

Ulrike Wiebrecht
La Méditerranée à vélo
Du 28 avril au 3 mai

Quotidien Tagesspiegel distribué à Berlin
Tirage: 115.581 ex.
Portée: 352.000 lecteurs
CVP: 46.738 €

Contacts presse :

CRTL Occitanie : Mélanie Frayssinet, 64 rue Alcyone CS79507 – 34960 Montpellier cedex 2, |
melanie.frayssinet@crtoccitanie.fr

Hérault Tourisme - www.herault-tourisme.com
Sabrina Lucchese – slucchese@herault-tourisme.com -

Aude Tourisme – www.audetourisme.com
Caroline Combis – c.combis@audetourisme.com -

Pyrénées-Orientales Tourisme <https://pro-tourismeadt66.com/>
Catherine Gillot – catherine.gillot@adt66.com -

Partagez votre séjour et identifiez-nous avec :

@voyageoccitanie #VoyageOccitanie
<https://www.instagram.com/voyageoccitanie/>
<https://www.facebook.com/VoyageOccitanie>

Dimanche 28 avril

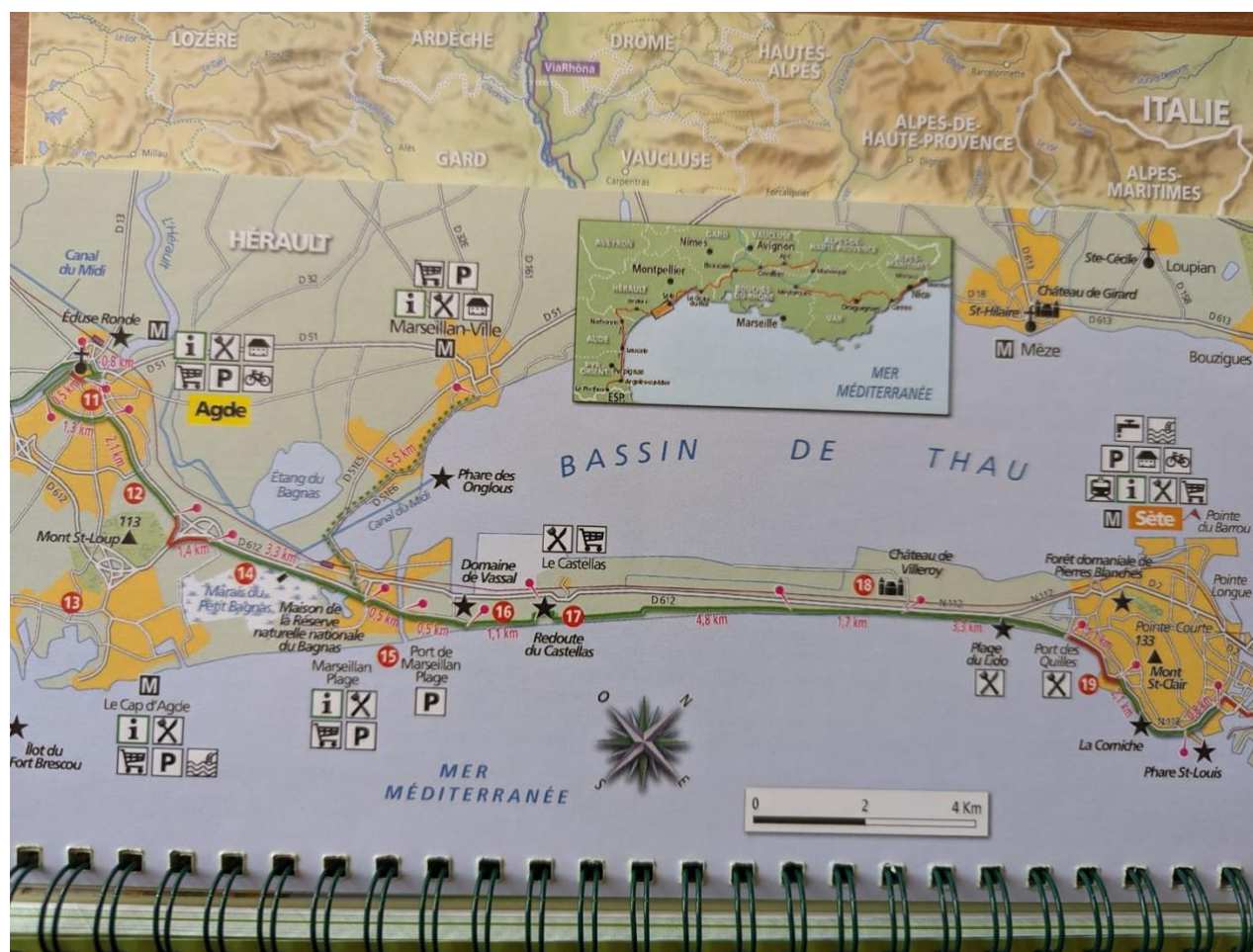
Comptes et hashtags pour la journée
@voyageoccitanie #VoyageOccitanie
@plaisirdherault #Plaisirdherault
@capdagdemediterranee #capdagdemediterranee

