



Îles Anglo-Normandes

Îles Chausey

50 min

5 km

MANCHE

BREST CAEN PARIS  
RENNES LE MANS  
NANTES

Cancale

Hirel Cherrueix

SAINT-MALO (45min)

- Office de Tourisme / Tourist Office / Oficina de Turismo
- Village étape
- Village Patrimoine
- Station verte
- Famille Plus
- Plage / Beach / Playa
- Point de vue / Panorama / Punto de vista
- Point d'observation du mascaret / Tidal boreview / Observación del macareo
- Aire de service (camping-car) / Service area (motor-homes) / Area de estacionamiento para autocaravana
- Gare / Station / Estación de tren
- Aérodrome / Aerodrome / Aeródromo

- ULM / Microlight / Ultraligero
- Table d'orientation / Orientation table / Mesa de orientación
- Abbaye / Abbey / Abadía
- Patrimoine / Heritage / Patrimonio
- Musée / Écomusée / Museum / Museo
- Cimetière militaire / Military Cemetery / Cementerio militar
- Jardin / Site naturel / Natural site / Sitio natural
- Parc animalier / Animal park / Zoológico
- Parc de loisirs / Leisure park / Parque de diversiones
- Équitation / Horse riding / Equitación

- Thalasso / Thalassotherapy / Talasoterapia
- Piscine / Swimming pool / Piscina
- Canoe kayak / Canoeing-kayaking / Kayak
- Pêche à la ligne / Angling / La pesca con linea
- Traversées de la baie / Crossing across the bay on foot / Cruzar la bahía a pie
- Loisirs festifs / Festive leisure / Festejar
- Ferme à visiter / Farm to visit / Visitar granjas
- Produit du terroir / Local product / Producto local
- Visite technique / Technical visit / Visita técnica
- Karting / Karting / Karting

**Valérie et Faustino** Guinguette à Tirepiéd

« Le Mont-Saint-Michel le soir, vous avez tenté ? Nous allons régulièrement nous promener le soir dans le village. La nuit, flotte une autre ambiance ; différente de la journée. Nous entendons plein de choses en nocturne : quelques oiseaux de nuit, le bruit de la mer, quand elle est là, ou bien le silence profond de la baie. Seuls sur ce rocher, nous sommes des privilégiés et profitons pleinement de ce lieu surréaliste. Nous le recommandons à tout le monde ! »

"The Mont Saint-Michel in the evening, have you tried? We regularly go for a walk in the village at dusk. At night, you hear a lot of things at night: some night birds, the sound of the sea, when she is there, or the deep silence of the bay. Only on this rock, we are privileged and take full advantage of this surreal place. We recommend it to everyone!"

"Mont-Saint-Michel en la noche, ¿lo intentó ud.? Paseamos regularmente por el pueblo al atardecer. La noche llega, flota cosas por la noche: algunas aves nocturnas, el sonido del mar cuando está allí, o el profundo silencio de la bahía. Solo en este lugar surrealista, ¡lo recomendamos a todos!"

**Claude** Hôtelier à Ducey

« J'aime me poser sur le bord de la rivière de la Selune juste à côté du Vieux Pont. Fermer les yeux, respirer calmement et écouter l'eau muisser sur les pierres est une des activités les plus ressourçantes que je connaisse. Notre territoire regorge de sites comme celui-ci où l'eau nous rappelle l'essence de la vie. »

"I love to relax on the river bank of the 'Selune' just next to the old bridge. Close my eyes, breathe calmly and listen to the stream rippling over the stone stream bed, is one of my activities, the most resourcing moments I know. Our territory is brimming with sites like this one, where water reminds us of the essence of life".

"Me gusta sentarme en las orillas del río Selune justo al lado del Viejo Puente en Ducey. cerrar los ojos, respirar tranquilamente y escuchar el agua que fluye sobre las piedras, es una de las actividades más relajantes que conozco. Nuestro territorio está lleno de sitios como este, donde el agua nos recuerda la esencia de la vida".

**Didier** Pilote d'ULM à Dragey

« Quand je m'envole de la piste de Dragey, je survole les dunes et la plage du Bec d'Andaine et j'arrive au-dessus de la plus belle baie du monde ! Si la mer est basse, les méandres des rivières se croisent formant un tableau artistique digne des plus grands maîtres de la peinture. Le Mont, trône en son centre et apparaît si petit mais si majestueux. Il nous rappelle toute l'humilité et la beauté de notre existence. Ces moments passés dans les cieux avec tant de personnalités différentes m'épanouissent tellement ! Ma définition de l'ULM c'est une somme de moments, d'instantés et de rencontres ! »

"When I leave the Dragey trail, I fly over the dunes and the beach of Bec d'Andaine and I arrive above the most beautiful bay in the world! If the sea is low, the meandering rivers intersect, forming an artistic tableau and appears so small, but so majestic. It reminds us of all the humility many different personalities flourish so much! My definition of ULM is a sum up of moments and meetings!"

