

# VACACIONES EN BICI

*Por canales y una vía verde de Francia*



## Canal du Midi y canal del Garona

El canal de los Dos Mares en bicicleta (Francia)

por Valeria H. Mardones y Bernard Datcharry

2019 (2ª edición)

Petirrojo Ediciones - Colección BiciMap

80 pp, 13 x 23 cm, 190 g

Encuadernación de anillas

Español

ISBN 978-84-121184-7-6

Precio: 19,00 euros (venta en librerías y tiendas de bicicleta)

Después del éxito de los Castillos del Loira en bicicleta, volvimos a Francia por uno de sus más afamados canales: el Canal du Midi, y también para disfrutar de **unas vacaciones diferentes**, ideales para iniciarse en el viaje en bicicleta.

El sur de Francia es el país del *foie-gras*, del vino de Bordeaux, del Armagnac, pero también del rugby, de las bastidas (pueblos fortificados) y... ¡cómo no! de las esclusas, más de un centenar. El Canal du Midi sale de Toulouse y vierte las aguas del Macizo Central en el Mediterráneo, pero es parte de un proyecto más ambicioso que pretendía **unir mar y océano** a partir de Bordeaux. Hoy en día, la Vía Verde Roger Lapébie (un antiguo campeón en el Tour de Francia) y el canal paralelo al río Garona enlazan con el Canal du Midi para cumplir el sueño... en bicicleta.

La guía propone un viaje cicloturista de poco más de 500 km desde Burdeos hasta Sète y Narbona. Nueve etapas a ritmo sosegado, casi sin esfuerzo puesto que las etapas discurren por **un terreno prácticamente llano**. La oportunidad ideal para iniciarse en un viaje en bici, en solitario, en pareja o incluso en familia. Y lo mejor, ni siquiera hace falta disponer de una bici ya que se puede alquilar en los puntos claves, inclusive las eléctricas.

Cómoda y fácil de manejar ofrece al ciclista una cartografía minuciosa a escala 1:75.000 con la información necesaria para que los sobresaltos no tengan cabida. Incluye **propuestas de variantes** para visitar Narbona, Sète o la región del Minervois, **sugerencias de visita** y gastronómicas, además de **recomendaciones de alojamientos** para todos los bolsillos, desde sencillos campings municipales y albergues, hasta casas rurales, hoteles y algún *relais* para dormir dentro de un tonel. Como los Castillos del Loira, **la ruta se presta para pedalear con niños**.

Todo por un peso que no supera los 200 gramos.