12h45 : Transfert assuré par Laurent Capiez - Cap VTC - Tél : 07 69 75 22 94 - gare SNCF gare Saint Roch

13h17 : train vers Sète -

13h33 : arrivée en gare de Sète et retrait du vélo. Contact : Ok ça roule
Transfert des bagages par Ok ça roule –. Pour information, le véhicule sera un van Ford gris garé devant la gare.

Début de la Méditerranée à vélo en direction de Agde (24km env.)



16h45 : Rendez-vous au pavillon d'accueil du **Château Laurens** pour une visite guidée privée avec **Milena Perraud** . Un rack à vélo est à disposition devant le pavillon d'accueil

18h30 : check-in à l'**Hôtel Yséria***** - 2 place Jean Jaurès - 34300 Agde –
www.yseria.fr / Garage à vélo.

19h30 : Dîner au restaurant **Mare Nostrum**
24 rue André Chassefières - 34300 Agde – <https://restaurant-marenostrum.com/>

Lundi 29 avril

Comptes et hashtags pour la journée

@voyageoccitanie #VoyageOccitanie

@plaisirdherault #Plaisirdherault

@beziers_mediterranee_tourisme #BeziersMediterranee

@canaldudumidiausaintchinian #canaldumiditourisme

Agde /Béziers (28 km env.)

