cyclo

## SENSATIONS

Itinéraires & escales  
à vivre en grand



# cyclo

## SENSATIONS

### édito

Véritable invitation à explorer et à sillonner les territoires, tous ses adeptes vous le diront, à vélo tout devient beau !

Sain et durable, le cyclisme d'hier est aujourd'hui bien plus qu'un simple mode de transport. C'est un appel à parcourir le monde et à cohabiter respectueusement avec les éléments de la nature qui nous entourent. Faire du vélo en Seine-et-Marne, c'est aussi la promesse d'un nouveau voyage, celle d'un effort insoupçonné qui vous poussera à vivre une expérience unique au gré de la météo et au fil des saisons. Mains sur le guidon, au rythme du cadencement de vos pédales, partez dans nos forêts, le long des rivières, dans nos plaines et au cœur de nos villages de caractère. La passion vélo vous guette !

Amateur de balade découverte, de promenade champêtre ou de circuit à sensation, ce guide vous offre de nombreuses possibilités pour découvrir le patrimoine naturel et culturel de notre territoire ainsi que de bonnes adresses où déguster nos produits locaux d'exception.

À tous les cyclistes d'un jour, et à ceux qui le sont depuis toujours, montez sur votre vélo, évadez-vous, ressourcez-vous et laissez-vous surprendre par notre terrain de jeu grandeur nature, la Seine-et-Marne.

#### Olivier MORIN

*Président de Seine-et-Marne Attractivité  
Conseiller départemental délégué à l'Attractivité,  
au Tourisme et au Développement*

## Sommaire

03 Paroles d'ambassadeurs !

04 Douces évasions

10 Jolies traversées

14 Longues échappées

18 Vélo & fromages

21 Circuits sensations & BMX

22 Scandibérique

24 Les pros du cyclo

26 Paroles d'ambassadeurs !

# Des mots, à vélo...

## Paroles d'ambassadeurs



### ○ Maga, Tanguy, Abigaël, Nadia et Dominique



Cyclistes du dimanche en famille

Secteur Melun / Saint-Fargeau-Ponthierry

Niveau amateur

*Pour nous, parcourir le chemin de halage de Melun à Saint-Fargeau-Ponthierry, c'est un peu comme entrer dans une épopée à dix roues.*

*Entre les reflets dans l'eau de la Seine et les animaux qui dans les airs, les eaux ou sur terre nous enchantent de leur vue ou de leur chant, chaque coup de pédale est un réel bonheur. Notre conseil secret : prendre le temps de s'arrêter, respirer l'air de la Seine-et-Marne et goûter chaque kilomètre comme s'il était une pépite de chocolat local. La vérité est sur la route, elle se découvre en pédalant le nez dans l'air...*

### ○ Sacha

Cast Member à Disneyland Paris

Secteur Marne-la-Vallée

Niveau intermédiaire

*La Seine-et-Marne offre dans le nord du département de sublimes parcours et paysages entre ville et campagne. Ce que j'aime faire à vélo, surtout pour admirer la magie de Disneyland Paris de loin, c'est partir via le boulevard du Grand Fossé qui entoure cet endroit féérique et pousser jusqu'à Val d'Europe. Pour les plus courageux, en seulement 50 min, on peut rejoindre la ville historique de Meaux pour se dépayser et goûter des spécialités comme le Brie de Meaux après tant d'efforts.*

### ○ Stéphane

Artisan et créateur de «Rustine et Manivelles»

Secteur Moret-sur-Loing

Niveau expert



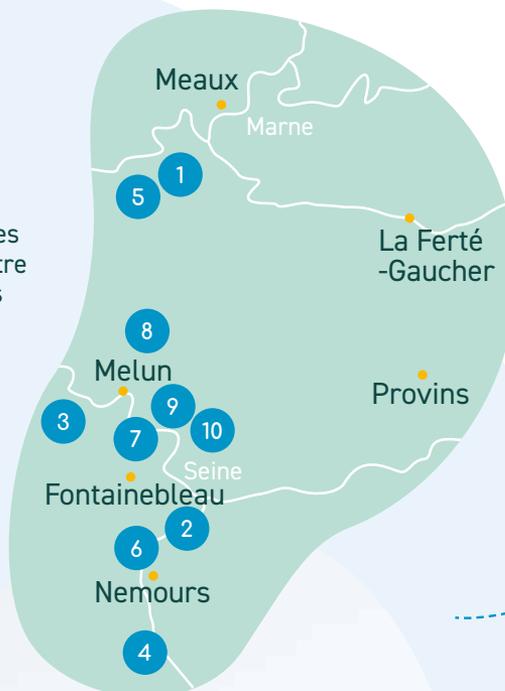
*La région de Moret-sur-Loing propose des sorties à vélo pour tous les goûts. Au nord, on retrouve les bords de Seine jusqu'à Melun, au sud et à l'est, les petites routes de campagne vers la vallée de l'Orvanne ou du Lunain, à l'ouest la forêt de Fontainebleau. La Scandibérique (ou EuroVéloroute 3 reliant la Norvège à Saint-Jacques-de-Compostelle) traverse la région ; cela permet à ceux qui veulent aller plus loin de rejoindre la Loire à vélo à Orléans. Et pour les plus téméraires, on peut y rejoindre l'EuroVéloroute 6 à Briare vers la mer Noire.*

*Personnellement, j'aime démarrer une boucle par la forêt de Fontainebleau jusqu'à la mare aux fées par exemple, redescendre vers le village de Bourron-Marlotte, rejoindre le canal du Loing à Montcourt-Fromonville et revenir à Moret-sur-Loing par le chemin de halage. L'arrivée à Moret-sur-Loing par le pont traversant le Loing offre une vue sur la Porte de Bourgogne, le donjon, l'église et sur le Loing bien sûr, le panorama y est très beau.*

# Douces évasions

**déal pour les familles et amoureux de nature  
qui souhaitent prendre leur temps pour découvrir  
le patrimoine de proximité.**

Notre sélection « Douces évasions » vous propose des boucles champêtres où le temps semble s'arrêter pour vous permettre d'apprécier les environs, ses couleurs, ses bâtiments et tous ses habitants. Le long de la Seine, de la Marne ou encore en lisière de forêt, vos balades à vélo riment avec détente et plénitude. Dans les sentiers longeant de jolis villages de caractère, vous pourrez faire une halte et déguster des produits du terroir et quelques spécialités dans nos bonnes tables seine-et-marnaises.





## 1 Bords de Marne Lac de Vaires

Une boucle vivifiante et nature sur les bords de la Marne, profitez-en pour faire une halte au stade olympique nautique à l'Île de Loisirs de Vaires-Torcy. Et pour les plus gourmands, les mercredis, vendredis et dimanches sont les jours de marché à Lagny où vous trouverez les bons produits des producteurs locaux !

