

CARTE VÉLO - CYCLING MAP AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

www.laregionduvelo.fr

CENTRE - VAL DE LOIRE

BOURGOGNE - FRANCHE-COMTÉ

SUISSE

ITALIE

RÉGION SUD
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

OCCITANIE

VALLÉE
GASTRONOMIE
FRANCE
Vers MARSEILLE



échelle au 1:600,000ème environ
soit 1 cm représente 6 km
©latitude-cartagene - édition 2024

LA RÉGION DU VÉLO
Découvrez le meilleur du vélo en Auvergne-Rhône-Alpes !
Route, VTT, gravel, VAE, voies vertes, aventures ou long cours, ascensions mythiques... Ce site réunit plus de 750 itinéraires à travers les 12 départements de la région : une véritable carte aux trésors pour tous les passionnés de vélo.

Bien plus qu'un simple guide, c'est une source d'inspiration infinie pour pédaler : traces GPS, étapes détaillées, conseils pratiques, infos touristiques... Pour chaque parcours, tout est là pour vous lancer, explorer et vivre votre plus belle sortie à vélo !

THE REGION BY BIKE
Explore the very best cycling routes in Auvergne-Rhône-Alpes!
Road cycling, MTB, gravel, e-bikes, long-distance routes, scenic climbs... This platform brings together over 750 routes across the region's 12 departments - a true treasure map for every cycling enthusiast.
More than just an information hub, it's a true source of inspiration. GPS tracks, step-by-step guides, practical tips, tourist highlights... Everything you need to get started and ride!

ITINÉRAIRES - ITINERARIES

- Véloroutes Voies Vertes
Greenways Cycling routes
- Itinéraires VTT
Marked mountain bike routes
- Site et base VTT FFC**-FFCT**
MTB base
- Espace Gravel FFC*
Gravel area
- Espace Cycloport FFC*
Cycloport area
- Itinéraires à vélo
Marked cycle routes
- Les variantes « Grandes Alpes »
Variants «Grandes Alpes»
- Les cols à vélo / Passes by bike

SITES - ATTRACTIONS

- Patrimoine UNESCO
UNESCO heritage
- Plus Beaux Villages de France
Most Beautiful Villages in France
- Station thermale / Spa resort
- Petites Cités de Caractère*
- Gare / Train station
- Aéroport / Airport
- Autoroute / Highway
- Route / Road

TRANSPORTS - TRANSPORTS

- FFC : Fédération Française de Cyclisme
- FFCT : Fédération Française de Cyclotourisme



C'est **PÉDALER** sur les traces d'une **NOUVELLE AVENTURE**.

www.laregionduvelo.fr



UNE RÉGION FACILE D'ACCÈS

COMMENT VENIR ?

✈ PAR AVION

- Lyon Aéroport : www.lyonaeroports.com
- Grenoble Alpes Isère Aéroport : www.grenoble-airport.com
- Aéroport international de Genève : www.gva.ch
- Aéroport international de Chambéry Savoie Mont Blanc Aéroport : www.chambery-airport.com
- Aéroport international de Clermont-Ferrand Auvergne : www.clermont-aeroport.com

🚆 PAR LE TRAIN

- Service de transport international - train à grande vitesse
- TGV Paris - Lyon: 2h (30 TGV quotidiens)
- Thalys et TGV de Bruxelles à Lyon: 3h45
- Lignes internationales:
- TGV de Genève à Lyon: 1h45
- Trains express régionaux: www.tse-rncl.com

🚗 PAR LA ROUTE

Avec plus de 1300 km d'autoroutes, Auvergne Rhône-Alpes est une des régions les mieux desservies en France : www.viamichelin.fr

RESTEZ CONNECTÉS !

www.auvergnerhonealpes-tourisme.com

auvergnerhonealpestourisme @auvergnerhonealpes.tourisme #myauvergnerhonealpes

LES GRANDS ITINÉRAIRES

MAJOR CYCLE ROUTES

🚲 À VÉLO

Panoramas alpins, villages pittoresques, berges de fleuves, vignobles, volcans ou champs de lavande... avec plusieurs milliers de kilomètres d'itinéraires, chacun peut s'adonner à sa passion, soit sur véloroutes, en empruntant des routes secondaires, soit sur voies vertes, dédiées uniquement aux cyclistes et aux modes de déplacement non motorisés.