## Contacto

bicimap@gmail.com

671 221 364

*Puntos claves en portada*



Encuadernación de anillas

## Sinopsis en contraportada

Localización

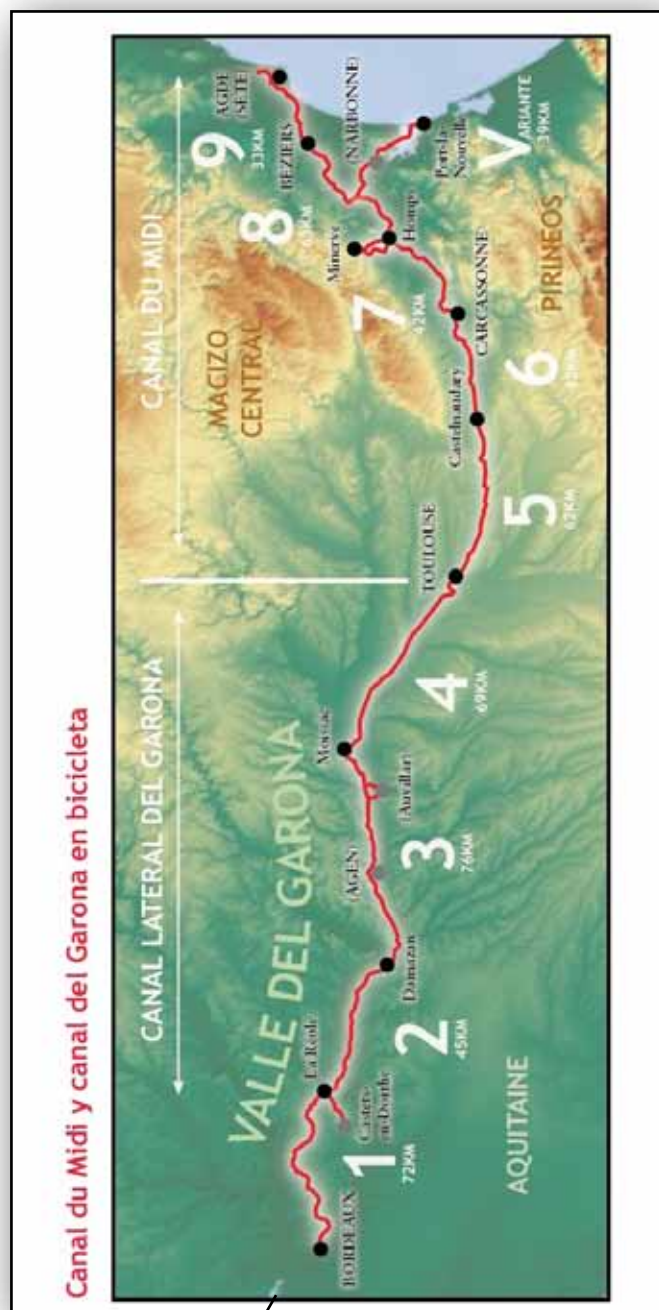


Sinopsis



# INTRODUCCIÓN A LA GUÍA

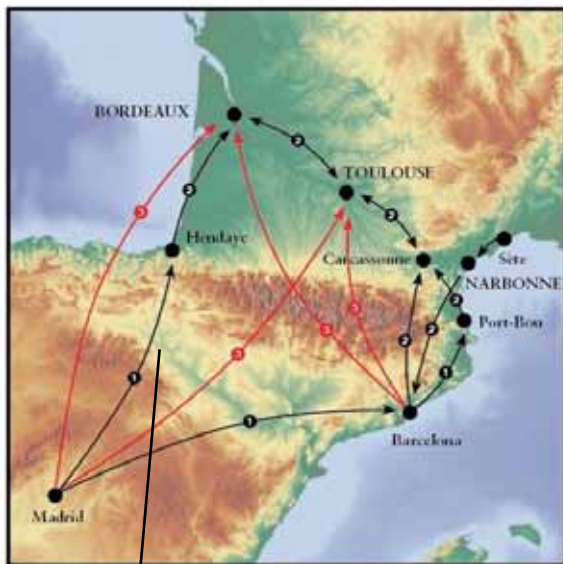
*Nueve páginas de plano y comentarios generales...*



El río Loira desde Nevers (13 etapas), más una hasta Pornic y otra de variante



## ... e información específica



El trazado corre siempre junto al canal por un terreno que apenas cuenta con grandes desniveles, de ahí que en la guía se hayan omitido los perfiles altitudinales. Solo surgen incómodos repechos (cortos) en los cruces con carreteras y en las esclusas. La primera etapa (Vía Verde Roger Lapébie y tramo por carreteras) si dispone de un perfil. Como complemento, las subidas están indicadas en los mapas.



El sur de Francia es muy ventoso y el viento es una de las peores inclemencias meteorológicas para los ciclistas. Entre Bordeaux y Toulouse a menudo sopla del oeste, a nuestro favor si se sigue el sentido de la guía. Sin embargo entre Toulouse y Carcassonne sopla un viento del este bastante fuerte, llamado viento d'Astun. Al acercarnos al Me-

diterráneo, la tramontana ventea con fuerza de oeste a este, aunque a veces lo hace lateralmente a partir de Béziers. Atención con viento fuerte pueden caer ramas y cortezas de los plátanos al camino que se pueden enganchar a los radios y hacernos caer. Numerosas carreteras y algunas vías de tren cruzan el canal. Unas veces tendremos que remontar un corto repecho para cruzar el asfalto a nivel (precaución) y en otras se pasa bajo con un recodo sin visibilidad (disminuir la velocidad). La tala de los plátanos enfermos (ver pág. 63) ocasiona, además de largos tramos sin sombra, desvíos provisionales (a veces mal señalizados) cuando las maquinarias trabajan.