Lagny-sur-Marne > Lagny-sur-Marne

Très facile

Distance : 16,7 km

Durée : 1h15

Denivelé : 53 m



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

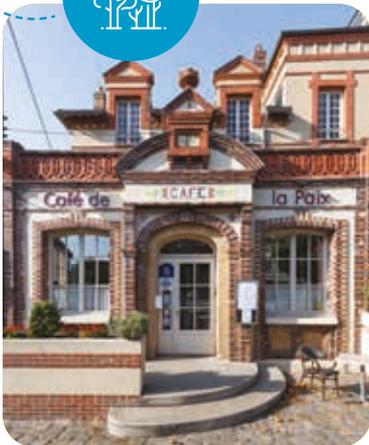
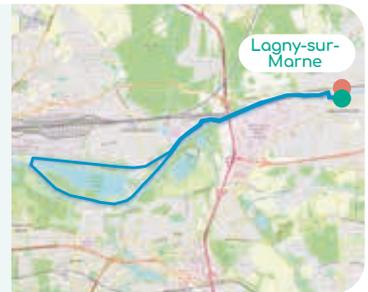


### À voir sur le parcours

- À Lagny-sur-Marne :
  - La place de la Fontaine
  - Église Notre-Dame des Ardents
- À Vaires-sur-Marne :
  - Le stade nautique olympique

### Étapes gourmandes

- À Lagny-sur-Marne :
  - Apiculteur récoltant «Abeille et miel»
  - Les cookies «Okookeat»
- À Vaires-sur-Marne :
  - Restaurant «Le Rally nautique»



## 2 Circuit cyclotourisme autour de Bourron-Marlotte

Un parcours pittoresque qui vous mènera jusqu'au cœur d'un village situé en lisière de la forêt de Fontainebleau, Bourron-Marlotte, en passant par le village de Grez-sur-Loing. Ces 2 communes sont labellisées « village de caractère » ; vous vous baladerez entre belles demeures et découverte de patrimoine.

Montcourt-Fromonville > Bourron-Marlotte

Très facile

Distance : 8,6 km

Durée : 45 min

Denivelé : 60 m



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

### À voir sur le parcours

- À Grez-sur-Loing :
  - La mairie-musée
  - Le Tacot des Lacs
- Le village de Bourron-Marlotte

### Étapes gourmandes

- À Bourron-Marlotte :
  - Restaurant «Bistro du Broc»
  - Restaurant «Café de la Paix»
  - Apiculteur récoltant «Délices de la ruche»





### 3 La grande balade de Saint-Fargeau-Ponhierry à Seine-Port



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

La traversée de deux communes le long de la Seine, **Seine-Port**, labellisée « village de caractère » et **Saint-Fargeau-Ponhierry**, ville au passé industriel représenté par l'ancienne usine de papiers peints Leroy, désormais lieu de mémoire et centre culturel.

Saint-Fargeau-Ponhierry > Seine-Port

Très facile Distance : 20,5 km Durée : 1h40 Dénivelé : 202 m

#### À voir sur le parcours

- À Seine-Port :
  - Bois de l'Ormeteau
  - Sainte-Assise Aventure
- À Saint-Fargeau-Ponhierry :
  - Centre culturel Les 26 couleurs

#### Étapes gourmandes

- À Seine-Port :
  - Miel de Seine-Port
- À Saint-Fargeau-Ponhierry :
  - Restaurant «Le Moulignon»
  - Restaurant «L'Atelier»



### 4 Boucle médiévale de la Scandibérique



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

Avec cette boucle champêtre à vélo, **découvrez la cité médiévale de Château-Landon**, labellisée « village de caractère ». Vous pourrez admirer ses jolies ruelles en pavés, son lavoir, et apprécier la gastronomie locale dans ses restaurants. Profitez-en pour faire une pause à la halte nautique de Néronville et vous rafraîchir sous les arbres.

Château-Landon > Château-Landon

Très facile Distance : 10 km Durée : 30 min Dénivelé : 113 m

#### À voir sur le parcours

- À Château-Landon :
  - Le Pont Canal de Néronville
  - L'église Notre-Dame de l'Assomption
  - La mascotte de Château-Landon, le Petit Pèlerin

#### Étapes gourmandes

- À Château-Landon :
  - Restaurant «Le Cheval Blanc»
  - Ferme de Fontaine
  - Apiculteur «Les abeilles de grands moulins»





## 5 Au sud de la Marne

Une boucle au sud de la Marne parfaite pour visiter les parcs des Frênes et du Mont Evrin ainsi que les sculptures de la Dhuis. Un vrai petit air de vacances se fait sentir en longeant la Marne. Durant votre balade, vous passerez par le pont Jeanne d'Arc, emprunté autrefois par la jeune combattante du même nom.



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature



Lagny-sur-Marne > Lagny-sur-Marne

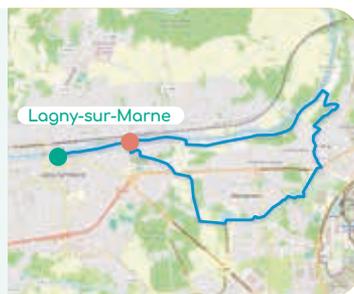
Facile Distance : 12 km Durée : 1h Dénivelé : 158 m

### À voir sur le parcours

- À Montévrain :
  - Parc des Frênes et du Bicheret
  - Pont Jeanne d'Arc
- À Chessy :
  - Sculptures de la Dhuis

### Étapes gourmandes

- À Chanteloup :
  - Cueillette du Plessis
- À Bussy-Saint-Georges :
  - Vignoble de la Brosse
- À Dampmart :
  - Restaurant «Le Quincangrogne»



## 6 Boucle de la forêt domaniale de la Commanderie

Entre paysages forestiers et villages de caractère, prenez un bol d'air frais en sillonnant la forêt domaniale de la Commanderie. Dans les chaos de grès exceptionnels tel que le rocher de l'Éléphant, de Maunoury et de la Dame Jouanne, vous retrouverez sur votre passage, amateurs de sport de grimpe et de nature.



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

Montcourt-Fromonville > Montcourt-Fromonville

Très facile Distance : 32 km Durée : 3h Dénivelé : 226 m

### À voir sur le parcours

- À Nemours :
  - Château-musée
  - Musée de Préhistoire
- Forêt domaniale de la Commanderie

### Étapes gourmandes

- À Nemours :
  - Chocolatier «Des Lis Chocolat»
- À Larchant :
  - Auberge de «La Dame Jouanne»
- À Grez-sur-Loing :
  - Restaurant «Le Relais de Grez»





## 7 Promenade à la Rochette

En lisière de forêt de Fontainebleau, vous pédalerez dans un Espace naturel sensible qui longe les bords de Seine. Vous êtes à seulement quelques pas de la gare de Melun, entourés d'eau et d'espèces végétales emblématiques de la région. Ce circuit à vélo, parfait pour une pause verte entre forêt et cours d'eau, vous permettra d'admirer les Affolantes et une nature d'exception.



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

La Rochette > La Rochette

Très facile

Distance : 11 km

Durée : 1h20

Dénivelé : 76 m

### À voir sur le parcours

- À La Rochette :
- Les Affolantes
- Espace naturel Bois de la Rochette

### Étapes gourmandes

- À La Rochette :
- Restaurant «La Cantine des Grands»



## 8 Melun-Vaux à vélo

Une balade qui vous guidera sur les traces de Nicolas Fouquet. En solo ou en famille, depuis la gare de Melun, enfourchez vos vélos et succombez au charme du château de Vaux-le-Vicomte en longeant l'Almont. Sur la route, vous pourrez faire une halte champêtre au jardin des Carmes ou près du Moulin du Roy en passant par le pont de Maincy.