"Cuando salgo del camino de Dragey, vuelo sobre las dunas y la playa de Bec d'Andaine y llevo arriba de la bahía más hermosa del mundo! Si el mar está bajo, los meandros de los ríos se cruzan, formando un cuadro artístico digno de los más grandes maestros de la pintura. El Monte se encuentra en su centro y parece tan pequeño, pero tan majestuoso. Nos recuerda toda la humildad y belleza de nuestra existencia. ¡Estos cumplimientos tanto! ¡Mi definición de ULM es una suma de momentos, y reuniones!"

**Franck** Chef restaurateur à Avranches

« J'aime mon métier et je m'investis beaucoup dedans, cela ne me laisse pas beaucoup de temps libre mais quand j'en ai, j'en profite beaucoup avec mes amis. Avranches est une ville de cœur où l'on se retrouve beaucoup avec mon cercle de copains pour des soirées foot, des apéros improvisés ou une séance de cinéma. Cette ville est un lieu de vie qui bouge bien et dans laquelle je m'y sens comme un poisson dans l'eau. Elle est de taille humaine et on y trouve toutes les activités que l'on souhaite. Je me sens bien ici ! »

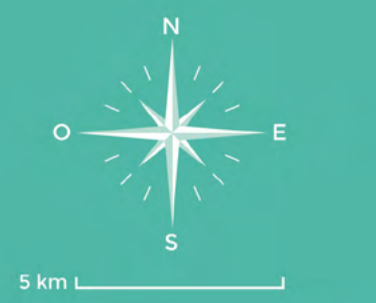
"I like my job and I invest in my work. It does not leave me much spare time but when I have the time, I enjoy it with my friends. Avranches is a city from the heart where one finds oneself often with my circle of friends for football evenings, improvised aperitifs or a cinema. This city is a place that changes often and in which I feel like a fish in water. It is human-sized and there are all the activities you want. I feel good here!"

"Me gusta mi trabajo que me toma mucho tiempo. Pero cuando tengo tiempo libre lo paso con mis amigos. La ciudad de Avranches es el lugar donde nos reunimos para ver un partido de fútbol, tomar el aperitivo, o ir al cine. Avranches es un lugar de vida muy dinámica donde me siento como un pez en el agua. Pequeña ciudad acogedora donde encontramos todas las actividades que queremos. ¡Me siento bien aquí!"

RENNES (1H00)  
NANTES (2H00)

FOUGÈRES





**Béngère Musée du Poiré à Barenton**

« Quand je grimpe en haut de la falaise de la Fosse Arthour, je peux admirer tout le bocage du Mortainais. Evidemment, ce que j'aime par-dessus tout, c'est y aller au printemps quand les poiriers sont en fleurs (distorsion professionnelle !). Cet arbre se mêle au paysage dans cet espace préservé qui contraste avec la roche de grès brut. Un vrai paysage impressionniste où la légende arthurienne lui donne un aspect mystérieux. »



"When I climb up the cliff of the Fosse Arthour, I can admire all the greenery of Mortainais. Obviously, what I like above all else is going there in the spring when the pear trees are in bloom (professional distortion!). These trees mingle with the landscape in this preserved space that contrasts with the sandstone rock. A true impressionist landscape where the Arthurian legend gives it a mysterious appearance."

**Stéphanie et Patrick Fromagers à Gathemo**

« Mon coup de cœur, c'est un sentier de randonnée passant Brouains et Beauficel, c'est super joli. Ce que j'aime ici, c'est le bocage encore préservé. Le pré maudit en est un très bon exemple ou encore la tourbière de la lande Mouton qui est plus sauvage, un peu plus humide et plus vallonnée. C'est un endroit qui a vraiment du charme. Au milieu de la tourbière qui a 4000 ans, on a vite fait de se perdre mais c'est magique. »



"My favourite place is the hiking trail passing Brouains and Beauficel. It's very pretty. What I like here is that the hedgerows are still preserved. The 'pré maudit' (natural area), is a very good example of the mire bog (peatland) that is wilder. A little more humid and hillier. It's a place that really has charm. In the middle of the bog that is 4000 years old, you quickly lose ourselves by it's magic."

