

La Bougeotte Française

Du 9 au 12 juin

<https://www.labougeottefrancaise.com>

Vélo sur la Via Rhôna

Contact : Maxime Pavie et Anna Bertrand tél : 06 79 99 83 40

Contact presse CTRL Occitanie :

Mélanie Frayssinet, tél : +33 (0)4 30 63 84 24 | Mobile : 06.33.44.43.41 | melanie.frayssinet@crtoccitanie.fr

Hérault Tourisme - www.herault-tourisme.com

Sabrina Lucchese, slucchese@herault-tourisme.com / Tél : 04 67 67 79 22 / Mobile : 06 76 68 21 21

Office de Tourisme Sète & Archipel de Thau - www.archipel-thau.com

Marie-France Parra, mf.parra@archipel-thau.com / Tél : 04 99 04 72 37 / Mobile : 06 86 79 86 87

Gard Tourisme : Siham Elkhalfi elkhalfi @tourismegard.com / Tél. + 07 83 51 27 98

Partagez votre séjour et identifiez-nous :

Destination Occitanie Sud de France :

[@voyageoccitanie](#) [#VoyageOccitanie](#)

<https://www.facebook.com/VoyageOccitanie>

<https://www.instagram.com/voyageoccitanie/>

Hérault Tourisme ([#Plaisirdherault](#) [@plaisirdherault](#)),

Sète et l'Archipel de Thau : Archipel de Thau [@archipeldethau](#)

Gard Tourisme ([@gardtourisme](#) [#gardtourisme](#))

Aigues-Mortes Tourisme ([#salindaiguesmortes](#) [#visitezlesalindaiguesmortes](#) [#nuitssalines](#) et ceux de la ville [#aiguesmortestourisme](#) [#aiguesmortes](#))

Jeudi 9 juin :

Etape à vélo d'Avignon jusqu'à Saint-Gilles (71km)

Comptes et hashtags à identifier pour la journée:

[@voyageoccitanie](#) [#VoyageOccitanie](#)

[@gardtourisme](#) [#gardtourisme](#)

[@nimestourisme](#) [#nimestourisme](#)

Accueil à l'**Office de tourisme de Saint-Gilles** (5 Pl. de la République, 30800 Saint-Gilles, tél: 04 66 58 38 00) par notre conseiller en séjour Armand

Visite libre de l'Abbatiale de Saint-Gilles avec accès à la crypte et à l'ancien chœur
Retour à l'Office pour une dégustation de vins des Costières avec Jade de la Maison des vins

dîner au restaurant - **Le Cours**, 10 Av. François Griffeuille, 30800 Saint-Gilles 04 66 87 31 93
Nuit - **Hôtel Héraclée ***** - 30, quai du Canal 30800 Saint-Gilles 04 66 87 44 10 (Label Accueil Vélo)

Nîmes Tourisme : Audrey GATTO, audrey.gatto@nimes-tourisme.com - 06 68 76 76 79
Plus d'infos sur Saint-Gilles sur : <https://urlz.fr/ir2a>

Vendredi 10 juin : Saint-Gilles à Aigues Mortes (32km)

Étape à vélo de Saint-Gilles à Aigues Mortes (32km)

Comptes et hashtags à identifier pour la journée:

[@voyageoccitanie](#) [#VoyageOccitanie](#)
[@gardtourisme](#) [#gardtourisme](#)

15h30 (au plus tard) : découverte des Salins à vélos. Se présenter à la boutique pour une visite vélo en liberté. <https://www.visitesalinsdecamargue.com/>
[@visitezlesalindaiguesmortes](#) [#salindaiguesmortes](#) [#visitezlesalindaiguesmortes](#) [#nuitssalines](#)

Visite **Tours et remparts** dernière entrée à 17h. [@aiguesmortestourisme](#) [#aiguesmortes](#)

Vous pouvez également passer à l'Office où on vous remettra un circuit de visite dans la ville avec les explications.

Vous pourrez aussi visiter la Maison Grand Site de France de la Camargue Gardoise et son sentier d'interprétation à pied, accessible par la voie verte en vélo et en accès libre.

Dîner : [Restaurant le Minos](#) - [7 PL Saint-Louis, 30220 Aigues Mortes](#) (arrivée avant 21h)

Nuitée : [Hôtel le Saint Louis](#) - [10 Rue Amiral Courbet, 30220 Aigues Mortes](#)

Samedi 11 juin : d'Aigues Mortes à Sète (62km)

Étape à vélo d'Aigues Mortes à Sète (62km)

Comptes et hashtags à identifier pour la journée :

[@voyageoccitanie](#) [#VoyageOccitanie](#)
[@plaisirsdherault](#) [#Plaisirsdherault](#)
[@archipeldethau](#) [#archipeldethau](#)

– parcours de visite ([La Grande Motte](#) et son architecture labellisée "Patrimoine du XXème siècle", presqu'île et [cathédrale de Maguelone](#), lagune de Thau...etc)

Nuit à l'**Hôtel Au Valéry** (20 rue Denfert Rochereau - 34200 Sète - Tel : 04 67 74 77 51 - www.hotelaualery.com), labellisé "accueil vélo".

1 kit de bienvenue vous attendra à l'hôtel comprenant : *un plan de la ville, un plan de l'Archipel de Thau, 2 entrées pour montrer au phare saint Louis, 2 entrées pour une croisière de 45 minutes avec Sète Croisière pour découvrir Sète au fil de l'eau (Vérifier sur place les horaires de départ des bateaux) et 2 entrées pour visiter le chalutier-musée Louis Nocca. Tous les musées de la ville (MIAM, Musée P Valery, l'Espace Brassens) sont avertis de votre éventuel passage. Vous n'aurez qu'à vous présenter pour bénéficier de l'entrée gratuite.*

20h : dîners au restaurant Monte Christo (31 quai Général Durand - 34200 Sète - Tel : 04 67 51 95 65)

Dimanche 12 juin :

Comptes et hashtags à identifier pour la journée:

@voyageoccitanie #VoyageOccitanie

@plaisirdherault #Plaisirdherault

@archipeldethau #archipeldethau

Journée découvertes libres de Sète avec les éléments que vous aurez retrouvés dans le kit de bienvenue : Montée en haut du [phare Saint-Louis](#) (de 14h à 17h30 les dimanches - dernier accès 30 min avant), croisière sur les canaux avec [Sète Croisière](#) (vérifier les horaires de départ des bateaux), [circuit street-art du MaCO](#) disséminé dans la ville, [cimetière marin](#) qui domine la mer...

En matinée (avant 13h), faites un tour dans [les Halles Couvertes](#), point névralgique de la ville et véritable temple gourmand. La gastronomie sétoise aux influences italiennes et les produits frais issus de la mer et de la lagune de Thau s'y concentrent. Vous pourrez notamment y déguster [la tielle](#), spécialité sétoise par excellence (tourte fourrée au poulpe et à la sauce tomate), ou encore les très goûteuses [huîtres de Bouzigues](#). Je vous conseille aussi la délicieuse Giuletta, une tarte avec la même pâte que les tielles mais garnie de tranches d'aubergines saupoudrées de parmesan.

Si vous êtes motivés et encore en jambes, n'hésitez pas à monter en haut du [mont Saint-Clair](#) pour avoir depuis le Belvédère une vue panoramique sur la ville, la mer et l'archipel de Thau avec ses parcs à huîtres et ses petits villages de pêcheurs et conchyliculteurs.

19h10 : départ en train de la gare de Sète après avoir récupéré bagages et vélos à l'hôtel tout proche.