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

Melun > Maincy

Très facile

Distance : 9 km

Durée : 1h15

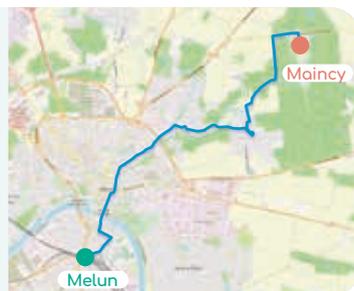
Dénivelé : 84 m

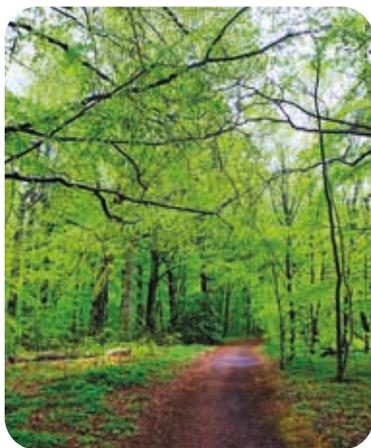
### À voir sur le parcours

- À Melun :
- Le Jardin des Carmes
- À Rubelles :
- Le Moulin du Roy
- À Maincy :
- Château de Vaux-le-Vicomte

### Étapes gourmandes

- À Melun :
- Rucher des Carmes
- Restaurant «L'Atelier des Saveurs»





## 9 Les bords de Seine de Boissettes



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Une balade, certes citadine, mais bordée par la forêt régionale de Bréviande, la parenthèse bucolique et rafraîchissante du coin ! Autrefois aux mains du duc d'Orléans, les vestiges du mur d'enceinte de ce domaine restent encore perceptibles. N'oubliez pas de faire un arrêt à l'église de Notre-Dame de la Nativité au Mée-sur-Seine pour faire une pause.

Boissettes > Boissettes

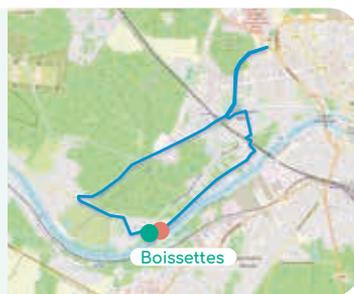
Très facile Distance : 11,4 km Durée : 2h Dénivelé : 68 m

### À voir sur le parcours

- À Vert-Saint-Denis :  
Forêt de Bréviande
- Au Mée-sur-Seine :  
Notre-Dame de la Nativité

### Étapes gourmandes

- Au Mée-sur-Seine :  
Restaurant « Les Grillades de Seine »  
Restaurant « Le Bistro de la Grande Maison »



## 10 À la découverte du parc de Livry-sur-Seine



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Au travers des sentiers non balisés, découvrez le parc de Livry-sur-Seine, un Espace Naturel Sensible qui vous apaisera durant votre balade à vélo. Entourez-vous de nature et d'eau. En longeant les bords de Seine, vous pourrez admirer les Affolantes, ces demeures de villégiature du 19<sup>e</sup> au charme fou !

Livry-sur-Seine > Livry-sur-Seine

Très facile Distance : 8 km Durée : 1h07 Dénivelé : 64 m

### À voir sur le parcours

- À Livry-sur-Seine :  
Espace Naturel du Parc de Livry  
Le Clos Notre Dame

### Étapes gourmandes

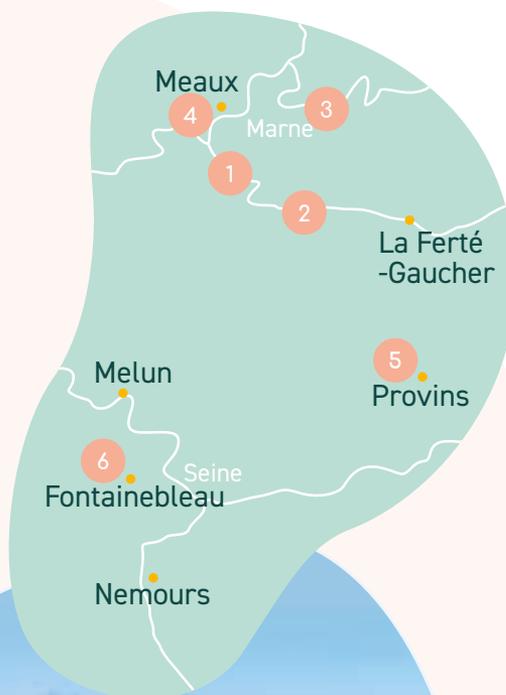
- À Livry-sur-Seine :  
Restaurant « Les Délices de Livry »  
Les Vignes de Livry



# Jolies traversées

**Q**uelques barres de céréales dans le sac, une gourde bien fraîche sur votre porte-bidon, et un casque robuste sur la tête, ça y est vous êtes prêts pour dévaler les vallées, sillonner les paysages et chemins pittoresques de la Seine-et-Marne !

Des balades « plaisir » et vivifiantes vous attendent tout au long de ces jolies traversées. Ces itinéraires sont aussi bien adaptés pour les sportifs que pour les amateurs de découvertes et de voyages. À vélo, de charmants petits bourgs sont à la portée de toutes nos plus belles villes et édifices historiques. Nature et cours d'eau vous guideront dans vos traversées à la rencontre d'une Seine-et-Marne authentique et mystique.





## 1 La Brie de Crécy-la-Chapelle à La Ferté-sous-Jouarre



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Dans un charmant décor bucolique, depuis la vallée des peintres du Grand Morin en direction de La Ferté-sous-Jouarre, vous pédalerez dans la grande plaine du pays Briard, sur des chemins agricoles tout en observant de jolies maisons en pierre meulière. Sur votre chemin, vous pourrez vous laisser tenter par une dégustation de Brie à Jouarre.

Crécy-la-Chapelle > La Ferté-sous-Jouarre

Très facile

Distance : 32 km

Durée : 3h

Dénivelé : 392 m



### À voir sur le parcours

- À Crécy-la-Chapelle :  
○ Collégiale Notre-Dame de l'Assomption
- À La Ferté-sous-Jouarre :  
○ Espace naturel sensible du Bois de la Bergette

### Étapes gourmandes

- À La Ferté-sous-Jouarre :  
○ Auberge du Petit Morin
- À Jouarre :  
○ Fromagerie Ganot
- Dégustation : Nassau Rhum
- À Sancy :  
○ Ferme de Mauperthuis



## 2 La Brie de Coulommiers à Crécy-la-Chapelle



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Depuis la capitale des fromages de la Brie, cette balade à vélo vous emmènera jusqu'à la Venise briarde pour contempler ses canaux et paysages pittoresques, sur les pas des peintres du 19<sup>e</sup>. Là, vous trouverez un peu d'inspiration avec ses ponts fleuris et ses lavoirs. Entre nature et cours d'eau, vous pourrez apprécier son calme et le plaisir de la balade au bord du Grand Morin et près des rives de l'Aubetin.

Coulommiers > Crécy-la-Chapelle

Très facile

Distance : 29 km

Durée : 3h

Dénivelé : 424 m

### À voir sur le parcours

- À Coulommiers :  
○ Centre historique
- Le village de Guérard
- Le village de Crécy-la-Chapelle
- Cryptes de Jouarre

### Étapes gourmandes

- À Guérard :  
○ Vignoble : Vigne en Vie
- À Crécy-la-Chapelle :  
○ Ferme de Ferolles
- Restaurant «Le Panoramic»





### 3 La Brie

## de La Ferté-sous-Jouarre à Coulommiers

À travers les vallons et plateaux, la Brie s'offre à vous avec cet itinéraire qui associe nature, patrimoine et gastronomie. Sur le chemin, vous serez conquis en découvrant les vestiges de Jouarre, le village de caractère de Doue perché sur sa butte, ou encore après avoir dégusté une part de Brie en contemplant la plaine.