### TRANSPORTE (ver mapa)

- En coche si se llega al punto de partida en coche, se puede dejar el vehículo en aparcamientos públicos, 10 días suelen costar alrededor de 100 €, o en los campings que permiten dejar el coche (*garage mort*) previo pago (3-4 €/día) o a veces gratis.
- En tren (España): los trenes de Media Distancia llegan a la frontera (Irún/Hendaya y Portbou/Cerbère) y permiten viajar con la bicicleta sin desmontar, pagando un suplemento de 3 € cuando el trayecto supera los 100 km. Los trenes AVE entre



además suelen ofrecer platos preparados y ensaladas; aunque es siempre más barato acudir al área de comida preparada de las *superettes* (supermercados); los coloridos mercadillos con productos frescos regionales son otra buena opción.

Como en otras regiones francesas, en el Loira se come bien y en los casos históricos de los pueblos siempre hay algún restaurante sencillo (*bistrot* o *brasserie*) con excelentes menús (mínimo 13 €); el *plat du jour* (plato del día) suele costar entre 8 y 10 €, la bebida no está incluida, pero se puede pedir una *garrafe d'eau* (jarrá de agua); las socorridas *crêpes* son más baratas y llenan muchísimo. En Francia lo habitual es comer entre las 12:00 y las 14:00 h y cenar entre las 18:00 y las 20:30 h. Atención: muchas tiendas, supermercados, restaurantes y bancos cierran los lunes.

Cuando se pedalea es necesario beber con frecuencia, y con calor aún más, así que hay que proveerse de suficiente agua para el día porque en Francia han eliminado las fuentes públicas, solo quedan en los cementerios y polideportivos; pocas áreas recreativas acondicionadas a lo largo del río disponen de agua potable, pero sí es frecuente encontrar lavabos públicos, incluso en los pueblos pequeños.

### EQUIPAJE

Viajar con el equipaje estrictamente indispensable es la primera premisa; llevarlo en alforjas, instaladas en el portaequipajes de la rueda trasera, la segunda. También son muy prácticas los pequeños bolsos que se anclan al manillar para llevar documentación, dinero, cámara, etc., además se desen-

ganchan con facilidad. En el mercado hay una amplia gama de alforjas, las de PVC reforzado aseguran que no se moje el interior (no hay que olvidar que en Francia suele llover, ver apartado clima). Las alforjas impermeables más baratas, no lo son tanto bajo una fuerte lluvia, conviene protegerlas con una funda adicional y guardar la ropa en bolsas de plástico.

