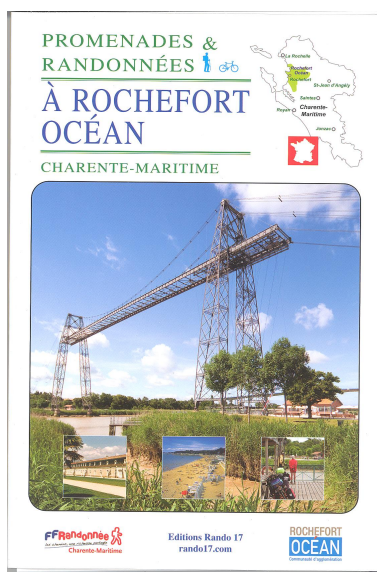
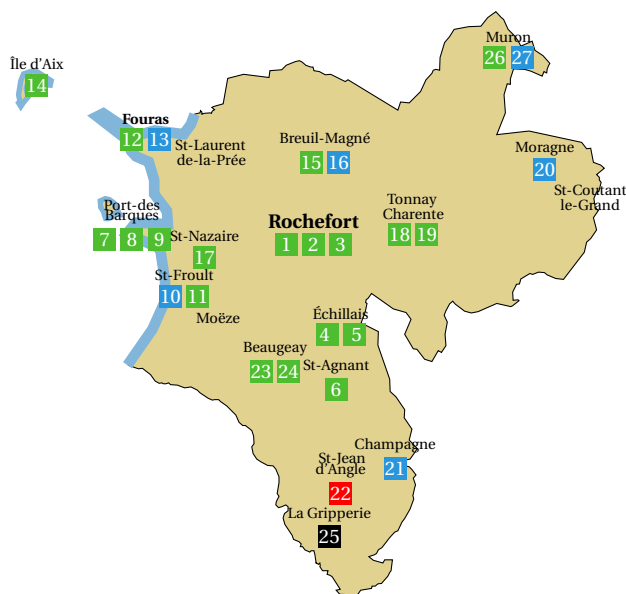


À ROCHEFORT-Océan



Édition 2014



PROMENADES & RANDONNÉES AUTOUR À ROCHEFORT-Océan

Parcours pédestre

1. ■ ROCHEFORT : l'Arsenal à Rochefort, 7 km
2. ■ ROCHEFORT : le Chemin de Charente, 5 km (aller)
3. ■ ROCHEFORT : la station de lagunage, 2.5 km
4. ■ ÉCHILLAIS : sur les pas de Pierre Loti, 6.5 km
5. ■ ÉCHILLAIS : le chemin de Charente du transbordeur à Échillais
6. ■ SAINT-AGNANT : circuit des fontaines, 7.5 km
7. ■ PORT-DES-BARQUES : l'Île Madame, 7.5 km
8. ■ PORT-DES-BARQUES : la presqu'île port-barquaise, 7 km
9. ■ PORT-DES-BARQUES : circuit de l'étang des Rouches, 3.5 km
10. ■ SAINT-FROULT : circuit de Montportail, 8 km
11. ■ SAINT-FROULT : la plage et le sentier des polders, 3 km
12. ■ FOURAS : station balnéaire, presqu'île ostréicole, 7.5 km
13. ■ FOURAS : le Fort Lapointe ou le Marais de la Cabane, 10 km
14. ■ ÎLE D'AIX : le tour de l'île, 7 km
15. ■ BREUIL-MAGNÉ : l'île du Liron, 6 km
16. ■ SAINT-LAURENT-DE-LA-PRÉE : le Pré du Fond, 9.5 km
17. ■ ST-NAZAIRE-SUR-CHARENTE : le Fort Lupin, 2.3 km
18. ■ TONNAY-CHARENTE : le centre de Tonnay-Charente, 2 km
19. ■ CABARIOT : aire de loisirs des « Moulins à Giroins », 1 km
20. ■ MORAGNE : circuit fermes et hameaux, 8.5 km
21. ■ CHAMPAGNE : circuit du bois des châtaigniers, 7 km

22. ■ ST-JEAN-D'ANGLE : circuit de la la héronnière, 12 km
23. ■ BEAUGEAY : circuit bourgs et marais, 6.5 km
24. ■ BEAUGEAY : circuit des écluses, 5 km
25. ■ LA GRIPPERIE : chemin de la Tour, 18 km
26. ■ MURON : le bourg de Muron, 2 km
27. ■ ÎLE D'ALBE : circuit des statues et des puits, 10 km

Parcours cyclistes

28. ROCHEFORT : le chemin de Charente, 16 km
29. ÉCHILLAIS circuit des abbayes, 17 km
30. ÉCHILLAIS en longeant la Bridoire, 24 km
31. SAINT-HIPPOLYTE circuit des puits et des fontaines, 14 km
32. SAINT-AGNANT circuit des Communaux, 8 km
33. ST-AGNANT - CHAMPAGNE : , 25 km
34. BREUIL-MAGNÉ : au cœur des îles, 31 km
35. TONNAY-CHARENTE : le chemin de Saint Clément, 16 km
36. TONNAY-CHARENTE : circuit des aqueducs, 18 km
37. ST-COUTANT-LE-GRAND : au bord du marais, 23 km
38. FOURAS : le chemin du littoral, 22 km
39. FOURAS : les Pierres Closes, 15 km
40. PORT-DES-BARQUES : de la Charente à l'Atlantique, 28 km
41. PORT-DES-BARQUES : la presqu'île port-barquaise, 17 km
42. PORT-DES-BARQUES : l'Île Madame, 6 km
43. MOËZE : de la réserve de Moëze au marais de Brouage, 22 km

■ = moins de 2 h ■ = moins de 3 h ■ = moins de 4h ■ = 4 h et +