

**De Boulogne-sur-Mer à Den Helder (Pays-Bas)
« Route de la Mer du Nord » LF 1
5 au 10-08-2012**



Entièrement balisée dans les deux sens, la **Route de la Mer du Nord (LF1)** est le 1^{er} parcours cyclo-touristique de longue distance mis en place aux **Pays-Bas**, puis transfrontalier. L'itinéraire continu relie la ville à la campagne. Les routes très fréquentées sont le plus possible évitées et l'on suit principalement les pistes cyclables et les chemins de campagne tranquilles et sûrs. Les trajets sont surtout destinés à des vacances à vélo de plusieurs jours.



Cette route compte environ **470 km**, fractionnés en **six étapes** pour ce voyage. Elle est remarquable pour sa diversité : des falaises au Sud jusqu'aux dunes au Nord, on traversera le **Boulonnais**, l'**Artois**, les **Flandre intérieure** et la **Flandre maritime**, le **Delta de zélande**, la **hollande** (**France, Belgique, Pays-Bas**). Les visites ne manqueront pas avec les villes et les villages historiques, les stations balnéaires et les réserves naturelles.

Il est conseillé de se procurer le guide (gratuit) auprès du **Comité de Tourisme du Nord** contact@cdt-nord.fr. Dans ce petit guide, on trouve des informations détaillées sur les particularités que l'on rencontre le long du parcours, ainsi que l'origine et l'évolution actuelle des paysages traversés. On trouve également les adresses qui peuvent être utiles pour la route, comme les possibilités d'hébergement, les offices de tourisme, les attractions et les réserves naturelles.

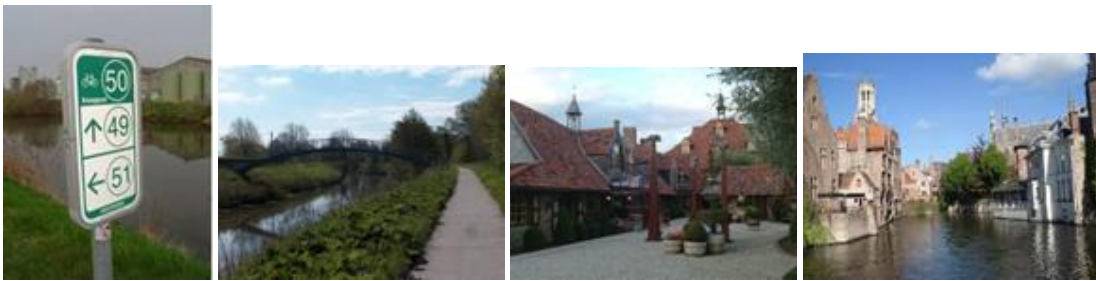
Voir page de garde du topoguide <http://jderoi.free.fr/datas/dossierpresse/lf/f/html/LF1.htm>

1^{er} jour 5-08 Boulogne-sur-Mer – Dunkerque env 90 km



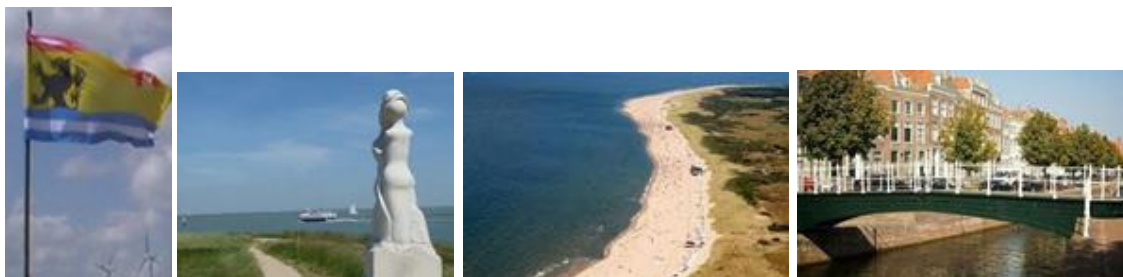
L'itinéraire **Route de la Mer du Nord (LF1)** est une **Véloroute** qui emprunte des petites routes peu circulées, et traverse à quelque distance de la côte, le paysage en pentes douces coupé de haies du **Boulonnais**, la région verdoyante du **Houtland** et les collines de l'**Artois**. C'est un parcours agréable de petites routes de campagne pour relier **Boulogne-sur-Mer** à la Belgique. À **Esquelbecq** l'itinéraire officiel sera quelque peu modifié pour se rendre à **Dunkerque**, terme de la 1^{re} étape. La partie française souffre d'une signalétique négligée et disparate. À voir **Colonne de la Grande Armée**, **château de Colembert**, **blockhaus d'Éperlecques**, **Bergues**, **Dunkerque**. Hébergement : auberge de jeunesse <http://www.auberges-de-jeunesse.com/fr/nord/dunkerque>