### VISITAR CASTILLOS

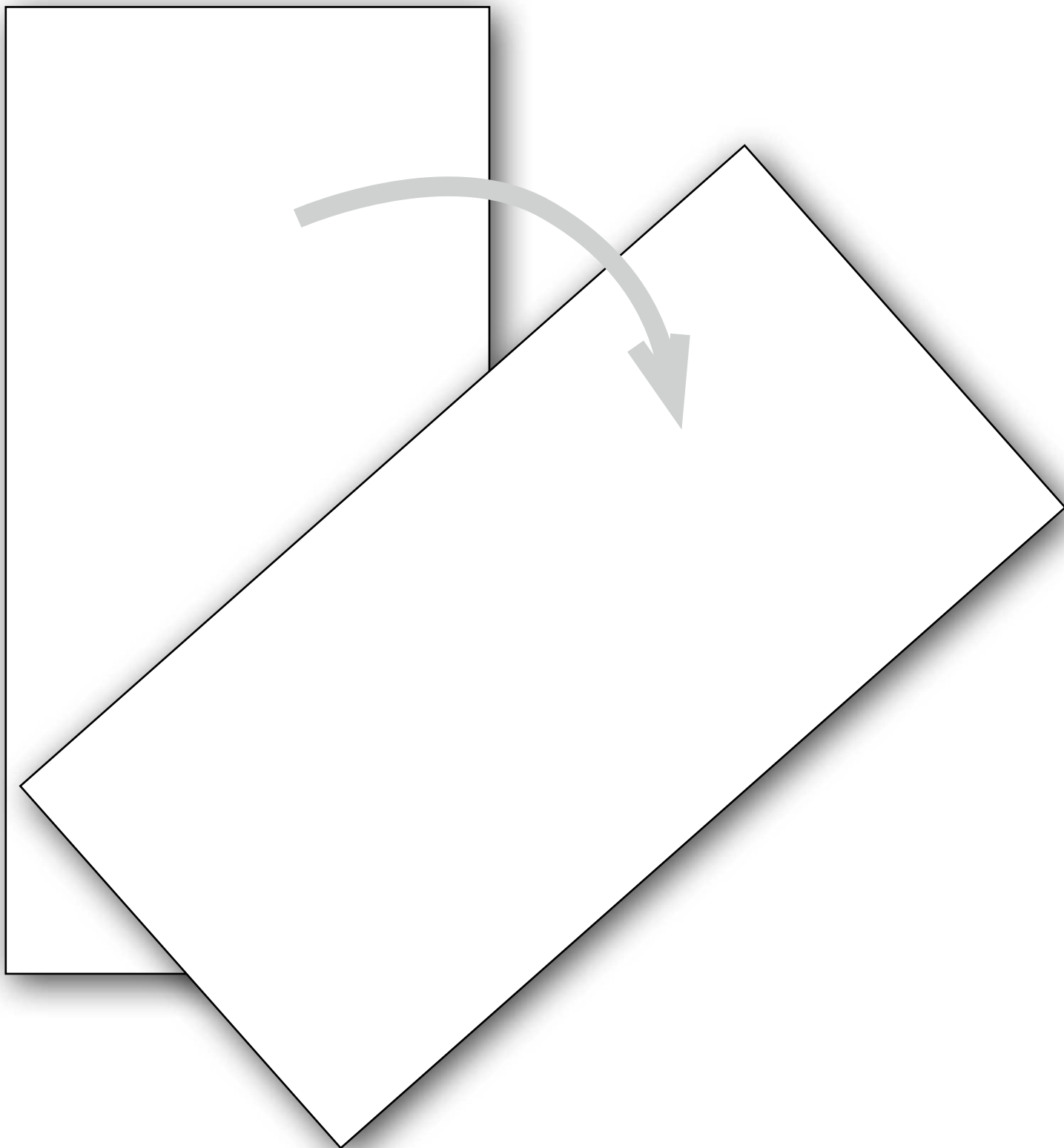
El Valle del Loira es conocido por sus castillos. Muchos fueron viejas fortalezas medievales, pero casi todos adquirieron sus elegantes formas actuales a lo largo de los siglos XVI y XVII. La mayoría no son castillos para la defensa, sino residencias de reyes y nobles o suntuosos pabellones de



Un plano de llegada al punto de partida y regreso a España

Consideraciones sobre la ruta, etapas, señalización, transporte, dificultades, seguridad, dormir, niños, alquiler de bici, etc.

**SE GIRA LA GUÍA**





# EJEMPLO DE UNA ETAPA

*Una portadilla por cada etapa*

**ETAPA 4**  
**Moissac /**  
**Toulouse**  
**69,3 KM**  
 Por carretera:  
 0,4 km  
 Por carril bici:  
 68,9 km

**COMENTARIOS DE ETAPA**

• Los kilómetros de la etapa se cubren con relativa rapidez, no hay mucho que ver, solo la famosa pendiente de agua de Montech merece una parada para admirar el ingenio de quienes la inventaron el artificio. Montauban, a solo 11 km de la ruta, es una buena alternativa para completar la etapa y también evitar las feías zonas industriales que rodean Toulouse, la capital de Occitania.

❶ Tras el puerto subir a la carretera para pasar a la otra margen del canal.

❷ Alternativa que lleva a Montauban por el camino de sirga del canal de Montech que une el canal lateral del Garona con el río Tarn. En Montech, al final del puerto, delante del punto de información (*accueil*) dejar el carril para tomar el puente que cruza el canal; una vez al otro lado continuar por el carril pegado al canal y que tras el paso inferior sigue el canal de Montech. La ida y la vuelta suponen añadir 22 km a la etapa.

Atención: en la esclusa Chemin des Oules pasar a la otra margen del canal para llegar a Montauban por la zona del puerto. Un pequeño paso subterráneo permite

cruzar las vías del tren y conectar con la avenida Marceau-Hauecher (carril bici), seguirla hasta la gasolinera donde se toma a la derecha el *quai Adolphe Poulit* (ciclo calle) junto al Tarn; se accede al casco histórico por el Pont Vieux (tercer puente). En Montauban se puede tomar un tren TER a Toulouse.

❶ A partir de la esclusa de Lalande (nº1) se puede optar por cualquiera de las márgenes del canal.