La Ferté-sous-Jouarre > Coulommiers

Très facile Distance : 29 km Durée : 3h Dénivelé : 338m



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

#### À voir sur le parcours

- À Jouarre :
  - L'Abbaye Notre-Dame
- À Coulommiers :
  - Commanderie des Templiers

#### Étapes gourmandes

- À Coulommiers :
  - Fromagerie «La Fromagère/Ferme Jehan de Brie»
- À Saint-Germain-sur-Morin :
  - Restaurant «Caffè-It»



### 4 Meaux, circuit de la Grande Guerre

Prêts pour une échappée historique dans les vastes étendues du pays de Meaux ? Sur les traces de la Grande Guerre, à travers champs, le vent et les chemins ruraux vous porteront à la découverte de magnifiques bâtiments historiques de la région et de ses spécialités gastronomiques.

Meaux > Meaux

Très facile Distance : 38km Durée : 6h Dénivelé : 465m



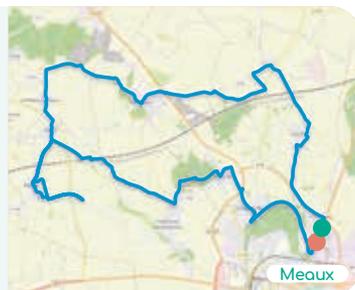
Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

#### À voir sur le parcours

- À Meaux :
  - Cité épiscopale
  - Musée de la Grande Guerre
- À Chauconin-Neufmontiers :
  - Château de Martroy
- À Monthyon :
  - Domaine Jean-Claude Brialy

#### Étapes gourmandes

- À Meaux :
  - Apiculteur «Aux ruchers de Meaux»
  - Brasserie de Meaux
  - Fromagerie Saint-Faron
  - Restaurant «Le Bistro'Zof»





## 5 Le Provinois

Une visite pittoresque du Provinois vous attend avec ce parcours sur votre deux roues.

Découvrez sur votre chemin cette ville classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, ses bâtiments médiévaux, son artisanat, sa gastronomie, ses légendes, ses trains d'autrefois et sa réputée Rose de Provins. Une balade unique qui vous fera aimer le pays provinois !

Provins > Provins

Très facile

Distance : 33km

Durée : 4h

Dénivelé : 350m



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

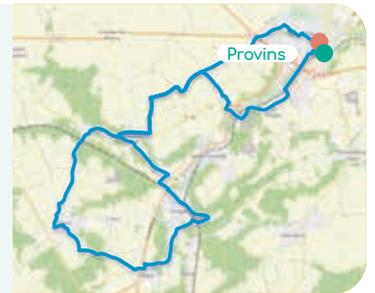


### À voir sur le parcours

- À Saint-Loup-de-Naud :  
Bruno Treni, artisan céramiste
- À Provins :  
La Roseraie
- À Longueville :  
Musée vivant du chemin de fer

### Étapes gourmandes

- À Provins :  
Restaurant «Au Banquet des Troubadours»
- Biscuiterie «Gourmandises médiévales»
- Apiculteur-Confiseur «La Ronde des abeilles»



## 6 Parcours Fontainebleau Barbizon

**Vous ne résisterez pas à l'appel de la forêt !** Depuis l'Office de tourisme de Fontainebleau, ville historique, dynamique et commerçante, vous traverserez la forêt avant de découvrir le village de caractère de Barbizon, ses commerçants, son art et son histoire. Au grand air, tout au long de la balade, le panorama vous séduira avec ses grands arbres, sa chênaie de 200 ans, ses rochers et son panorama grandiose.

Fontainebleau > Fontainebleau

Facile

Distance : 21km

Durée : 1h20

Dénivelé : 460m



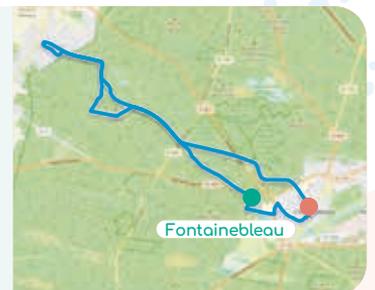
Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

### À voir sur le parcours

- À Fontainebleau :  
Château de Fontainebleau  
Forêt de Fontainebleau
- À Barbizon :  
Musée des peintres de Barbizon  
Musée Jean-François Millet

### Étapes gourmandes

- À Barbizon :  
Épicerie - Glacier «Au carré sauvage»  
Salon de thé «La juxtaposition»
- À Fontainebleau :  
Restaurant «Les petites bouches de l'Empereur»



# longues échappées

**U**ne bonne condition physique et surtout une soif de grands espaces vous emmèneront sur nos longues échappées.

Entre châteaux, Seine et forêt, vos randonnées à vélo vous promettent de magnifiques points de vue uniques tout au long de votre chemin. Le sens de l'effort vous récompensera en vous offrant un patrimoine riche à proximité de ces itinéraires mais aussi des haltes gourmandes sur votre chemin. Contemplez, respirez et appréciez l'art et la nature qui vous entourent, le temps d'une journée ou d'un weekend, votre vélo vous guidera dans nos territoires à travers les époques le long de ses cours d'eau et de ses forêts.





## 1 Balade au bord de l'eau, le long du canal du Loing



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Un parcours signalé entre chemins de halages au bord du Loing, forêt et ville fortifiée, vous êtes sur un tronçon de la Scandibérique. Une échappée jalonnée de beaux paysages s'offre à vous. Sur votre trajet, c'est un patrimoine remarquable qui vous attend avec notamment la ville de l'impressionniste Sisley, Moret-sur-Loing et pour les plus courageux qui pousseront jusqu'à Fontainebleau, son majestueux château.

Souppes-sur-Loing > Fontainebleau

Très facile

Distance : 46,5km

Durée : 5h

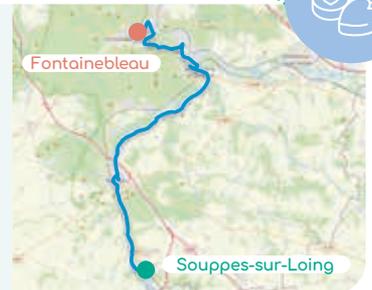
Dénivelé : 546m

### À voir sur le parcours

- À Nemours :
  - Château-Musée
  - Moret-Loing et Orvanne
  - Château de Fontainebleau

### Étapes gourmandes

- À Nemours :
  - Chocolatier «Des Lis Chocolat»
- À Montcourt-Fromonville :
  - Restaurant «Le Chabada»
- À Moret-sur-Loing :
  - Glacier «1001 Glaces»



## 2 De Fontainebleau à Barbizon, entre Seine et forêt



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Une forêt d'exception, la « maison des siècles », un village de peintres de renommée, une traversée de la vallée de Seine et de la plaine de Bière, voici le programme de cette excursion au travers de la nature et d'un patrimoine emblématique. C'est un circuit à faire idéalement sur 2 jours si vous souhaitez prendre le temps de tout visiter !