VIA ALLIER (V70)

Du nord au sud de l'Auvergne le long de la rivière Allier, une des dernières rivières sauvages. North to south through the Auvergne along the Allier river, one of France's last wild rivers.

455 km via-allier.com

LA VAGABONDE (V87)

De Montluçon à Montech (Tarn-et-Garonne) à travers les Combrailles. From Montluçon to Montech through the Combrailles

320 km allier-auvergne-tourisme.com

VÉLOROUTE DU BOURBONNAIS (V75)

À travers le département de l'Allier d'est en ouest. Across the Allier's county from east to west.

137 km allier-auvergne-tourisme.com

CŒUR DE FRANCE À VÉLO (V46)

De Montluçon à Tours sur le chemin de halage du canal du Berry. From Montluçon to Tours along the canal towpath.

90 km montlucon-tourisme.fr

GRANDE TRAVERSÉE DU VOLCAN À VÉLO (V74)

La traversée des monts du Cantal. Across Cantal mountains.

150 km auvergne-destination-volcans.com

Alpine panoramas, picturesque villages, riverbanks, vineyards, volcanoes, or lavender fields... with several thousand routes available, all cyclists can give their all to their passion, whether on cycling routes, along back roads shared with motorists (most of them with little traffic), or on greenways that are restricted to cyclists and other non-motorised means of transport.

LA VÉLOIRE (V71)

Entre Montrond-les-Bains et Paray-le-Monial (Saône). Between Montrond-les-Bains and Paray-le-Monial (Saône).

140 km loiretouriisme.com

VIARHÔNA (EV17)

Le long du fleuve Rhône du Léman à la Méditerranée. Along the Rhône river from Geneva lake to the Mediterranean.

815 km viarhona.com

VIA FLUVIA (V73)

Entre le fleuve Loire et le fleuve Rhône Between the Loire and Rhône rivers.

120 km viafluvia.fr

LA BELLE VIA (V62-V63)

De Chanaz ou la Balme-de-Sillingy jusqu'à Valence en longeant le lac du Bourget et le lac d'Annecy. From Chanaz or la Balme-de-Sillingy to Valence along the shores of Bourget lake and Annecy lake.

280 km francevelotourisme.com/itineraire/labellevia

DOLCE VIA

De Saint-Agrève ou Lamastre à La Voulte-sur-Rhône. From Saint-Agrève or Lamastre to La Voulte-sur-Rhône.

90 km dolce-via.com

LA VOIE BLEUE (V50)

Du Luxembourg à Lyon. From Luxembourg to Lyon.

700 km lavoiebleue.com

GRANDE TRAVERSÉE DU JURA À VÉLO

Du nord au sud des montagnes jurassiennes. From north to south through France's Jura Mountains.

395 km gtj.asso.fr

ROUTE DES GRANDES ALPES* À VÉLO (variante gravel possible)

Du Léman à la Méditerranée par les cols alpins. From Lake Geneva to the Mediterranean.

720 km routesdesgrandesalpes.com

P'TITES ROUTES DU SOLEIL*

Traverser les Préalpes du Léman à la Méditerranée. Across France's Alpine foothills (prealpes) from Geneva lake to the Mediterranean.

915 km routesdesgrandesalpes.com

LES ROUTES DE LA LAVANDE*

Du Vercors à la Sainte-Victoire et des Gorges de l'Ardèche aux Gorges du Verdon. From Vercors to Sainte-Victoire mountain and Ardeche Gorges to Verdon Gorges.

+1000 km routes-lavande.com

DU LÉMAN AU MONT-BLANC (V61)

Du Léman au Mont-Blanc. From Lake Geneva to the Mont Blanc

153 km hautesavoiemontblanc-tourisme.com

VÉLOROUTE DE LA VALLÉE DE LA MAURIENNE (V67)

Voies propres ou aménagées, d'Aiton à Bonneval-sur-Arc. Along separate or well-laid-out cycle lanes from Aiton to Bonneval-sur-Arc.

154 km

VÉLOROUTE DES 5 LACS

Une véloroute qui reliera prochainement le lac Léman au lac de Paladru en passant par les lacs d'Annecy, le Bourget et Aiguebelette. A legendary cycle route offering splendid unspoilt landscapes.

154 km



Le Palais des évêques de Bourg-Saint-Andéol (07)

🚲 À VTT

Une sacoché de selle et de guidon pour seuls bagages, engagez-vous plusieurs jours sur une des grandes traversées de la région. Entre montagnes, forêts et grands espaces, la découverte et l'émerveillement sont présents à chaque tour de roue!