❷ El carril del canal acaba delante de un nudo de carreteras y de la confluencia de tres canales (Garonne, Midi, Beysse) en el Port de l'Embouchure; cruzar las dos avenidas por los pasos cebra, a la izquierda se sigue el Canal du Midi (ver plano ampliado, pág. 38).

❸ Una manera tranquila de llegar al centro de la ciudad es tomar el carril bici del dique junto al río; en el puerto de l'Embouchure continuar por el carril bici que pasa bajo la autopista y la D-10, seguir la dirección Adonniers, al llegar a esta calle (corto paso inferior) girar a la derecha, delante de la Maison de Jeunes comienza el carril bici por el que se sube al dique del río. Del Pont St Pierre (puente metálico)

Referencia numérica de comentarios en el texto  
 (negro para ciclistas en general, en rojo para recomendaciones con niños)

*Una cartografía exhaustiva a escala 1:75.000 (1cm =750 m)...*

unas escaleras que permiten asomarse a la boca del túnel. En bici se debe afrontar un repecho de unos 800 m por un camino pedregoso, enseguida continuar ascendiendo por la carretera que lleva a la cima. La subida termina justo en un cruce de carreteras, a la derecha, a unos 100 m, hay un punto de información (Maison du Malpas) y centro de interpretación con área de recreo, servicios y fuente. A la izquierda se sube a la ciudad fortificada prerromana de Oppidum de Ensérune construida en el siglo VI a. C. El yacimiento es también un excelente mirador sobre la llanura y el antiguo pantano desecado de Montady (visita 5,50 €, [www.enserune.monuments-nationaux.fr](http://www.enserune.monuments-nationaux.fr)).

❶ El conjunto de las nueve esclusas de Fossérans (actualmente solo funcionan 7) es una de las obras más espectaculares del Canal du Midi. Se construyeron en 1697 para salvar un desnivel de 25 m en un tramo de 300 m; son todo un espectáculo con la ciudad de Beziers y el río Orb como telón de fondo. Hay que bajar el empedrado con precaución (atención: gran afluencia de visitantes), cruzar el canal por la pasarela de la derecha y enseguida subir

**ETAPA 8**

a la derecha (señalización); poco después se llega al acueducto sobre el río Orb.

**PUEBLOS Y SERVICIOS**  
**ARGENS-MINERVOIS**

**Dormir**  
 • Chambres d'hôtes Domaine des Maels ([www.domainedesmaels.com](http://www.domainedesmaels.com)) 65-75 €, sirven cenas. Chambres d'hôtes La Caye ([www.bandb-chambredhote.com](http://www.bandb-chambredhote.com)) 80-85 €.

**Cómer**  
 Al otro lado del canal: La Guinguette d'Argens plato del día y en el puerto, restaurant La Terrasse du Port.

**ROUBIA**

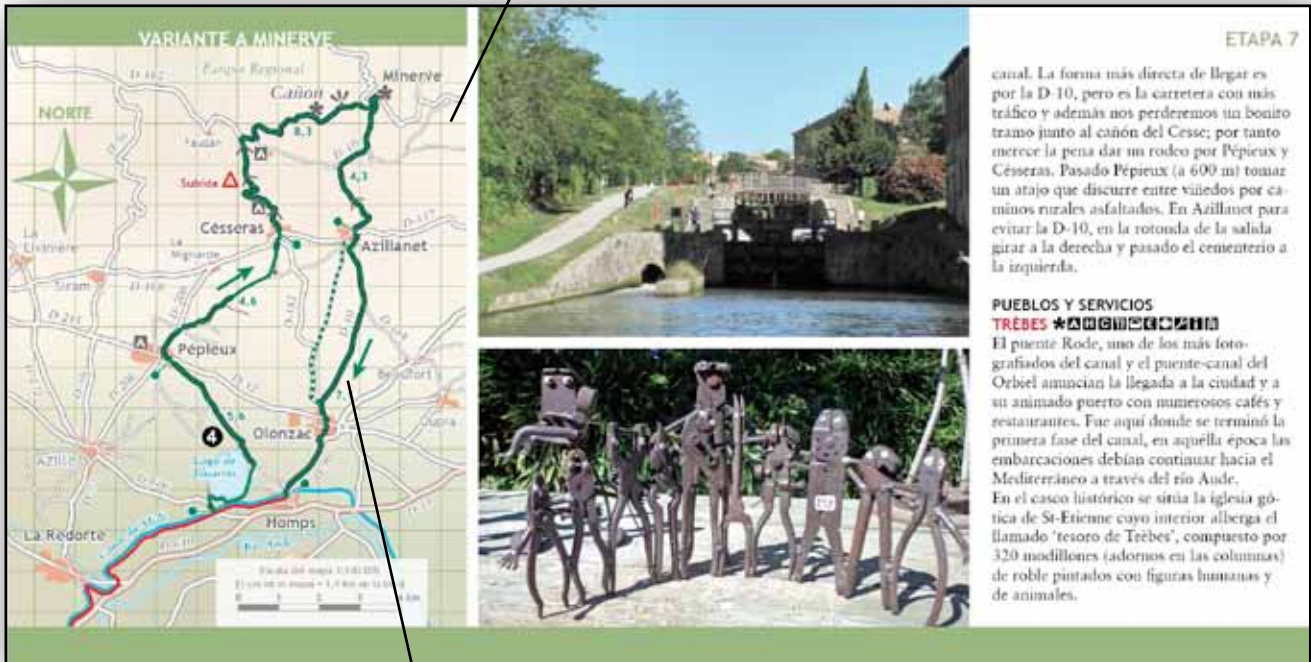
**Dormir**  
 • Chambres d'hôtes Maison Roubia ([www.maisonroubia.com](http://www.maisonroubia.com)) 95 €.