Fontainebleau > Fontainebleau

Très facile

Distance : 43,3km

Durée : 5h

Dénivelé : 413m

### À voir sur le parcours

- À Fontainebleau :
  - Château de Fontainebleau
  - Forêt de Fontainebleau
- À Barbizon :
  - Musée des peintres de Barbizon
  - L'Esquisse - Musée

### Étapes gourmandes

- À Fontainebleau :
  - Amorino glacier artisanal
- À Barbizon :
  - Salon de thé «La juxtaposition»
  - L'Épicerie végétale





### 3 Les trois châteaux

C'est un voyage au travers des époques qui vous est proposé, à faire en 2 jours, **un périple entre nature et patrimoine, châteaux prestigieux, retour au Moyen Âge, sans oublier cette magnifique forêt de Fontainebleau et les beaux villages environnants.** Laissez-vous porter sur votre « petite reine » le temps d'un week-end !



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

Bois-le-Roi > Bois-le-Roi

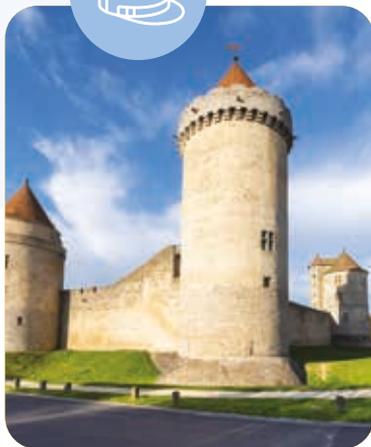
Très facile Distance : 74,9 km Durée : 2 jours Dénivelé : 604m

#### À voir sur le parcours

- Château de Vaux-le Vicomte
- Château de Blandy-les-Tours
- Château de Fontainebleau

#### Étapes gourmandes

- À Blandy-les-Tours : Restaurant «L'entourloupe»
- À Bois-le-Roi : Restaurant «Le BLR»
- À Samois-sur-Seine : Restaurant «Le Démé»



### 4 Châteaux et Affolantes au fil du Val de Seine

Partez pour un périple entre Seine et forêt, ponctué de demeures splendides construites le long du fleuve, de petits villages de caractère, et de fabuleux châteaux tels que Blandy, Fontainebleau et Vaux-le-Vicomte.

Vous ferez certainement des haltes gourmandes et de la villégiature pendant ces 4 jours ! Le repos s'impose pour un tel parcours alors n'hésitez pas à réserver dans un hébergement labellisé « accueil vélo ».



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

Melun > Melun

Très facile Distance : 93,1 km Durée : 4 jours Dénivelé : 626m

#### À voir sur le parcours

- À Melun : Musée de la Gendarmerie
- À Saint-Forgeau-Ponthierry : Centre culturel Les 26 couleurs
- Les Affolantes des bords de Seine

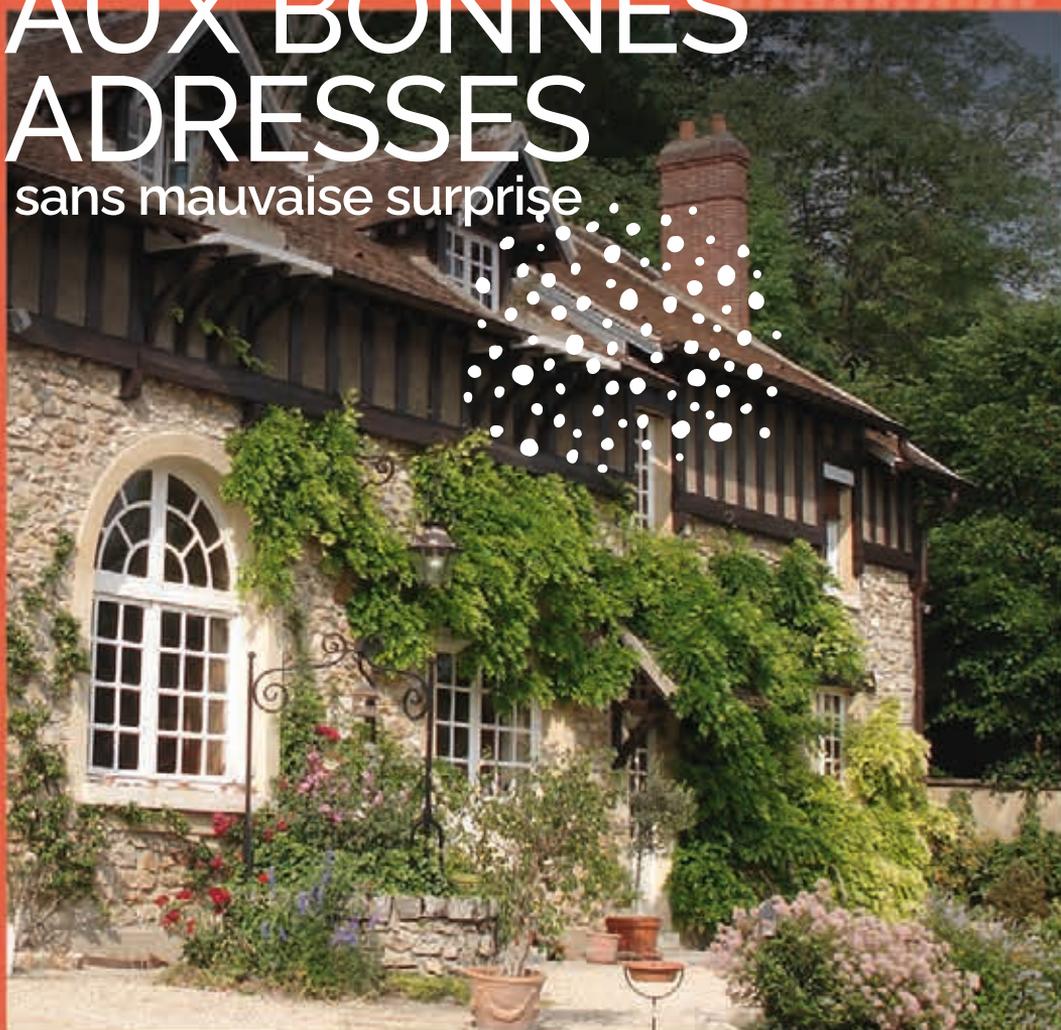
#### Étapes gourmandes

- À Melun : Chocolatier «Des Lis Chocolat»
- Artisan «Anbassa - La Brûlerie de Melun»
- À La Rochette : Restaurant «La Cantine des Grands»



# OUI AUX BONNES ADRESSES

sans mauvaise surprise



## Dites OUI à toutes vos envies

Tous nos hébergements sont visités, agréés et contrôlés.  
Avec Gîtes de France®, dites OUI à la qualité vérifiée !

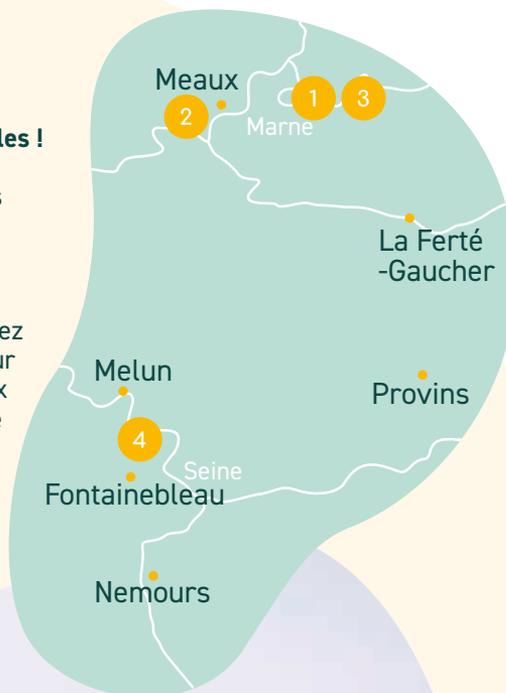
[www.gites-seine-et-marne.com](http://www.gites-seine-et-marne.com)



# Vélo & fromages

**S**port, aventure et gourmandise ne sont pas incompatibles ! Avec ces itinéraires Vélo & fromages, vous pourrez sur votre route déguster nos plus savoureux fromages de Seine-et-Marne.

