

---

*par Patrice Dolley*

[https://www.abeille-cyclotourisme.fr/souvenirs/2023-05\\_sejour\\_dans\\_les\\_marais\\_du\\_cotentin\\_et\\_du\\_bessin.html](https://www.abeille-cyclotourisme.fr/souvenirs/2023-05_sejour_dans_les_marais_du_cotentin_et_du_bessin.html)

## **Programme séjour dans le PNR des marais du Cotentin et du Bessin**

**Du lundi 8 mai 18h au samedi 13 mai 8h, soit 4 jours / 5 nuits**

4 sorties, toutes au départ de Carentan les Marais.

2 Départements : la Manche et le Calvados.

2 BPF dans la Manche : St Vaast la Hougue et Saint Sauveur le Vicomte.

### **1 Mardi 9 mai**

**Carentan -> La baie des Veys -> Utah Beach -> St Vaast la Hougue -> Ste Mère Eglise -> Carentan (99 km / 481 m)**

Nom du parcours : St Vaast la Hougue.

<https://www.openrunner.com/route-details/16072476>

Repas à St Vaast la Hougue (km 52).

Sur le parcours :

-  Pont Passerelle sur la Douve (Km 4).
-  La baie des Veys (km 12).
-  Réserve naturelle nationale du domaine de Beauguillot (km 18) avec 2 points de vue.
-  Utah Beach (km 21) :
  -  Musée du débarquement.
  -  Mémorial.
  -  Etc ...
-  Quinéville (km 36) :
  -  World War 2 Muséum.
  -  Port sur la Sinope.
-  Quettehou (km 47) :
  -  Si temps sec, suivre le parcours qui emprunte un chemin sur 200/300 mètres (raccourci d'un bon kilomètre), sinon passer par le centre de Quettehou.
  -  Idem un peu plus loin, nouveau raccourci sur 200 mètres en empruntant un chemin le long de la côte.
-  La Hougue (km 50) : fort et tour Vauban.
-  St Vaast la Hougue (km 52) :
  -  La chapelle des Marins
  -  L'île de Tatihou en face, avec le fort et la tour Vauban.
-  Quettehou à nouveau (km 57)
-  Batterie de Crisbecq (km 70).
-  Batterie d'Azeville (km 72).
-  Ste Mère Eglise (km 81) :
  -  Airborne Muséum
  -  Parachutiste sur l'église.
  -  Borne 0 : point de départ de la voie de la Liberté.
-  Eglise St Martin au bord de la >Douve (km 89) et point de vue derrière l'église. Il faut monter quelques marches.
-  St Côme du Mont (km 95) :
  -  Musée du Carrefour de l'Homme Mort (Dead Man's Corner Museum) : centre historique des parachutistes du jour J.
-  Maison du parc du PNR des marais du Cotentin et du Bessin (km 97).

## 2 Mercredi 10 mai

**Carentan -> La baie des Veys -> Isigny / mer -> Grandcamp – Maisy -> La pointe du Hoc -> Vierville / mer -> Neuilly la Forêt -> Carentan (96 km / 427 m)**

Nom du parcours : La pointe du Hoc.

<https://www.openrunner.com/route-details/15492895>

Repas : Soit pique-nique à la pointe du Hoc (km 46). Pour cela, il faut acheter à manger auparavant à Grandcamp – Maisy. Soit déjeuner à Vierville sur mer / Omaha Beach (km 56).

Sur le parcours :

• Km 1 :



Port de plaisance de Carentan.



Le Dreknor, drakkar viking.



Le canal de Carentan. Si carrossable pour les vélos de route, rouler le long du canal

• Km 2 :



Le pont canal passant au-dessus de la N13.



L'écluse.



Le pont Bailey sur la Taute.



Le canal de Carentan à la mer.

• Lieu-dit Le Moulin (km 4) : mémorial Filthy Thirteen.

• Lieu-dit Le Port (km 6) : aller et retour de 500 mètres pour point de vue sur le canal.

• Lieu-dit Le Gris Marais (km 7) :



Aller et retour de 8 km pour aller à la pointe de Brévands (km 11) admirer le point de vue sur la baie des Veys.