2^e jour 6-08 Dunkerque – Brugge env 80 km



Entre Dunkerque à Aduinkerke, on longe la plage de **Malo-les-Bains**, Leffrinckoucke, les stations balnéaires de **Zuydcoote**, **Bray-Dunes**, la **route des moeres**, et on arrive en Belgique en **Flandre-Occidentale**, où l'itinéraire emprunte le réseau **Knooppunten (Points-nœuds)** et les pistes cyclables sécurisées et parfaitement balisées. Un paradis pour les cyclotouristes. On passe à **veurne**, la **LF 1** suit le canal jusqu'à **Nieuport**, le **Canal Plassendale**, Oudenburg, et **bruges** « la **Venise du Nord** ». Etape auberge de jeunesse <http://www.vjh.be/>

3^e jour 7-08 Brugge – Domburg env 70 km



On découvre au passage le moulin de Scellemolen, Hoeke (dernier village en Belgique), le Fort Sint Donnaas, le canal Brugge-**Sluis**, avant d'arriver en **Flandre zélandaise** aux Pays-Bas. Puis le parc de Molenwater (moulin), **Breskens**, la traversée en bac jusqu'à Vlissingen, middelburg, **domburg**. Etape auberge jeunesse <http://www.stayokay.com/?pageID=3207&hostelID=356030>

4^e jour 8-08 Domburg – Den Haag env 110 km



Au programme de cette journée, les digues, les cordons (étroites bandes de terres), **Serooskerke** « village encerclé » typique, Port Zelande, les Tramways à vapeur du **Kabbelaarsbank**, les dunes de l'île de **Goeree** et Voorse Duines (plus belles dunes des Pays-Bas), **maassluis**, la réserve naturelle de Beer, Nieuwe Watter-Weg (liaison maritime Rotterdam-Mer), la ville miniature de **madurodam**, **den haag**. Etape auberge jeunesse <http://www.stayokay.com/?pageID=3207&hostelID=356029>

5^e jour 9-08 Den Haag – Egmond env 90 km



Une jolie balade dans les **champs de tulipes**, les dunes, la plage de **zandvoort**, le parc national Kennemerduinen, les villes d' **Ijmuiden**, et **Egmond**. Etape auberge jeunesse <http://www.stayokay.com/?pageID=3207&hostelID=356036>

6^e jour 10-08 Egmond – Den Helder env 50 km



L'étape la plus courte pour la fin du voyage, par la digue **hondsbosche zeewering**, la réserve naturelle **het zwanenwater**, la ville de **camperduin**, la station balnéaire **bergen aan zee**, et **den helder**. Fin du voyage.

+ D'INFOS

Le parcours est sans grande difficulté (seule la 1^{re} étape est vallonnée) et sera effectué à une allure modérée. Il s'adresse, toutefois, à des cyclistes déjà habitués à des moyens parcours. Il est préférable d'utiliser un vélo de randonnée plutôt qu'un vélo de course. **Prévoir nécessaire de réparation et chambre à air de réserve.**

Rassemblement à la gare SNCF à Boulogne-sur-Mer le dimanche 5-08-2012 à partir de 9h.

Dispersion le vendredi 10-08-2012 en début d'après-midi à la gare ferroviaire à Den Helder.

IMPORTANT

CHAQUE PARTICIPANT DOIT RESERVER AU PLUS VITE SON HEBERGEMENT DANS CHAQUE AUBERGE

(En précisant ½ pension avec dîner, nuitée, petit-déj)

Par courriel

Dunkerque 5 au 6-08 ajlescale@afeji.org

Brugge 6 au 7-08 brugge@vjh.be

Domburg 7 au 8-08 domburg@stayokay.com

Den Haag 8 au 9-08 denhaag@stayokay.com

Egmond 9 au 10-08 egmond@stayokay.com

Pour toute précision sur les modalités de réservation se renseigner auprès de rogerdehame@orange.fr

Possibilité d'hébergement la veille du départ à l'auberge de jeunesse de boulogne-sur-mer@fuaj.org

Pour le retour en train voir DB Bahn <http://www.bahn.com/i/view/FRA/fr/index.shtml>

Documentation

North Sea Cycle Route

Carte complète + http://www.everytrail.com/view_trip.php?trip_id=214374

Carte du début de la Vélo **Route de la Mer du Nord**

Vidéo http://www.youtube.com/watch?v=Z_AKQLS8SXc

Hébergement

France <http://www.fuaj.org/>

Belgique <http://www.vjh.be/>

Pays-Bas <http://www.stayokay.com/index.php?pageID=3250>

+ De détails et inscription rogerdehame@orange.fr

Hébergement

France <http://www.fuaj.org/>

Belgique <http://www.vjh.be/>

Pays-Bas <http://www.stayokay.com/index.php?pageID=3250>

Pour le retour en train <http://www.bahn.com/i/view/FRA/fr/index.shtml>

+ De détails et inscription rogerdehame@orange.fr