Ampliación

Recorrido ciclista  
 destacado en rojo

... en varias páginas / Cartografía pormenorizada

## Cartografía pormenorizada



## Variante en verde

Malla UTM kilométrica  
(cuadrados de 1 km de lado)



Distancia kilométrica



## Advertencias de dificultades



Localización de campings,  
albergues y tiendas/talleres bici

## La información esencial para el ciclista y algo más

**VIÑEDOS, BODEGAS Y VINOS**

El Languedoc-Rosellón es la región vinícola de mayor producción en Francia, cuenta con 38 denominaciones de origen. El Canal du Midi atraviesa los viñedos del Minervois, los más antiguos de Europa. Están situados a una altitud entre 50 y 500 metros sobre el nivel del mar, en el piedemonte de la Montagne Noire, y producen caldos de gran calidad. Numerosas bodegas ofrecen degustaciones, como el Domaine Les Pénitents Bleus (pasado La Redorte), así como una antigua dependencia del Château de La Redorte. También lo hace la Cooperativa Les Celliers d'Onirac en Olonzac. En el quai des Tonneliers (muelle de los toneleros) de Homps se ubica las Maisons des Vins que propone una selección de vinos de más de 100 bodegas de la región. Y la chambre d'hôtes Le Relais Occitan en Marsaillette propone dormir dentro de un tonel.

**Dormir**

- Camping L'Ombre des Micoconliers ([www.audecamping.com/](http://www.audecamping.com/)) cierra de oct. a mar, alquiler de tiendas con camas (bengalis).
- Chambres d'hôtes Domaine de Milletpetit ([www.milletpetitensolcille.co.uk/](http://www.milletpetitensolcille.co.uk/)) 50-65 €.

**Comer**

Junto al canal: Trattoria Napoli (pizzas y ensaladas), para comer pescados y marisco la Poissonnerie Moderne y al final del pueblo Le Moulin de Trèbes (menú).

**Tienda-taller bici**

Cycles Castilla (7, avenue Capocini).

**MARSEILLETTE**

**Dormir y comer**

- Café restaurant La Terrasse.
- En la D-610: Hôtel Restaurant Ô fil de l'Ô\*\* ([www.o.fildelo.fr/](http://www.o.fildelo.fr/)) 60-80 €; barn restaurant.
- A 2 km del pueblo: chambres d'hôtes Le Relais Occitan ([www.relaisoccitan.com/](http://www.relaisoccitan.com/)) 65-70 €, 20 € por persona en una habitación dentro de un tonel.
- A 2,5 km del pueblo (alternativa): gîte-chambres d'hôtes Sainte-Marie ([www.gite-sainte-marie.eu/](http://www.gite-sainte-marie.eu/)) 55 €.

**PUICHÉRIC**

**Dormir**

- Chambres d'hôtes Domaine des Fontanelles ([www.fontanelles.free.fr/](http://www.fontanelles.free.fr/)) 60 €.
- Chambres d'hôtes Château de Puichéric ([www.chateaudepucheric.fr/](http://www.chateaudepucheric.fr/)) 80-100 €.

