ACTIVITÉS ET LOISIRS

Circuits de randonnée pédestre

Le territoire de Cap Atlantique bénéficie d'une situation privilégiée entre océan et marais de Brière, bocage et marais salants. La communauté d'agglomération aspire à faire découvrir aux habitants, et aux personnes de passage, le patrimoine qu'ils côto dont ils ne soupçonnent pas toujours la richesse.

A la découverte de Cap Atlantique à pied, à cheval et à VTT

Téléchargez sur cette carte **les fiches des circuits de randonnée du territoire** de Cap Atlantique.

Suivez le guide "Les belles échappées : promenades et randonnées en Bretagne Plein Sud" !

Les amateurs garderont le cap grâce au topoguide « *Les belles échappées : promenades et randonnées en Bretagne Plein Sud* ».

Côté pratique, une fiche par sentier avec une carte pour randonner en toute liberté. Des parcours sur petites et grandes distances, de 5 à 145 km, accessibles à pied, à vélo tout chemin, à cheval ou encore avec une poussette ... au gré de vos envies !

Ce projet piloté par la SPL (Société Publique Locale) Bretagne Plein Sud a été mené en partenariat avec la CARENE Saint-Nazaire agglomération et la communauté de communes du Pays de Pontchâteau - Saint-Gildas des Bois.

Ce guide est diffusé via le réseau des Bureaux et Offices de Tourisme de la Destination au prix de 5€.

Quelques règles d'or

La nature est généreuse, elle offre ses richesses et ses beautés au détour des chemins. Mais son patrimoine est fragile, sa protection est donc l'affaire de tous. Agissez pour l'environnement en respectant et en faisant respecter ces quelques conseils :

- **Préparez votre itinéraire** en évaluant la distance et le niveau de praticabilité, en vous renseignant sur la météo, les horaires des marées …
- Partez avec un **équipement adapté** : chaussures de marche, gourde d'eau, vêtement pour la pluie si besoin …
- Restez sur le sentier, **respectez les espaces naturels**. Si vos pas n'abîment pas la végétation, pensez aux milliers d'autres qui suivront !
- Ne cueillez pas de fleurs, vous pourriez contribuer à la disparition de spécimens uniques et protégés. **Prenez plutôt une photo** !
- **Ne jetez pas** vos papiers, mégots et autres détritus mais emportez-les plutôt jusqu'à la prochaine poubelle !
- Veillez bien à éteindre votre cigarette et **ne faites pas de feu**.
- **Respectez** les propriétés privées - champs, marais salants, marais de Brière, parcs conchylicoles … - ainsi que le travail des agriculteurs, des éleveurs et des paludiers.
- Pensez à refermer les barrières derrière vous.
- **Tenez votre chien en laisse**, il pourrait dénicher une couvée cachée dans l'herbe.
- À vélo et à cheval, **adaptez votre vitesse** et laissez la priorité aux piétons.
- Après de fortes pluies, le terrain peut être fragilisé et la pratique de la randonnée peut l'abîmer. Pensez-y !

CapAtlantique La Baule-Guérande Agglo

3 Avenue des Noëlles
44503 La Baule-Escoublac Cedex

02 51 75 06 80