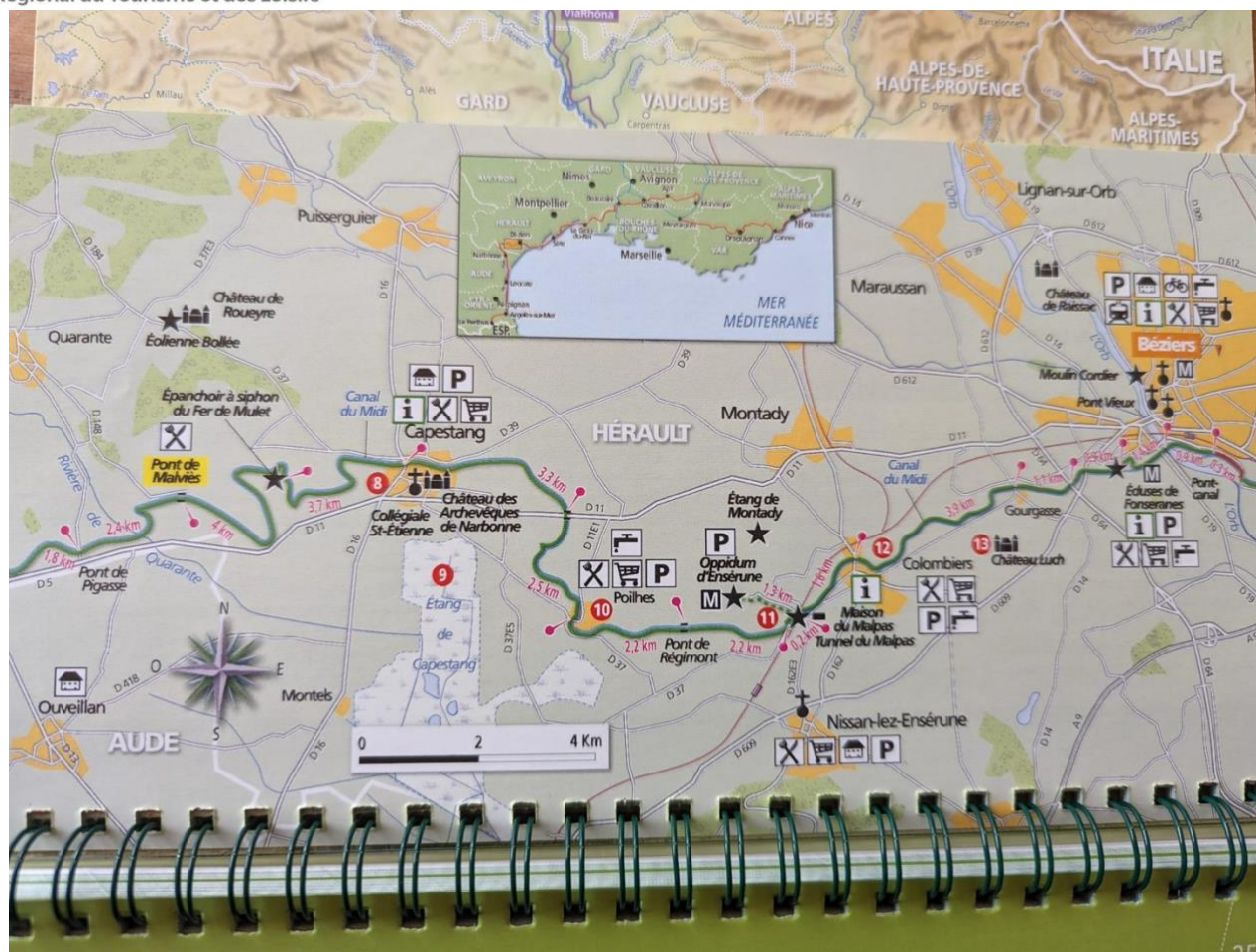
Transfert des bagages dans la journée par Ok ça roule



12h : rdv au point d'info tourisme de la Maison du Site des 9 écluses de Fonsérans avec **Monique Boulze Pillevesse**

Déjeuner avec Monique au **restaurant Le 9**, à côté des écluses de Fonsérans - <https://le9.fr/>

16h30/17h - départ à vélo jusqu'à Capestang (22 km env.)