De nombreux autres itinéraires VTT balisés vous attendent en Auvergne-Rhône-Alpes!

With just a saddle bag and handlebar bag for luggage, embark on a cycling adventure over several days, tackling one of the region's major mountain-biking routes. Riding via mountains, forests and wide open landscapes, enjoy new discoveries and surprises around every corner.

Also explore many more signposted mountain-biking trails around Auvergne- Rhône-Alpes!

GRANDE TRAVERSÉE DU MASSIF CENTRAL (variante gravel possible)

Une traversée mythique avec des paysages splendides et préservés. A legendary cycle route offering splendid unspoilt landscapes.

1380 km 30 000 m D+

la-gtmc.com

GRANDE TRAVERSÉE DE LA HAUTE-LOIRE

Une itinéraire en boucle pour découvrir les merveilles de la Haute-Loire. A cycling loop to explore the marvels of the Haute-Loire.

620 km 13 000 m D+

myhauteloire.fr

LES CHEMINS DU SOLEIL

Une itinérance de 1 000 km et 30 000 m D+ en D+ en pleine nature de Thonon-les-Bains à Nice. A dramatic mountain cycling odyssey from Thonon-les-Bains to Nice.

1000 km 30 000 m D+

www.rhone-outdoor.com

GRANDE TRAVERSÉE DU JURA À VTT (variante gravel possible)

Une traversée du nord au sud des montagnes du Jura. A sensorial Journey from North to South of the Jura Mountains.

415 km 10 000m D+

gtj.asso.fr

GRANDE TRAVERSÉE DU RHÔNE

Du Beaujolais, en passant les monts du Lyonnais, la « GTR » emprunte des chemins variés et imprévus ponctués de vastes panoramas face aux Alpes. From the Beaujolais area to the Rhône Valley, offering sweeping panoramas facing the Alps.

230 km 6 380 m D+

www.rhone-outdoor.com

GRANDE TRAVERSÉE DE L'ARDECHE

Au départ de Annonay ou Tournon-sur-Rhône vers Bourg-Saint-Andéol, une magnifique découverte des paysages ardéchois. From Annonay or Tournon-sur-Rhône to Bourg-Saint-Andéol, a fabulous way to discover the Ardèche's landscapes.

315 / 351 km 7 500 / 7 900 m D+

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

www.vtt-ardèche.com

LES COLS MYTHIQUES

ICONIC PASSES

Relevez le défi des cols mythiques en Auvergne-Rhône-Alpes!

MOUNTAIN COLLECTION EN MAURIENNE

Tout l'été, relevez le défi et découvrez les cols légendaires de la Maurienne (Glandon, Télégraphe, Galibier, Croix de Fer...). Des montées mythiques sur routes fermées aux véhicules et accessibles à tous.

This Mountain Collection allows you to explore the passes and ascents of the «largest mountain-based cycling area in the world». Through July and August, 14 climbs around the Maurienne area are reserved for cyclists, the roads closed to cars.

velo-maurienne.com

LES GRANDS COLS DU VERCORS

Cette boucle sportive de 62 km et 1570 m D+ enchaîne deux cols emblématiques. Chasseurs de cols ou amateurs de panoramas, vous apprécierez la montée exigeante de la Bataille et la descente panoramique du col de la Machine, digne des grands itinéraires alpins.

This 62 km, 1571 m ascent route offers a total escape to the high plateaus of the massif and 2 iconic road passes. It will appeal to both pass hunters and the more contemplative, with so many things to discover

vercors-drome.com

OISANS COL SERIES EN ISÈRE

Les 21 virages de l'Alpe d'Huez, le charme d'Oz-en-Oisans, le confidentiel col de Sarenne... chaque matin matin en été, l'Oisans réserve un de ses cols aux cyclistes.

The highest road pass in France's Massif Central region, at 1588m, the Col du Pas de Peyrol has long proved a favourite on the Tour de France, already tackled 11 times down the years.

bike-oisans.com

COL DU GRAND COLOMBIER

Point culminant routier du Massif central (1589 m), ce col mythique du Tour de France offre une ascension exigeante mais envoûtante. Au pied du Puy Mary, cinq itinéraires vous mènent à travers routes sinueuses et paysages grandioses. Les panoramas verdoyants du Cantal feront vite oublier l'effort.

