


Nbre	Date	Départ	Arrivée	Distance	Temps	Moyenne	Dénivellé +	Dénivellé -	Lieu Nuitées	Infos	email	Tél.
1	11.06.24	Sare	Cambo Les Bains	30.5 km	07.00 h	4.36 km/h	1090 m.	1100 m.	Camping Garrastazu Laurent (60 m)			0033 5 59 29 72 03
2	12.06.24	Cambo Les Bains	Urt	36.5 km	07.45 h	4.71 km/h	780 m.	800 m.	Camping Etche Zahar (10 m)			0033 5 59 56 27 36
3	13.06.24	Urt	Bénesse Maremne	33.6 km	07.10 h	4.69 km/h	380 m.	420 m.	Motel des Landes 		131.45 €	0033 5 58 48 48 48
4	14.06.24	Bénesse Maremne	Messanges	27.2 km	05.40 h	4.8 km/h	261 m.	274 m.	Camping Albret		contact(@)camping-albret.com	0033 5 58 48 08 64
5	15.06.24	Messanges	St-Girons	31 km	06.20 h	4.89 km/h	580 m.	570 m.	Camping Les Tourterelles			0033 2 53 81 70 00
6	16.06.24	St-Girons	Mimizan	38 km	07.15 h	5.24 km/h	522 m.	530 m.	Camping du Lac			0033 5 58 09 01 21
7	17.06.24	Mimizan	Parentis en Born	36.5 km	07.45 h	4.71 km/h	277 m.	50 m.	Camping Pipiou			0033 5 58 78 57 25
8	18.06.24	Parentis en Born	Pyla s/mer	27 km	05.25 h	4.98 km/h	446 m.	145 m.	Camping du Pyla			0033 5 56 22 74 56
9	19.06.24	Pyla s/mer	Lège Cap Ferret	37.2 km	08.20 h	4.46 km/h	780 m.	740 m.	Camping aux Couleurs du Ferret	Bateau Arcachon		0033 5 56 82 07 40
10	20.06.24	Lège Cap Ferret	Carcans	44.7 km	09.45 h	4.58 km/h	736 m.	729 m.	Camping de Maubuisson			0033 5 56 03 95 02
11	21.06.24	Carcans	Montalivet Les Bains	43.9 km	09.10 h	4.79 km/h	480 m.	500 m.	Camping Le Soleil d'Or			0033 5 56 09 31 37
12	22.06.24	Montalivet Les Bains	St Palais s/mer	32.8 km	06.30 h	5.05 km/h	330 m.	330 m.	La Villa Ouest - SPA	Bateau pour Royan		0033 5 46 23 11 19
13	23.06.24	St Palais s/mer	Marennes	26.7 km	05.40 h	4.71 km/h	470 m.	470 m.	Camping l'Étoile du Repos			0033 5 46 85 50 28
14	24.06.24	Marennes	Rochefort	30 km	06.25 h	4.68 km/h	203 m.	203 m.	Camping Le Bateau			0033 5 46 99 41 00
15	25.06.24	Rochefort	La Rochelle	36.7 km	07.35 h	4.84 km/h	270 m.	270 m.	Hôtel L'Accostage (ou sur le Port)			0033 5 46 66 21 31/ 0033 5 46 41 40 68
16	26.06.24	La Rochelle	La Rochelle						IDEM	A pied	Visite La Rochelle	
17	27.06.24	La Rochelle	La Rochelle						IDEM	Bateau et vélo	Visite Ile d'Oléron	
18	28.06.24	La Rochelle	La Rochelle							Vélo	Visite île de Ré	
19	29.06.24	La Rochelle	Saint-Michel en l'Herm	42.6 km	09.10 h	4.65 km/h	361 m.	365 m.	Camping Les Mizottes			0033 2 51 30 23 63
20	30.06.24	Saint-Michel en l'Herm	Le Rocher	19 km	04.15 h	4.47 km/h	235 m.	236 m.	Camping Le Sable d'Or La Tranche s/mer			0033 2 51 27 46 74
21	01.07.24	Le Rocher	Sables d'Olonne	16 km	03.30 h	4.57 km/h	217 m.	215 m.	Camping La Dune des Sables			0033 2 51 32 31 21
22	02.07.24	Sables d'Olonne	Bretignolles s/Mer	20.8 km	04.20 h	4.8 km/h	275 m.	277 m.	Camping Les Vagues			0033 2 51 90 19 48
23	03.07.24	Bretignolles s/Mer	St-Jean-de-Monts	27.8 km	05.45 h	4.83 km/h	532 m.	537 m.	Camping Zagarella			0033 2 51 58 19 82
24	04.07.24	St-Jean-de-Monts	Fromentine	24.2 km	05.20 h	4.54 km/h	580 m.	580 m.	Hôtel Le Cap d'Ambre			0033 7 78 72 41 43/0033 6 24 72 58 90
25	05.07.24	Fromentine	Fromentine						IDEM	Vélo	Visite Ile de Noirmoutier	
26	06.07.24	Fromentine	Fromentine						IDEM	Bateau Vélo	Visite Ile d'Yeu	
27	07.07.24	Fromentine	Les Moutiers en Retz	34 km	07.00 h	4.86 km/h	100 m.	100 m.	Camping L'Hermitage des Dunes			0033 2 40 64 64 00
28	08.07.24	Les Moutiers en Retz	La Pointe de St-Gildas	25.6 km	05.20 h	4.8 km/h	500 m.	500 m.	Camping Eléovic Pointe St Gildas			0033 2 40 21 61 60
29	09.07.24	La Pointe de St-Gildas	St Nazaire	32 km	06.40 h	4.8 km/h	250 m.	250 m.	Hotel Ibis Budget centre Gare			0033 2 55 40 66 80
30	10.07.24	Saint-Nazaire	Nantes						Train	Train		
	10.07.24	Nantes	Lausanne						Avion / Train	Navette / Avion / Train		
29	Etapas	Tour de Gaule	GR8	754.3 km	159.05 h	4.7 km/h	10655 m.	10191 m.	Distance moyenne/jour	31.42917 km		