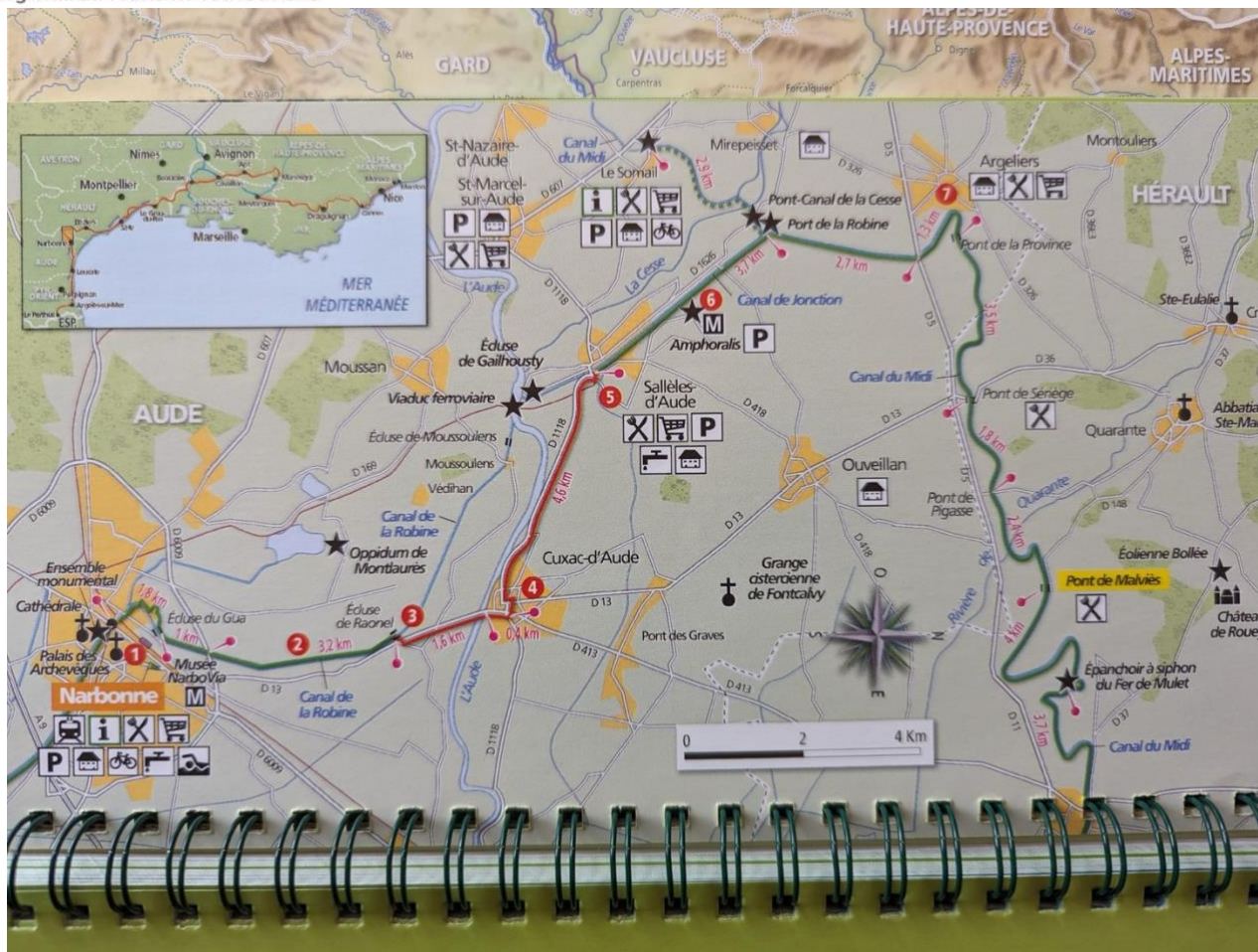


Diner et nuit à Capestang à la chambre d'hôtes **La Soulenque**, chez Marie-Christine et Dominique (1 avenue des Prés – 34310 Capestang www.lasoulenque.com)

[@lasoulenqueluxurybb](https://www.facebook.com/profile.php?id=100066664574039) - <https://www.facebook.com/profile.php?id=100066664574039>

Mardi 30 avril

Capestang /Narbonne (37 km env.)



Départ de Capestang

Transfert des bagages dans la journée par Ok ça roule

Arrêt au **Hameau du Somail**

Passage à l'office du tourisme : Rendez-vous avec Marga Serrano pour visite du hameau : la librairie; la péniche épicerie et ouvrages art pour prise de vue

[168 All. de la Glacière.](#)

Déjeuner : **Comptoir Nature**

[1 chemin de Halage](#)

14h30: Visite Coopérative de l'oulibo

[Hameau Cabezac, 11120 Bize-Minervois](#)