"En esta región, lo que más prefiero es un sendero que pasa por 'Brouains y Beauficel', es súper agradable. Lo que me gusta aquí son las colinas aún preservadas: el 'pré maudit', es un buen ejemplo, donde el pantano de páramos es salvaje, un poco más húmedo y más accidentado. En medio de este, que tiene 4000 años, podemos perdernos rápidamente, pero es mágico."

**Anne Scriptorial d'Avranches**

« Dès que le temps s'y prête, nous enfourchons nos vélos et nous nous rendons à Ducey pour emprunter la voie verte. C'est une ancienne voie de chemin de fer qui a été réhabilitée et sur laquelle nous pouvons pédaler tranquillement et sereinement car il n'y a aucune voiture. Parfois nous rencontrons d'autres familles ou des randonneurs plus avertis qui arrivent de Paris par la Véloscénie. Et, à chaque fois, les sourires et les bonjours se croisent. Si le coefficient de marée est important, nous nous arrangeons pour arriver à Pontaubault au moment du mascaret. C'est toujours un spectacle étonnant que d'observer cette vague remonter la Sélune ! »



"As soon as the weather is right, we ride our bikes and we go to Ducey to take the greenway. It is an old railway which has been rehabilitated and on which we can pedal quietly and serenely because there is no car. Sometimes we meet other families or more experienced hikers who come from Paris by Veloscénie. And, every time, the smiles and the happiness pass on to each other. If the tidal coefficient is important, we arrange to arrive at Pontaubault at the time of the tidal bore. It is always an amazing sight to watch this wave go up the Sélune!"

"Cuando el tiempo lo permite, andamos en bicicletas y tomamos la 'Via verde' desde Ducey. Era un antiguo ferrocarril que ha sido rehabilitado y donde no hay ningún automóvil. A veces nos encontramos con otras personas quien vienen de París por la 'Veloscénie'. Además, nos gusta ir a observar el macareo en Pontaubault al momento de las grandes mareas. ¡Siempre es increíble de ver esta ola subir el río Sélune!"

**Philippe Andouillerie au Teilleul**

« Lorsque je ne « fais plus l'andouille », je m'accorde du temps pour partir avec un guide faire la traversée de la baie. J'apprécie d'enlever mes chaussures, de mettre mes pieds à nu afin de ressentir les différentes textures que le sable, la tangue, l'eau et les coquillages (ah !) offrent à la plante de mes pieds. Pour ma part, cette expérience se partage avec la famille. Cette approche progressive vers la Merveille est source d'épanouissement et de bien-être. »



"When I do not fabricate 'andouille', I give myself free time to go with a guide to hike across the bay. I enjoy taking off my shoes, barefoot on the sand to feel the different textures, sand, peat, water and shells (ouch!) an offering to the soles of my feet."

"Cuando tengo tiempo, me gusta cruzar la bahía. Sobre todo el hecho de caminar descalzo y de sentir las diferentes texturas de la arena, el agua, y las conchas (¡hay!) Esta experiencia se disfrute en familia. ¡Y acercándonos más y más de la maravilla se siente la plenitud y el bien estar!"

Des itinéraires chargés d'histoire !  
**Les Chemins du Mont Saint-Michel**, c'est aujourd'hui neuf itinéraires réhabilités totalisant plus de 3 500 km de chemins balisés ouverts au public. Partez sur les traces des pèlerins du Moyen Age qui traversaient toute l'Europe pour rejoindre le Mont Saint-Michel et son archange... Ces chemins balisés partent de Winchester, Cherbourg, Barfleur, Caen, Rouen, Paris, Chartres, Tours, Angers et Nantes. Chacun de ces itinéraires converge vers la Baie du Mont-Saint-Michel et sa Merveille !  
 Pour prolonger le voyage, les **Chemins du Mont Saint-Michel** vous mènent jusqu'à Compostelle... Trois chemins existent en double balisage Compostelle / Le Mont.

Paths full of history!  
**The paths of Mont Saint-Michel** is now nine rehabilitated footpaths totaling more than 3,500 km of marked trails open to the public. Follow in the footsteps of medieval pilgrims who traveled all over Europe to reach Mont Saint-Michel and its archangel... These marked trails leave Winchester, Cherbourg, Barfleur, Caen, Rouen, Paris, Chartres, Tours, Angers and Nantes. Each of these trails focal points on the Bay of Mont Saint-Michel and its Marvel! To extend the journey, the paths of Mont Saint-Michel lead you to Compostelle... Three paths exist for Compostelle / Le Mont.