The highest paved pass in the Massif Central (1589 m) and a legendary Tour de France route, it offers a demanding yet captivating climb. At the foot of the iconic Puy Mary, five routes lead you along winding roads and through breathtaking scenery. The lush green landscapes of Cantal will make you forget the effort.

ain-outdoor.com



Maurienne (73)

LES SITES VTT DE LA RÉGION

OUR MOUNTAIN-BIKING SITES

La région compte 51 sites VTT labélisés par la Fédération Française de Cyclisme et 23 sites par la Fédération Française de Cyclotourisme. Des sentiers balisés, entretenus et classés, un point d'accueil avec de la location et des services (carte, lavage, kit de réparation) composent ces lieux de pratique.

The region boasts 51 mountain-biking (or MTB) sites accredited by the Fédération Française de Cyclisme and 23 by the Fédération Française de Cyclotourisme. The trails are signposted, well maintained and rated by level of difficulty. A welcome area offers bike hire and other services (maps, repair kits, washing facilities...).

ESPACE VTT-FFC® DESTINATION GRAND'R

« Destination Grand'R » est le plus grand espace de France dédié au VTT. Il réunit 4 Espaces VTT-FFC : Massif des Bois Noirs, Vichy Montagne Bourbonnaise, Ambert Crêtes du Forez et Montagne et plaine en Roannais. Des milliers de kms à parcourir !

Destination Grand'R is the largest mountain biking area in France. It brings together four VTT-FFC areas: Massif des Bois Noirs, Vichy Montagne Bourbonnaise, Ambert Crêtes du Forez, and Montagne et plaine en Roannais. Thousands of kilometers to explore!

destinationgrandr.com



Chartreuse (38)

BASE VTT- ESPACE REVERMONT

2 nouvelles bases VTT offrent depuis 2025 plus de 1 500 km de sentiers balisés pour le VTT, VTTAE et le Gravel aux portes de Bourg-en-Bresse !

Les parcours s'étendent de la plaine de Bresse à la vallée de l'Ain en passant par le Revermont, avec une variété de paysages et un patrimoine remarquable.

Deux campings, la Plaine Tonique et la Grange du Pin vous accueillent pour un séjour en pleine nature !

Two MTB bases now offer over 1,500 km of fully marked trails for MTB, e-MTB and gravel adventures, just a few minutes from Bourg-en-Bresse. From the sweeping Bresse plains to the Ain Valley and the foothills of the Revermont, discover stunning landscapes and exceptional heritage along every ride.

Make it a getaway to remember at our two nature-rich campsites – La Plaine Tonique and La Grange du Pin!

ain-outdoor.com



Haut-Foréz (63)

NOS IDÉES DE SORTIES À LA JOURNÉE

IDEAS FOR THEMED OUTINGS

1 LE VAL DE SAÔNE, PAYS D'ART, D'HISTOIRES ET DE LÉGENDES

Découvrez le Val de Saône à vélo, pays voisin du Beaujolais, au riche patrimoine culturel. Empruntez d'art et d'histoire, cet itinéraire vous conduit au village de Saint-Cur d'Ars, à Trévoux, ancienne principauté de la Dombes et au château de Fareins. Discover the Saône valley by bike, a neighboring territory to Beaujolais with a rich cultural heritage. Steeped in art and history, this route takes you to the village of Saint Curé d'Ars, Trévoux (former principality of the Dombes) and Fareins Castle.

33,2 km 705 m D+

auvergne-destination.com

85,6 km 291 m D+

ain-outdoor.com

2 AU PAYS DE LA VOLAILLE DE BRESSE

En plein cœur de la Bresse, pays de la volaille AOC unique au monde, vous cheminerez à travers le bocage bressan. Sur votre route n'hésitez pas à faire une pause pour découvrir le fleuron de la gastronomie bressane et ses produits de terroir. In the heart of Bresse, the only land in the world to have a AOC certified poultry, you'll journey through the Bresse bocage. Along the way, don't hesitate to take a break and discover the pinnacle of Bresse gastronomy and its local products.

61 km 122 m D+

ain-outdoor.com

3 ARDÈCHE, TERRES VALLONNÉES

Vous admirerez les Alpes qui s'offrent à vous au détour du mystérieux sentier des mégalithes! Arrivée à Boffres et son village perché à la vue à 360 degrés. Admire views of the Alps as you tackle the mysterious megaliths trail. Reaching the perched village of Boffres, enjoy a 3