Départ Pour Narbonne

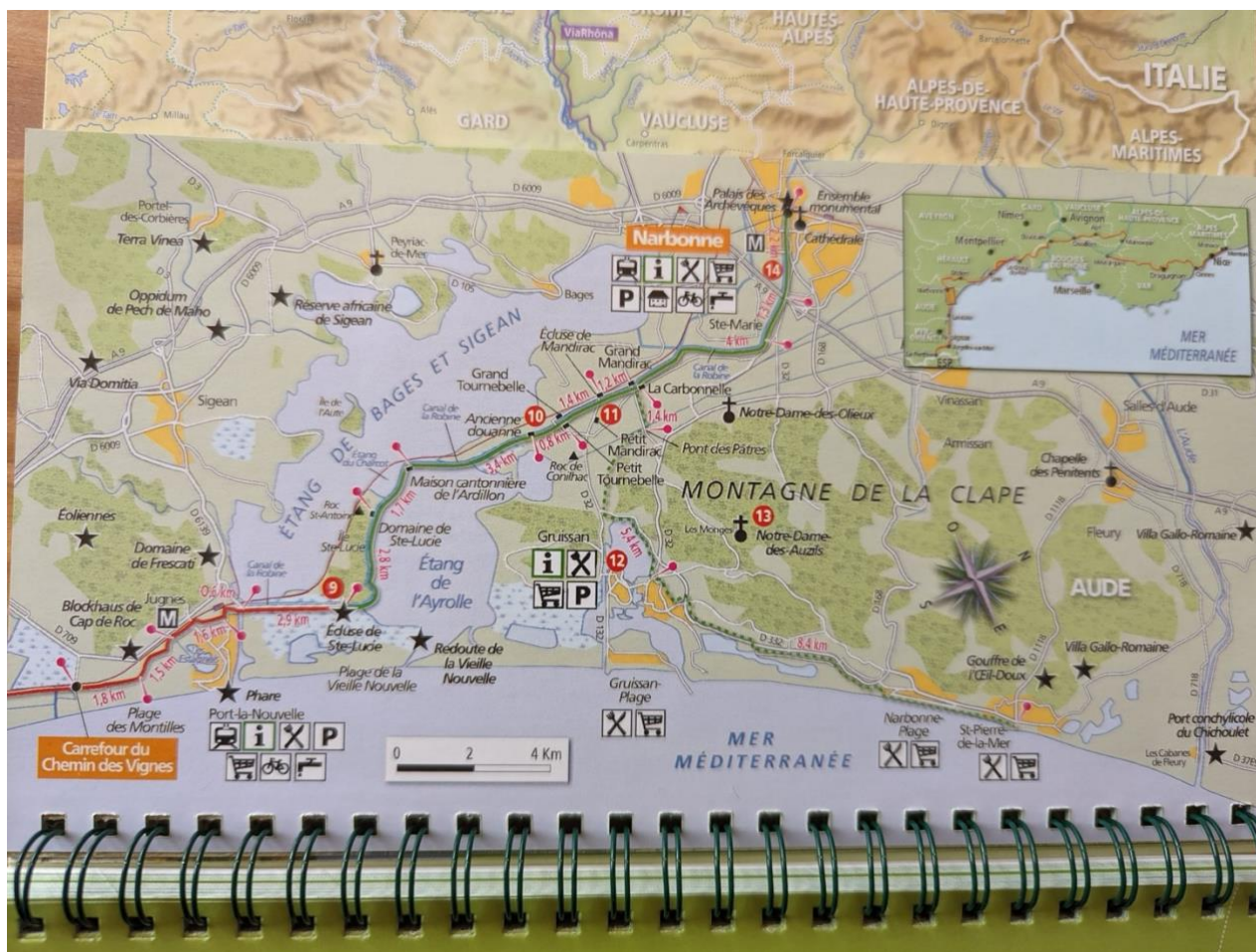
Nuitée **Hôtel la Résidence**

6 rue du 1er Mai 11100 Narbonne

Dîner **Restaurant Gaia**

Mercredi 1^{er} mai

Narbonne / Leucate (39 km env.)



Départ de Narbonne

Direction les Etangs

Spots incontournables : L'étang de Bages / Sigean

l'étang de Bages-Sigean fait partie des plus grands étangs languedociens. Inscrit dans le périmètre du Parc naturel régional de la Narbonnaise, cette lagune classée s'étend sur 14 kilomètres du Nord au Sud et couvre une superficie de plus de 5 000 hectares.

L'île de Ste Lucie

Départ pour Leucate

Nuitée Hôtel le 19 /21

[19 Av. Francis Vals, 11370 Leucate](#)

Diner TERRA COTA

[42 Av. Jean Jaurès, 11370 Leucate](#)