Preparez votre voyage sur :  
 Prepare your trip on / Para preparar su viaje consulte el sitio:  
[www.lescheminsdumontsaintmichel.com](http://www.lescheminsdumontsaintmichel.com)

**La Véloscénie**

Un itinéraire grand spectacle !  
**La Véloscénie** vous offre un scénario idéal sur plus de 450 km de pistes cyclables, voies vertes et petites routes balisées. Depuis Notre-Dame-de-Paris, vous pédalerez en douceur de châteaux en jardins et de parcs naturels en villages, jusqu'au somptueux Mont Saint-Michel. Découvrez, en chemin, les hauts lieux du patrimoine architectural et paysager français : parc de Sceaux, château et parc de Versailles, château de Maintenon, cathédrale de Chartres, jardin de Marcel Proust, château de Carrouges, thermes de Bagnoles-de-l'Orne, sans oublier les parcs naturels de la Haute Vallée de la Chevreuse, du Perche et de Normandie-Maine...

A spectacular itinerary!  
**Veloscénie** offers you an ideal scenario on more than 450 km of cycle paths, greenways and small marked roads. From Notre-Dame-de-Paris, you will cycle smoothly from castles to gardens and from natural parks to villages, to the sumptuous Mont-Saint-Michel. Discover on your way the high places of the French architectural and landscape heritage park of Sceaux, castle and park of Versailles, castle of Maintenon, Cathedral of Chartres, Marcel Proust's garden, castle of Carrouges, baths of Bagnoles-de-l'Orne, not to mention the natural parks of the Haute Vallée de la Chevreuse, the Perche and from Normandy-Maine...

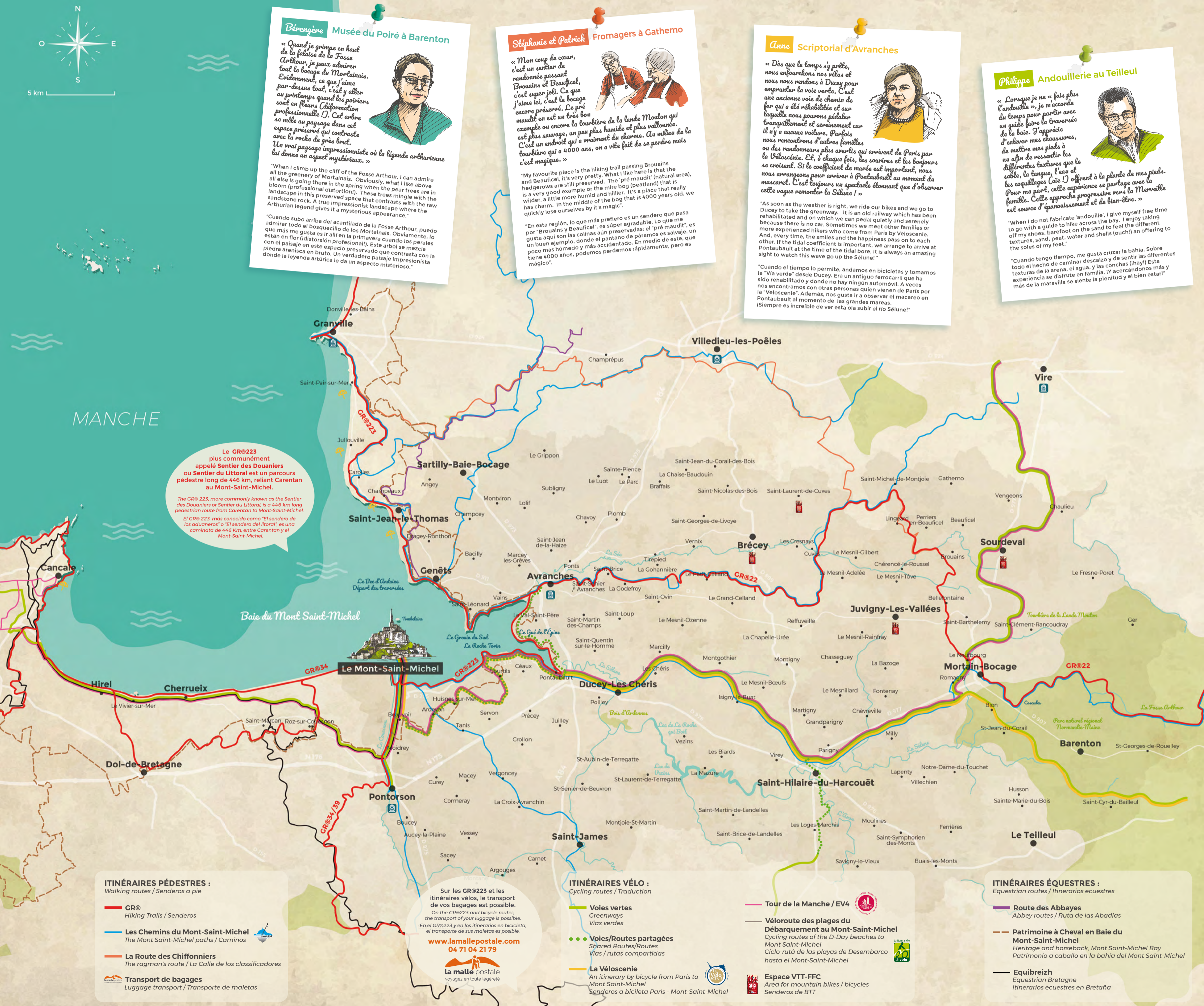
Preparez votre voyage sur :  
 Prepare your trip on / Para preparar su viaje consulte el sitio:  
[www.veloscénie.com](http://www.veloscénie.com) [www.veloscenic.com](http://www.veloscenic.com)