• Pont sur la Vire (km 20).

• Isigny / mer (km 24), connue pour les caramels d'Isigny.

• Confluence de l'Aure et de la Vire (km 25), aller et retour optionnel de 1 km.

• Panorama sur la baie des Veys (km 36).

• Grandcamp – Maisy (km 40) : le port (toilettes sur le port).

• Voie verte de la liberté (km 43).

• Pointe du Hoc (km 46) : sentiers de randonnées et blockhaus, casemates (toilettes).

• Musée D-Day Omaha (km 54).

• Vierville / mer / Omaha Beach (km 55) :



Passerelles de MULBERRY.



Mémorial 6th Engineer Spécial Brigade



29th Infantry Division Monument



Etc ...

• Musée mémorial d'Omaha Beach (km 57).

• St Laurent / mer (km 58).

• Les marais et vannage du Pont de L'ACRE (km 66).

• Neuilly la Forêt (km 82)

• Les marais (km 82).

• Lieu-dit Molpied (km 88) :

-  Soit on rentre à Carentan par la D974.
-  Soit on rentre en longeant l'ancien canal de Vire et Taute, puis la Taute (tronçon non bitumé de 3,5 km) : maison des Ormes (km 93 au niveau de la jonction du canal et de la Taute).

### 3 Jeudi 11 mai

#### Carentan -> Lessay -> Carentan (91 km / 319 m)

Nom du parcours : Lessay.

<https://www.openrunner.com/route-details/16131639>

Repas à Lessay (km 42) :

- Le restaurant Le Normandy, 3 place St Cloud, propose des repas à 13,50 Euros (entrée + plat + dessert). Il y a, entre autres, des galettes, des crêpes, des salades. Téléphone : 02 33 46 41 11

Sur le parcours :

- Piste cyclable (km 1 à km 12).
- Canal d'Auvers (km 8).
- La Sèvres (km 8).
- Chapelle St Anne (km 15).
- Donjon du Plessis-Lastelle (km 16).
- Laulne (km 23).
- L'Ay (km 31).
- La pointe du Becquet et les dunes (km 35).
- Km 41, juste après le rond-point au niveau du pôle santé de Lessay, prendre la piste cyclable qui est sur la gauche.
- Lessay (km 42) :

 Abbaye Ste Trinité (toilettes).

- Réserve naturelle de la tourbière de Mathon (km 44).
- Voie verte de Sottevast à Coutances (km 45).
- Km 49 à 57 : la route longe l'Ay.
- Km 63 à 79 : la route longe la Taute.

### 4 Vendredi 12 mai

#### Carentan -> Saint Sauveur le Vicomte -> Barneville - Carteret -> Portbail -> La Haye -> Carentan (104 km / 666 m)

Nom du parcours : Barneville - Carteret.

<https://www.openrunner.com/route-details/16122091>

## Repas à Barneville-Carteret (km 56).

Sur le parcours :

- Piste cyclable (km 1 à km 8).
- Canal d'Auvers (km 8).
- Pont sur la Sèvres (km 8).
- Baupte (km 9).
- Appeville (km 11).
- Beuzeville la Bastille (km 16) :
  -  Château de Plan-Marais.
  -  La Douve.
- Picauville (km xx) :
  -  C47 Mémorial.
- Rauville la Place (km 29).
- Saint Sauveur le Vicomte (km 31 ; BPF) :
  -  Le château.
  -  L'abbaye (toilettes)
  -  Musée Barbey-d'Aurevilly (écrivain) à côté de l'office de tourisme.
- La Forêt (km 37).
- Barneville-Carteret (km 51).
- La Gerfleur, l'estuaire de la Gerfleur et le port de Carteret (km 53).
- La plage de la Potinière (km 55).
- Point de vue (km 64) sur l'estuaire et sur Portbail.
- Portbail (km 67).
- Voie verte (km 69 à 80).
- La Haye (km 80) :
  -  Ruines de l'ancien château.
- Voie verte (km 82 à 103).

---

*"Le Cyclotourisme, un art de vivre"*