**Comer**

A la salida del pueblo: brasserie-pizzeria Le Break, ensaladas y carnes a la plancha.

**LA REDORTE**

**Dormir**

- Chambres d'hôtes La Marelle ([www.chambres-lamarelle.com/](http://www.chambres-lamarelle.com/)) 70-75 €, sirven cenas.

**Comer**

Junto al canal: Le Rivassol, pizzas, crêpes y assiette du pays (plato combinado con productos locales). En el pueblo: restaurant pizzeria L'Arlequin.

**HOMPS**

El puerto de Homps fue uno de los más importantes del canal; la antigua capitanía alberga el Museo del Vino que merece una visita. El lago de Jouxres, un parque natural entre pinares con playa y zona de baño, es el principal atractivo de la comarca y

Despiece temático especial

Servicios esenciales para el ciclista  
(información general iconográfica, y  
de alojamiento y talleres/tiendas pormenorizada)

también un buen final de etapa. Paseos por el canal en la gabarra Saint-Férréol ([www.croisieres-du-midi.com](http://www.croisieres-du-midi.com)) 13 €.

#### Dormir

- A 5,5 km (ver mapa pág. 56): camping municipal de Pépieux.
- Junto al canal: Chambres d'hôtes restaurant Auberge de l'Arbousier ([www.auberge-canaldumidi.fr](http://www.auberge-canaldumidi.fr)) 80 €.

#### Comer

Hay varios restaurantes junto al canal: el primero que aparece es el Auberge de l'Arbousier, poco más adelante está La Péniche (pizzas, ensaladas, pasta y carnes) y en la otra margen restaurante En Bonne Compagnie, agradable terraza. En el lago (en verano): restaurant La Guinguette du Lac, carnes y pescados a la plancha.

#### OLONZAC

(a 2,5 km del canal)

#### Dormir

- Chambres d'hôtes Les Lavandes ([www.leslavandes34.fr](http://www.leslavandes34.fr)) 65-80 €.
- Chambres d'hôtes La Vigne Bleue ([www.lavignebleue.siteweb.fr](http://www.lavignebleue.siteweb.fr)) 50-90 €.
- Chambres d'hôtes Elloi Merle ([www.elloimerle.com](http://www.elloimerle.com)) 70-80 €.
- Chambres d'hôtes Les Lavandes ([www.leslavandes34.fr](http://www.leslavandes34.fr)) 65-85 €.

#### Comer

En la place de la Citadelle: Amis de Peter, ensaladas y crêpes, enfrente restaurant La Citadelle, carta y menú.

#### MINERVE

(variante, a 18 km del canal)

Pueblo que enamora en un entorno

espectacular, no en vano está calificado como uno de los pueblos más bellos de Francia. Se ubica en lo alto de una meseta calcárea rodeada de cañones, se accede por un puente viaducto que salva el río Cesse con innumerables pozas. Minerve fue un enclave catar, sus calles empedradas de trazado medieval recuerdan los asedios, en la rue des Martyrs se encuentra el Museo Hurepel donde se puede ver una reconstrucción con figuras en miniatura de la Cruzada Albigense, al final de la calle se llega a un mirador.

#### Dormir

- Chambres restaurant Relais Chantovent ([www.relaischantovent-minerve.fr](http://www.relaischantovent-minerve.fr)) 65 €.
- En la subida a Minerve: pequeño camping en una granja y camping Le Mas de

Lignières ([www.lemasdelignieres.fr](http://www.lemasdelignieres.fr)) mobil home y bungalós, cierra de oct. a abr.

- En el pueblo: chambres d'hôtes Le Couvent ([www.lecouventazillanet.fr](http://www.lecouventazillanet.fr)) 52 €, Chambres d'hôtes La Maison de Peintre ([www.ribaute.free.fr](http://www.ribaute.free.fr)) 60 €, Chambres d'hôtes Domaine du Pech d'André ([www.lepechdandre.fr](http://www.lepechdandre.fr)) 60-70 €.

#### Comer

La Table des Troubadours (rue du Porche), carnes a la brasa y pizzas en horno del leña, terraza con vistas.