Du Brie, du chèvre et bien d'autres encore vous attendent dans nos fromageries et fermes locales. En vous baladant, vous ferez la rencontre d'artisans fromagers et en apprendrez davantage sur leurs savoir-faire. Des visites inédites au cœur de nos campagnes seine-et-marnaises et de nos plus fameux sites historiques vous attendent. Entre découverte du patrimoine et flânerie dans une nature verte et vivifiante, pédalez, dégustez et repartez avec de nombreux souvenirs mais aussi des paniers bien garnis !





## 1 De la Meulière à la Brie

Ici, c'est un itinéraire sur les bords de Marne, parsemé de villes au caractère authentique qui vous attend.

La Ferté-sous-Jouarre, avec son Espace naturel sensible où vous découvrirez les vestiges de l'industrie meulière dont la ville est le berceau. Jouarre, connue aussi pour sa crypte mérovingienne mais également la plus ancienne des fromageries de la Brie qui se visite. Pour finir, Coulommiers et sa halle aux Fromages, classée au patrimoine d'intérêt régional.



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Changis-sur-Marne > Coulommiers

Moyen Distance : 48,41 km Durée : 8h Dénivelé : 181 m



### À voir sur le parcours

- À La Ferté-sous-Jouarre :
  - Le bois de la Barre
- À Jouarre :
  - Cryptes mérovingiennes
- À Coulommiers :
  - Commanderie des Templiers

### Étapes gourmandes

- À Jouarre :
  - La Fromagerie Ganot
- À Coulommiers :
  - Fromagerie «La Fromagère/Ferme Jehan de Brie»
  - L'hôtel de l'ours



## 2 Brie et Champs de bataille

Baladez-vous dans Meaux, le pays du Brie, avec sa cathédrale emblématique, son musée consacré au « roi du fromage » et allez jusqu'au musée de la Grande Guerre pour remonter le temps sur les pas des soldats de la Première Guerre mondiale. N'oubliez pas de vous arrêter chez un fromager pour une pause gourmande !



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Meaux > Meaux

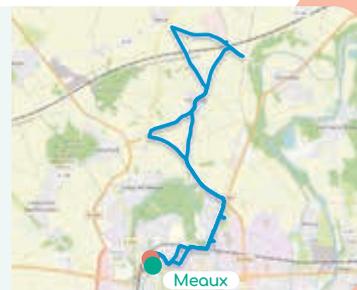
Facile Distance : 21,8 km Durée : 2h Dénivelé : 130 m

### À voir sur le parcours

- À Meaux :
  - Musée de la Grande Guerre
  - Parc du Patis
  - Maison du Brie

### Étapes gourmandes

- À Meaux :
  - Brasserie de Meaux
  - Fromagerie Saint-Faron
  - Chocolatier «Chapon»





### 3 Jouarre et ses fromages

**Au départ de La Ferté-sous-Jouarre, capitale de l'industrie meulière, vous profiterez des bords de Marne.**

**Sur le parcours, pourquoi ne pas vous arrêter chez un fromager pour acheter de la Tome Meulière ?!**

Vous vous arrêterez certainement pour admirer le panorama sur la Vallée du Petit Morin et un peu plus loin sur le chemin, vous garderez du petit pont de Courcelles-sous-Jouarre, un souvenir champêtre et fleuri.

La Ferté-sous-Jouarre > La Ferté-sous-Jouarre

Facile Distance : 12,4 km Durée : 1h20 Dénivelé : 228 m



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

#### À voir sur le parcours

- L'Espace naturel du Bois de la Bergerette
- À La Ferté-sous-Jouarre :
- Le Mémorial Britannique
- Le Parc de la Fontaine aux Pigeons

#### Étapes gourmandes

- À La Ferté-sous-Jouarre :
- Restaurant «La Fine Bouche »
- À Jouarre :
- Fromagerie Ganot
- Chèvrerie du Marteroy



### 4 La Scandibérique côté Fromages : un itinéraire affiné en Seine-et-Marne

**Toujours sur l'EuroVéloroute n°3, vous traverserez le sud Seine-et-Marne sur les chemins de halage, vous y ferez certainement des haltes pour admirer les villages pittoresques.** Vous pourrez faire une pause chez les fromagers du coin et emporter dans votre panier des souvenirs gourmands et dans votre tête des images des beaux paysages naturels.

Bois-le-Roi > Souppes-sur-Loing

Très facile Distance : 54,9 km Durée : 5h Dénivelé : 208 m



Téléchargez le circuit sur l'app Balad'Nature

#### À voir sur le parcours

- À Moret-sur-Loing :
- Musée du sucre d'orge
- Château-Musée de Nemours
- À Souppes-sur-Loing :
- Abbaye de Cercanceaux

#### Étapes gourmandes

- Fromagerie de Moret
- À Nemours :
- Fromagerie «O'Crémier»
- À Saint-Pierre-les-Nemours :
- Le Village Potager



# Circuits sensations & BMX

Le cœur palpite et l'adrénaline monte, vous ne faites plus qu'un avec votre vélo. Tenez-vous prêts à faire quelques cascades et figures stylées dans ces parcours à sensations !

Sur une piste goudronnée ou en pleine forêt, lancez-vous quelques défis sportifs et vivez une aventure à vélo unique en Seine-et-Marne. Avec ses circuits hors-norme, son cadre et sa proximité immédiate avec de nombreux lieux de divertissement, en venant tester ces circuits, le VTT pourrait vite devenir bien plus qu'une passion !



## 1 Pumptrack de Montévrain



Plus d'infos

Montévrain

Circuits pour niveau intermédiaire à confirmé

**Amateur de sensations fortes, faites monter l'adrénaline en venant dans le plus grand pumptrack en boucle de France et le deuxième d'Europe !** Situé au cœur de Marne-la-

Vallée, au sein de l'écoquartier de Montévrain, ce paradis destiné aux fans de VTT, BMX, rollers, skateboard ou encore trottinettes vous offre 6 000 m<sup>2</sup> de terrain de jeux, avec 23 virages, 124 bosses, 3 boucles et 780 mètres linéaires de tracé « plus extrême » ! Des circuits pour les plus jeunes sont également proposés pour satisfaire tous les niveaux.

À voir sur le parcours

À Montévrain :

- Parc des Frênes
- Parc du Mont Evrin

Étapes gourmandes

À Montévrain :

- Restaurant «Le Cercle»
- Cave et bar à vin «Les Intouchables»

## 2 VTT dans la Base de loisirs de Buthiers



Plus d'infos

Île de loisirs de Buthiers

Circuits pour niveau expert

**Pour celles et ceux qui aiment se challenger et qui n'ont pas peur de se salir, à l'occasion d'une course organisée ou pour s'entraîner, venez découvrir à vélo la magnifique**

**île de loisirs de Buthiers, également centre de préparation JO 2024 !** Son stade VTT de 6 pistes balisées dont une pour l'entraînement olympique de haut niveau, sa forêt, ses rochers et son dénivelé vous offrent une expérience unique dans la région. Dans cet environnement rocheux et sableux naturel, vous pourrez zigzaguer entre les modules artificiels en bois installés sur la piste d'entraînement. Dans l'effort, arrêtez-vous quelques instants et respirez l'air frais de cette forêt située au cœur du Parc naturel régional du Gâtinais français.