Jeudi 2 mai

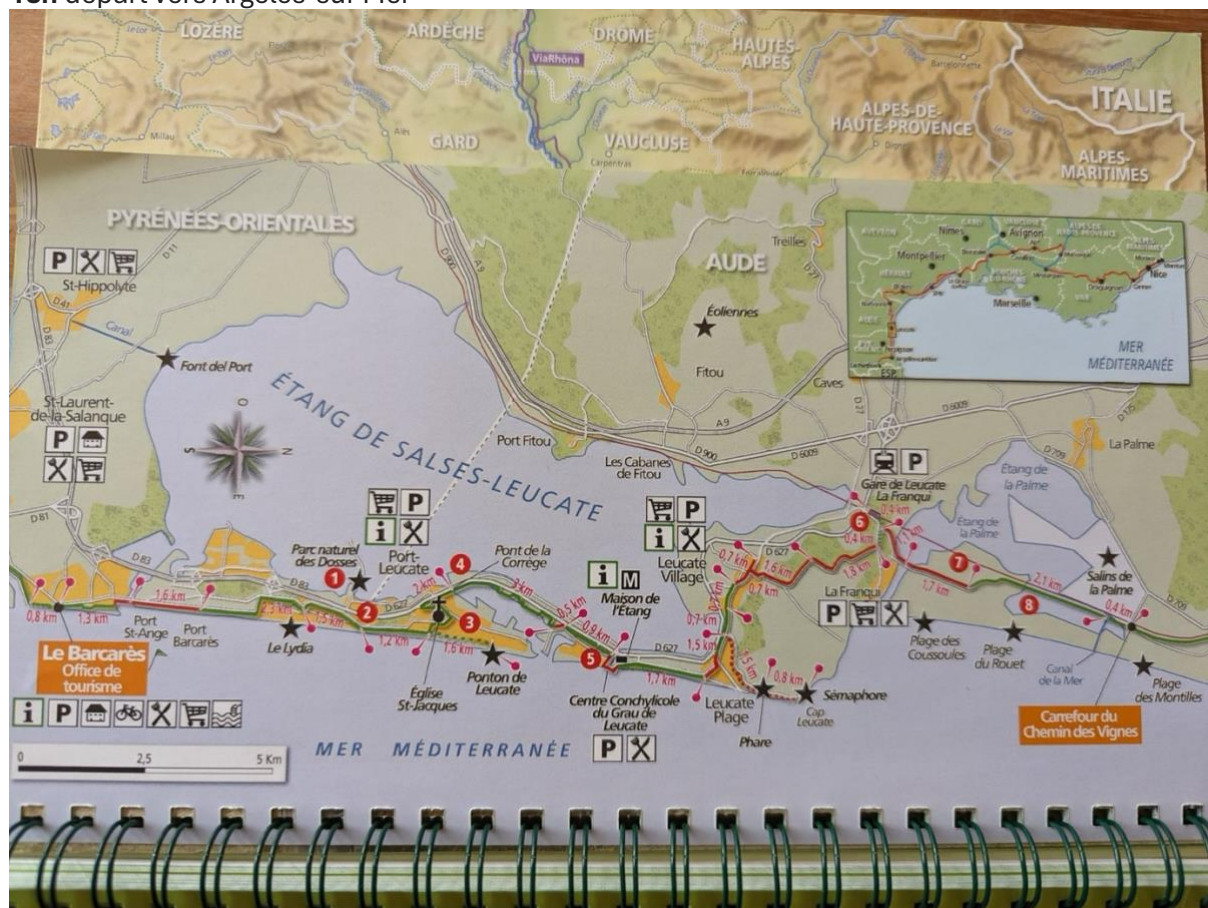
Leucate / Argelès sur Mer (53 km env.)

<https://cdt66.media.tourinsoft.eu/upload/EV8---carte-troncon-01---Le-Perthus-Argeles-Leucate.pdf>