# AL FINAL DE LA GUÍA

Una leyenda iconográfica

## Simbología utilizada

### INFORMACIÓN DE LA RUTA

- Recorrido firme asfaltado
- Recorrido firme no asfaltado
- ... Alternativa no señalizada
- Variante firme asfaltado
- Variante firme no asfaltado

5,5 Distancias en kilómetros

 Carretera transitada Advertencia peligro/dificultad

\* Lugar de especial interés

< << Subida suave/fuerte

⊙ Punto citado en el texto

### SIMBOLOGÍA CARTOGRAFICA

- Autopista
- Ctra. nacional o ctra. transitada
- Ctra. secundaria
- Ctra. local
- Ctra. vecinal/calle
- Camino/pista de tierra
- Túnel

— Vías del tren y estación

— Río

Aglomeración urbana

Polígono industrial/urbanización

ORLÉANS Capital administrativa  
Saumur Ciudad menor  
Montsoreau Pueblo  
Trèves Aldea/barrio

- Transbordador o edificio destacado
- + Cementerio
- Iglesia
- Monasterio/convento
- Castillo/fortaleza

### SERVICIOS

- \* Interés artístico
- ⛺ Camping
- ⛶ Albergue juvenil o Gîte d'étape
- 🏠 Hotel
- 🏡 Casa rural (Chambres d'hôtes)
- 🍽️ Bar/restaurant
- 🛒 Tienda comestibles/supermercado
- 🚗 Cajero automático
- 🏪 Farmacia
- 🚲 Tienda/taller de bicicletas
- 📖 Información turística
- 🚉 Estación de tren
- 🚲 Servicio Accenal vélo (ver página 7)
- ES Hablan/comprenden español



## Un índice toponímico

L'Ermitage (14)	<b>O</b>	Saint-Cervais-la-Fôret (6)
Le Tertre (5)	Onzain (6)	Saint-Hilaire-Saint-Florent (10)
Le Thoutreil (10)	Orléans (4 y 5)	Saint-Hilaire-Saint-Mesmin (5)
Les Fontaines d'Ozon (9)	Oudon (12)	Saint-Mathurin-sur-Loire (10)
Les Gâtineaux (14)	Ousson-sur-Loire (2)	Saint-Maur (10)
Les Piquantes (7)	<b>P</b>	Saint-Nazaire (13)
Les Ponts de Cé (10)	Paimboeuf (13)	Saint-Rémy-la-Varenne (10)
Les Rochefers (14)	Parnay (9)	Saint-Satur (2)
Les Rosiers-sur-Loire (10)	Port-Launay (13)	Sainte-Gemmes-sur-Loire (10)
Lestou (5)	Pouilly-sur-Loire (1 y 2)	Sancerre (2)
<b>M</b>	Preban (10)	Saumur (9 y 10)
Madou (6)	Pruniers (11)	Savennières (11)
Marçay (8)	<b>R</b>	Savigny-en-Véron (9)
Mauves-sur-Loire (12)	Rilly-sur-Loire (7)	Savonnieres (8)
Marseilles-lès-Aubigny (1)	Rigny-Ussé (8 y 9)	Souzay-Champigny (9)
Ménétréol-sous-Sancerre (2)	Rivareanes (8)	Sully-sur-Loire (3)
Mer (5)	Roguinet (9)	<b>T</b>
Meung-sur-Loire (5)	Rue du Voisinay (10)	Tavers (5)
Montjean-sur-Loire (11)	Rue Moreau (8)	Tours (7 y 8)
Montlouis-sur-Loire (7)	<b>S</b>	Trélazé (10)
Montour (9)	Saint-Benoît-sur-Loire (3)	Trèves (10)
Montsoreau (9)	Saint-Brevin-des-Pins (13 y 14)	Turquant (9)
Muids-sur-Loire (5 y 6)	Saint-Brevin-l'Océan (14)	<b>V</b>
<b>N</b>	Saint-Brisson-sur-Loire (3)	Vallières-les-Grandes (7)
Nantes (12 y 13)	Saint-Denis-de-l'Hôtel (4)	Vallères (8)
Nanteuil (6)	Saint-Dyé-sur-Loire (6)	Varades (11)
Néman (9)	Saint-Florent (3)	Villandry (8)
Nevers (1)	Saint-Florent-le-Vieil (11 y 12)	Vineuil (6)