À voir sur le parcours

- Île de loisirs de Buthiers
- Parc naturel régional du Gâtinais français

Étapes gourmandes

À Buthiers :

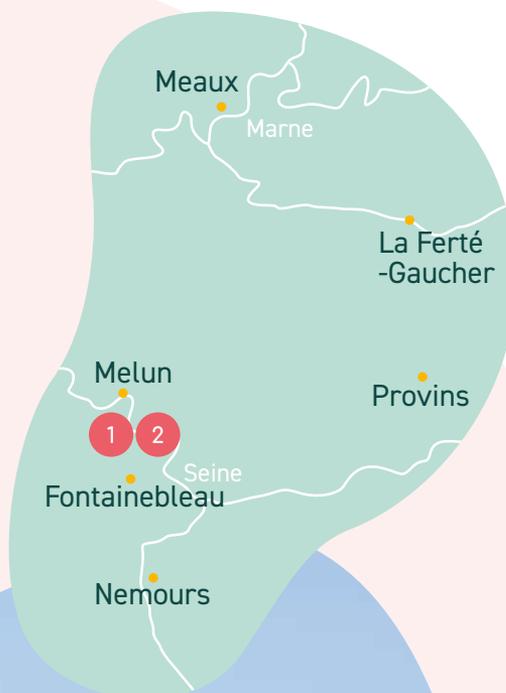
- Restaurant «Les Roches Gourmandes»
- Auberge Canard



# Scandibérique

**A**vec ses 60 km de route sécurisée à travers les paysages enchanteurs du sud Seine-et-Marne, ce tronçon de l'EuroVéloroute qui relie Trondheim en Norvège à Saint-Jacques-de-Compostelle en Espagne offre des randonnées à vélo aussi belles que nature !

Aussi bien pour les familles que pour les férus de cyclo, ces itinéraires vous permettent d'allier le plaisir de la route à celui de la découverte du patrimoine naturel et culturel des environs. Au détour d'un village de caractère, d'un monument historique ou d'une bonne glace artisanale, votre périple dans le sud Seine-et-Marne sera certainement ponctué par quelques haltes inspirantes et gourmandes.





## 1 La Seine à vélo

C'est une balade en toute tranquillité qui s'annonce. Sur la route de la Scandibérique, des fenêtres végétales en bord de Seine se dessineront laissant apparaître des demeures de charme de la belle époque.

Votre passage par les villages de caractère de Samois-sur-Seine et de Saint-Mammès, ancien village de bateliers, vous permettra de découvrir une Seine-et-Marne authentique où il fait bon vivre. Votre parcours se terminera en beauté à Moret-sur-Loing où une bonne glace artisanale vous réglera !



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Bois-le-Roi > Moret-sur-Loing

Très facile

Distance : 27,9 km

Durée : 3h

Dénivelé : 193 m

### À voir sur le parcours

- Village de caractère de Samois-sur-Seine
- Village de Moret-sur-Loing

### Étapes gourmandes

- À Bois-le-Roi :  
○ Restaurant «O'Martin»
- À Samoreau :  
○ La buvette
- À Moret-sur-Loing :  
○ Glacier «1001 Glaces»



## 2 La Scandibérique sud Seine-et-Marne

Cet itinéraire est un parcours plus long qui vous emmènera jusqu'au bout de la partie aménagée de la Scandibérique.

Cette fois, c'est le sud Seine-et-Marne que vous découvrirez après Moret-sur-Loing, le long du canal du Loing. Entre plaisanciers naviguant sur le canal et autre passage d'écluse, le chemin vous mènera jusqu'à Souppes-sur-Loing, ville d'histoire où vous pourrez allier activités sportives et culturelles.



Téléchargez  
le circuit sur l'app  
Balad'Nature

Bois-le-Roi > Souppes-sur-Loing

Très facile

Distance : 54,9 km

Durée : 5h

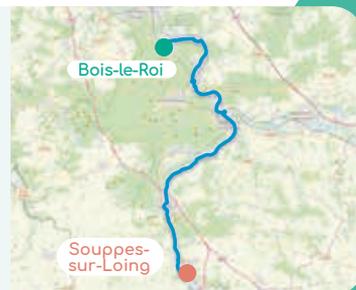
Dénivelé : 217 m

### À voir sur le parcours

- À Nemours :  
○ Musée de Préhistoire  
○ Château-Musée
- À Souppes-sur-Loing :  
○ Abbaye de Cercanceaux

### Étapes gourmandes

- À Nemours :  
○ Chocolatier «Des Lis Chocolat»
- À Boulancourt :  
○ Restaurant «Le Safran»
- À Mondreville :  
○ Bière «La Gâtine»





# Les pros du cÿclo

## • Locations ou prêts de vélo

- Les Vélos Meldois à **Meaux**  
Tél : 07 68 35 17 16  
[lesvelosmeldois.com](http://lesvelosmeldois.com)
- Bo Biclou à **Montévrain**  
Tél : 01 64 44 34 10  
[bobiclou.fr](http://bobiclou.fr)
- Zelectrification à **Lagny-sur Marne**  
Tél : 09 80 95 85 85  
[zelectrification.com](http://zelectrification.com)
- **Marne et Gondoire** :  
prêts de vélos  
- Square Foucher de Careil  
à **Lagny-sur-Marne**  
- Parc de la Taffarette  
à **Ferrières-en-Brie**  
- Parc culturel de Rentilly -  
Michel Chartier  
à **Bussy-Saint-Martin**  
Tél : 01 60 93 52 72  
[lamaisondesmobilites@marneetgondoire.fr](mailto:lamaisondesmobilites@marneetgondoire.fr)
- Vélo Park du Grand Morin  
à **Coulommiers**  
(station automatique)  
Parking des Tanneries  
Accessible 7j/7, 24h/24  
[coulommierspaysdebrie-tourisme.fr](http://coulommierspaysdebrie-tourisme.fr)
- Vélo Park des Deux Rivières  
à **la Ferté-sous-Jouarre**  
(station automatique)  
Chemin des deux rivières  
Accessible 7j/7, 24h/24  
[coulommierspaysdebrie-tourisme.fr](http://coulommierspaysdebrie-tourisme.fr)
- **Office de Tourisme de Provins**  
Tél : 01 64 60 26 26  
[provins.net](http://provins.net)
- Fontainebleau bike rental  
à **Noisy-sur-Ecole**  
Tél : 06 22 24 43 53  
[fontainebleaubikerental.com](http://fontainebleaubikerental.com)
- Méli vélo à **Melun**  
Tél : 01 69 68 16 49  
[melivelo.melunvaldeseine.fr](http://melivelo.melunvaldeseine.fr)
- Bee's à **Melun**  
[stationsbees.com/stations/station-bees-melun](http://stationsbees.com/stations/station-bees-melun)
- Ambiances Seine à **Thomery**  
Tél : 07 66 26 77 53  
[ambianceseine.com](http://ambianceseine.com)
- Air escapade 77 à **Nemours**  
Tél : 06 75 37 56 24  
[airescapade77.com](http://airescapade77.com)
- Nature Loisir Evasion  
à **Grez-sur-Loing**  
Tél : 06 19 37 43 24  
[nature-loisir.fr](http://nature-loisir.fr)
- Réno'cycles à **Nemours**  
Tél : 07 67 77 44 36  
[renocycles.fr](http://renocycles.fr)
- Ile de loisirs de **Buthiers**  
Tél : 01 64 24 12 87  
[buthiers.iledeloisirs.fr](http://buthiers.iledeloisirs.fr)
- Velectrik Moove  
à **Fontainebleau**  
Tél : 09 74 97 45 31  
[velectrikmoov.fr](http://velectrikmoov.fr)
- Cycles Lekeuss  
à **Barbizon**  
Tél : 01 60 68 12 57  
[cycles-lekeuss.com](http://cycles-lekeuss.com)
- La Petite Reine à **Fontainebleau**  
Tél : 01 60 74 57 57  
[alapetitereine.com](http://alapetitereine.com)
- Blow Cycles  
**Gare de Fontainebleau-Avon**  
Tél : 07 71 62 86 04  
[blowcycles.com](http://blowcycles.com)