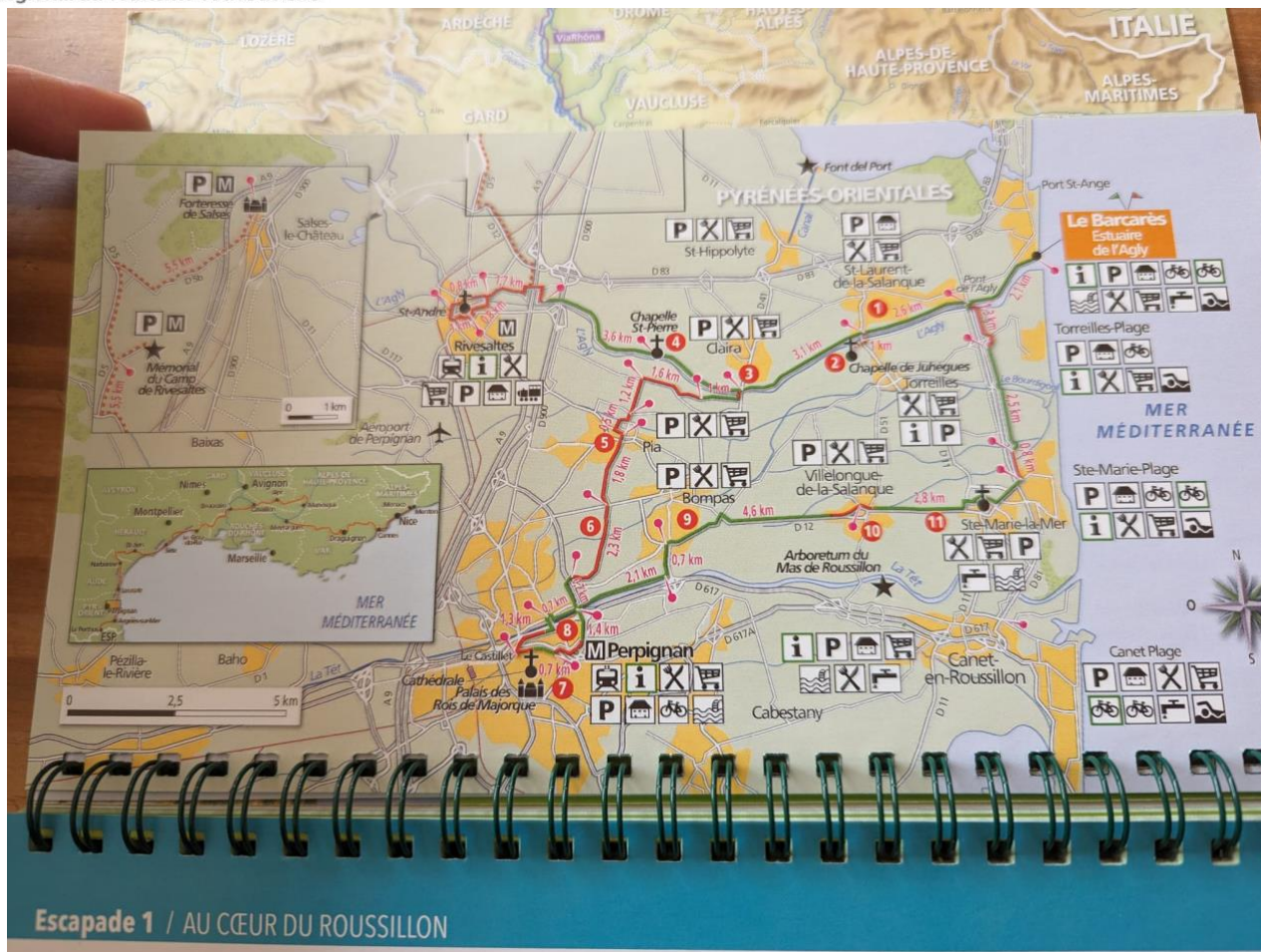
09h30 : Rendez-vous à l'hôtel avec Michaël Falguera, guide nature pour tour découverte de Leucate et vue depuis la falaise

+33 6 84 43 82 30

13h départ vers Argelès-sur Mer



sur



Suggestions :

Etape à Canet-en-Roussillon : Aquarium Oniria

<https://www.oniria.fr/>

Halte au Village des pêcheurs à Canet-en Roussillon

<https://www.canet-tourisme.com/a-vivre/nos-experiences/patrimoine-nature/l-etang-de-canet-un-site-intense-nature/>

<https://www.outdooractive.com/fr/route/balade-a-velo/pyrenees-orientales/etape-2-d-argelles-sur-mer-a-leucate/46060607/>

Départ vers Argelès-sur-Mer

Dîner et nuit au Grand Hôtel du Lido [50 Bd de la Mer, 66700 Argelès-sur-Mer](https://www.hotel-le-lido.com/fr)
/ <https://www.hotel-le-lido.com/fr>

Vendredi 3 mai

Départ