**La véloroute des plages du Débarquement au Mont-Saint-Michel**

Au cœur du patrimoine normand !  
 Cet itinéraire de 230 km, relie les célèbres sites du Jour-J au Mont Saint-Michel. Le parcours permet d'apprécier le patrimoine naturel, historique et culturel normand en sillonnant à travers marais et bocage. Accessible à tous, ce circuit alterne voies vertes, sur plus de la moitié du parcours et petites routes de campagne. Il propose trois points de départ : Utah Beach, Port-en-Bessin ou Arromanches-les-Bains. Un séjour complet et captivant au rythme des merveilles normandes...

The cycle routes of the landing beaches at Mont-Saint-Michel:  
 At the heart of Norman heritage! This 230 km route links the famous D-Day sites to Mont-Saint-Michel. The course allows to appreciate the natural, historical and cultural Norman heritage by furrowing through marsh and hedgerows. Accessible to all, this circuit alternates greenways, on more than half of the route and small country roads. It offers three departure points: Utah Beach, Port-en-Bessin or Arromanches-les-Bains. A complete and captivating stay to the rhythm of the Norman wonders.

Preparez votre voyage sur :  
 Prepare your trip on / Para preparar su viaje consulte el sitio:  
[www.debarquement-montsaintmichel-avelo.com](http://www.debarquement-montsaintmichel-avelo.com)



**Le GR®223 plus communément appelé Sentier des Douaniers ou Sentier du Littoral est un parcours pédestre long de 446 km, reliant Carentan au Mont-Saint-Michel.**  
 The GR® 223, more commonly known as the Sentier des Douaniers or Sentier du Littoral, is a 446 km long pedestrian route from Carentan to Mont-Saint-Michel.  
 El GR® 223, más conocido como "El sendero de los aduaneros" o "El sendero del litoral", es una caminata de 446 Km, entre Carentan y el Mont-Saint-Michel.

Sur les GR®223 et les itinéraires vélos, le transport de vos bagages est possible. On the GR®223 and bicycle routes, the transport of your luggage is possible. En el GR®223 y en los itinerarios en bicicleta, el transporte de sus maletas es posible.  
[www.lamallepostale.com](http://www.lamallepostale.com)  
 04 71 04 21 79  
**la malle postale**  
 voyagez en route légère

- ITINÉRAIRES PÉDESTRES :**  
 Walking routes / Senderos a pie
- GR® Hiking Trails / Senderos
  - Les Chemins du Mont-Saint-Michel The Mont Saint-Michel paths / Caminos
  - La Route des Chiffonniers The ragman's route / La Calle de los clasificadores
  - Transport de bagages Luggage transport / Transporte de maletas

- ITINÉRAIRES VÉLO :**  
 Cycling routes / Traducción
- Voies vertes Greenways / Vías verdes
  - Voies/Routes partagées Shared Routes/Routes / Vías / rutas compartidas
  - La Véloscénie An itinerary by bicycle from Paris to Mont Saint-Michel Senderos a bicicleta Paris - Mont-Saint-Michel

- Tour de la Manche / EV4
- Véloroute des plages du Débarquement au Mont-Saint-Michel Cycling routes of the D-Day beaches to Mont Saint-Michel Ciclo-ruta de las playas de Desembarco hasta el Mont-Saint-Michel

- ITINÉRAIRES ÉQUESTRES :**  
 Equestrian routes / Itinerarios ecuestres
- Route des Abbayes Abbey routes / Ruta de las Abadías
  - Patrimoine à Cheval en Baie du Mont-Saint-Michel Heritage and horseback, Mont Saint-Michel Bay Patrimonio a caballo en la bahía del Mont Saint-Michel
  - Equibreizh Equestrian Bretagne Itinerarios ecuestres en Bretaña