



DE LA DORDOGNE À LA CHARENTE : ESCAPADE CHIC ET BUCOLIQUE SUR LA FLOW VÉLO

Inaugurée en 2018, La Flow Vélo relie Thiviers, en Dordogne à l'île d'Aix en Charente-Maritime, par un itinéraire bucolique et paisible. Une campagne chic et verdoyante, un fleuve Charente tout en nuances et courbures, un vignoble vallonné, un océan aux accents toniques, des villages de pierre, d'eau et de charme du Périgord vert à l'océan ... La Flow Vélo invite à un voyage tout en douceur sur près de 290 km.



#1 Évasion champêtre et fluvestre : la déconnexion à portée de roues De Nontron à Saint-Savinien

Les amoureux de nature et de tranquillité apprécieront le parcours de Nontron à Saint-Savinien. Le début du parcours dans le Périgord offre un réseau de routes où chaque coup de pédales débute à la découverte d'une campagne vallonnée qui s'étend du Parc naturel régional Périgord Limousin jusqu'à Saint-Savinien. De là, l'océan se profile déjà à l'horizon.

Les coups de cœur du parcours :

Nontron : Cette charmante cité du Périgord vert, bâtie sur un coteau qui domine la vallée du Bandiat, a fait sa renommée pour son art de la Coutellerie. La beauté de son centre historique : fontaines, jardins, maisons à colombages et la visite du château, qui abrite le pôle des métiers d'Art, permettant de profiter d'une halte pittoresque et ressourçante.

Saint-Savinien-sur-Charente : Aujourd'hui halte fluviale paisible, autrefois port gabarrier très actif, ce village est l'un des plus pittoresques de la Charente. Labellisé « Petite Cité de Caractère® » et « Village de Pierres et d'Eau® », on y déambule sur les quais et les ruelles du centre parmi les galeries et ateliers d'artistes pour un moment au calme avant de remonter en selle.



180 km / 3 jours / Habitué

Plus d'informations : www.laflowvelo.com

© Aurelle Stappf



#2 La Flow vélo, véloroute d'Arts et d'Histoire De Saint Jean de Côte à Saintes

Le voyage commence à Saint Jean de Côte, classé « plus beaux villages de France » et se poursuit à travers la campagne et les vignobles. En chemin, la visite d'Angoulême, connue pour son festival de BD et de Cognac, labellisée « Ville d'art et d'histoire », méritent le détour. À l'arrivée, Saintes nous plonge dans l'histoire.

99 km / 2 jours / Habitué



Les coups de cœur du parcours :

Saint Jean de Côte : Ce village du Périgord vert aux maisons de murs ocres et toits de tuiles brunes est classé parmi « les plus beaux villages de France ». L'histoire de Saint-Jean-de-Côte est liée à celle du château de la Marthonie des XIIIe et XVe siècle, qui domine la jolie place Saint-Jean et à celle du prieuré dont l'ancienne église de style romano-byzantin présente un plan original.

Saintes : À Saintes, chaque pierre raconte une histoire. Rapidement, on reconnaît l'arc de Germanicus, symbole de la ville. Cette petite ville envoûtante aux 2000 ans d'histoire, située sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle, surprend par la beauté de son patrimoine gallo-romain.



Plus d'informations : www.laflowvelo.com

© Aurelle Stappf



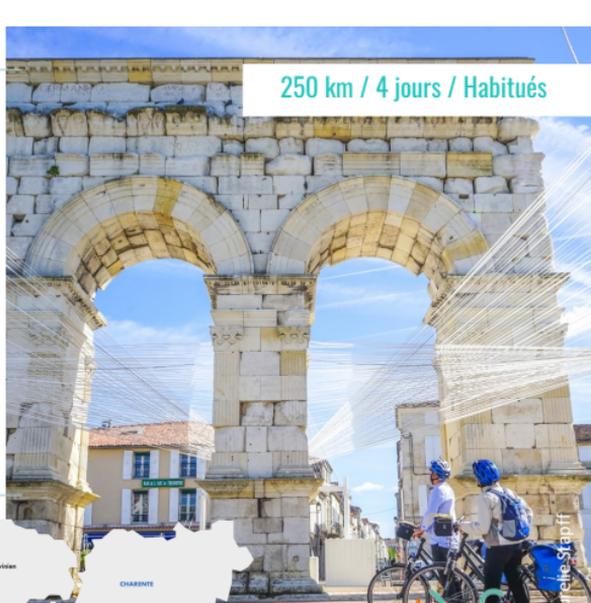
#3 Du Périgord à la Charente, un voyage sensoriel pour les épicuriens de Thiviers à Rochefort

Entre petits villages de charme et vignobles charentais, la Flow Vélo guide les vélotouristes à la découverte du patrimoine gastronomique régional. Un voyage sensoriel qui ravira tous les amateurs de bonnes tables avec une gastronomie riche et variée, du Périgord à la côte atlantique. Le spiritueux de Cognac, la jonchée de Rochefort ou encore l'huile de noix du Périgord, sont autant d'indispensables à ne pas manquer.

Les coups de cœur du parcours :

Thiviers : Aux portes du Parc Naturel Périgord Limousin, Thiviers reflète la douceur de vie du Périgord. Capitale du foie gras, la ville accueille son grand marché traditionnel chaque samedi matin tandis que ses fameux marchés au gras et aux truffes se déroulent chaque année de mi-novembre à mi-mars.

Cognac : Nichée au milieu d'innombrables pieds de vignes, la ville de Cognac est un véritable voyage pour les sens. Que ce soit du pineau, du vin rouge, blanc ou rosé ou bien de la célèbre eau-de-vie, une halte s'impose pour visiter les producteurs et Maisons installées le long du parcours.



250 km / 4 jours / Habitué



Plus d'informations : www.laflowvelo.com

© Aurelle Stappf

#4 Cap sur l'atlantique de Rochefort à l'île d'Aix

À Rochefort, le Pont Transbordeur surplombe l'estuaire de la Charente et invite à partir à la découverte des richesses paysagères (falaises, prairies, roselières...) qui bordent le fleuve. Munis de jumelles, les voyageurs savoureront les nombreux espèces d'oiseaux (hérons, milans roussettes...) qui peuplent le marais et l'estuaire au fil des saisons.

27 km / 1h45 min / Débutants



Les coups de cœur du parcours :

Fouras-les-Bains : La presqu'île de Fouras offre une des meilleures vues sur le célèbre Fort Boyard. En pédalant jusqu'au Fort Vauban, le donjon médiéval de Fouras, un panorama à 360° sur l'estuaire de la Charente et ses îles (Aix, Madame, Oléron et Ré) récompense les efforts de la journée.

L'île d'Aix : Ce petit croissant de 3km sur 700m est une terre d'accueil pour les touristes à vélo amateurs d'activités nautiques. On y pratique la voile, le kayak de mer, le stand-up paddle ou encore le wave-ski.



Plus d'informations : www.laflowvelo.com



À propos de La Flow Vélo® :

La Flow Vélo est une véloroute chic et bucolique située aux portes du Sud-Ouest. Longue de 290 km, elle relie Thiviers en Dordogne à l'île d'Aix en Charente-Maritime en passant par la Charente. Entre terre et mer, entre vignes et air iodé, elle promet un parcours au fil de l'eau, jalonné d'art et d'histoire... Un voyage à deux roues qui met tous les sens en éveil...

Plus d'informations sur : laflowvelo.com