## • Réparateurs de vélos

- Rustine et Manivelles  
à **Moret-sur-Loing**  
(réparateur mobile)  
Tél : 06 68 49 08 14  
[rustineetmanivelles.fr](http://rustineetmanivelles.fr)
- Vélo Bello à **Moret-sur-Loing**  
Tél : 06 02 17 91 48  
[velobellofrance.wordpress.com](http://velobellofrance.wordpress.com)
- Vélos Méca à **Saint-Mammès**  
Tél : 07 45 09 89 49
- Zelectrification  
à **Lagny-sur Marne**  
Tél : 09 54 74 92 54  
[zelectrification.com](http://zelectrification.com)
- Réno'cycles à **Nemours**  
Tél : 07 67 77 44 36  
[renocycles.fr](http://renocycles.fr)



# Labellisés «accueil vélo»



## ● Hébergements

- Le Manoir de Gressy à **Gressy-en-France**
- Le Domaine de l'Orangerie à **Boissise-la-Bertrand**
- Camping La Belle Etoile à **Melun**
- Centre de séjour Le Rocheton à **la Rochette**
- La Villa Eugénie à **Melun**
- Hôtel ibis styles à **Rubelles**
- Château du Mée au **Mée-sur-Seine**
- Apakabar Homestay à **la Rochette**
- L'Embellie à **Vulaines-sur-seine**
- Hôtel Victoria à **Fontainebleau**
- Camping municipal de **Samoreau**
- Château de **Bourron-Marlotte**
- La Pommerie à **Moret-Loing-et-Orvanne**
- Haras du Croc Marin à **Montigny-sur-Loing**
- L'Escapade à **Champagne-sur-Seine**
- Camping Les Courtilles du Lido à **Veneux-les-Sablons**
- La Maison d'à côté à **Montigny-sur-Loing**
- Ambiance Seine à **Thomery**



- Hôtel Campanil à **Dammarie-les-Lys**
- La Rivière Dorée à **Bagneux-sur-Loing**
- Au Chat Verrier à **Bagneux-sur-loing**

## ● Loueurs de vélo

- Au petit guidon à **Dammarie-lès-Lys**
- Fontainebleau bike rental
- Blow cycles à **Avon**

## ● Offices de tourisme

- Office de Tourisme de **Melun Val de Seine**
- Fontainebleau Tourisme
- Office de Tourisme **Château Landon**
- Office de Tourisme **Souppes-sur-Loing**
- Office de Tourisme **Pays de Nemours**

## ● Réparateurs de vélo

- Répar'cycle à **Pringy**



## ● Restaurants

- Auberge de la Marlotte à **Bourron-Marlotte**

## ● Sites touristiques

- Musée de la Gendarmerie nationale à **Melun**
- Sainte Assise Aventure à **Seine-Port**
- Île de Loisirs de **Bois-le-Roi**
- Musée de Préhistoire à **Nemours**

# ... des mots, à vélo !

## Paroles d'ambassadeurs



### o Françoise

Retraitée

Secteur Lagny-sur-Marne

Niveau amateur



*J'ai un vélo électrique depuis 2017 et j'habite Pomponne. Le vélo, pour moi retraitée, c'est vivre des sensations, une liberté dont je ne pouvais pas profiter pleinement lorsque je travaillais. Seule ou avec des amis, je circule à vélo dans un large environnement à partir de Lagny-sur-Marne et Pomponne. Que ce soit pour des balades ou pour accéder à des commerçants, mon vélo électrique est très précieux. De Dampmart à Vaires-sur-Marne, j'apprécie tantôt le côté naturel offert par les bords de Marne et les prémices de la campagne briarde, tantôt la richesse du patrimoine des communes qui ont gardé leur côté provincial. Mes balades favorites sont les chemins de halage qui longent la Marne. Notre Seine-et-Marne regorge de richesses à découvrir à travers tous nos sens. Ces balades en vélo permettent de nous ressourcer à travers une activité sportive qui fait du bien au corps mais aussi une vision méditative de la nature, un éloge à une certaine paresse qui revigore l'esprit afin d'adoucir notre monde moderne.*

### o Edouard

Dirigeant et co-fondateur de Sable Noir, Maison de Design de Marque

Secteur Coulommiers et Grand Morin

Niveau expert

*Terre d'aventure, de passion et d'émotion. La Vallée du Petit Morin, cinquième joyau de la couronne verte francilienne n'a pas d'égal à mes yeux. À VTT, à cheval et en trail, en long, en large et en travers, je l'embrasse et la parcours depuis mon plus jeune âge sans jamais m'en lasser. Les plus expérimentés en témoignent, le rythme effréné de ses vallons, de ses singles techniques et les passages de quelques ruisselets entretiennent le caractère épique à chaque aventure. De l'ombre à la lumière, de côteaux en côteaux et par tous les temps, la Vallée du Petit Morin est un écrin à souvenirs, une ode à la nature authentique et à la vie. Viens !*



### o Patrick et Jacques

Retraités, Président et membres du club Meaux Cyclo Touristes

Secteur Meaux-Marne-Ourcq

Niveau intermédiaire

*Nous avons eu l'occasion de parcourir ce beau Pays de l'Ourcq aux multiples facettes, au travers de quatre circuits, au départ de la gare de Lizy-sur-Ourcq, qui nous ont permis, en empruntant des petites routes de campagne, de découvrir les 38 pupitres d'interprétation paysagère ou patrimoniale mis en place par la communauté d'agglomération du Pays de l'Ourcq.*

*Ce fut l'occasion pour nous d'admirer un ensemble de champs ouverts, de villages rassemblés par leurs clochers et gardés par des fermes fortes, de vallées et de points de vue, de cours d'eau multiples, Marne, Ourcq, Théroutanne, Canal de l'Ourcq, et de paysages chargés d'histoire.*



Tous vos itinéraires  
**de balades**

à pied, à vélo,  
à cheval ou sur l'eau  
»



Flashez ce  
QR code  
pour y accéder



»  
**disponibles sur  
la nouvelle appli  
Balad'Nature**

Application gratuite

**Seine-et-Marne**  
VIVRE EN GRAND !



**SEINE & MARNE**  
ATTRACTIVITÉ 



Quartier Henri IV,  
Place d'Armes,  
77300 Fontainebleau



01 60 39 60 39



[seineetmarnevivreengrand.fr](http://seineetmarnevivreengrand.fr)