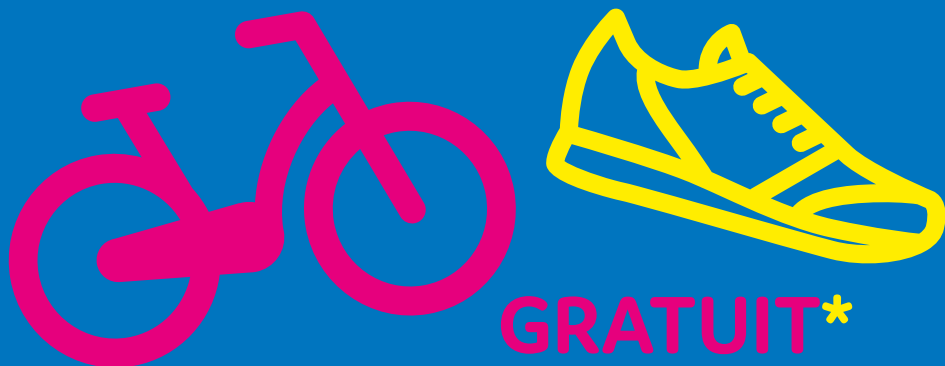


VIVRE  
MA VILLE

À VÉLO

À PIED

# L'agenda des rendez-vous vélo/marche 2022



**GRATUIT\***

Toute l'année, roulez et marchez  
dans la ville et au contact de la nature

- Circuits d'apprentissage, balades pour découvrir le patrimoine, les espaces naturels, les lieux culturels, touristiques, les endroits insolites et méconnus, le terroir et ses atouts, la faune, la flore...
- Programme pour tous à partir de 3 ans

CAEN.FR @  

**CAENA**  
NORMANDIE 

\*Sur inscription obligatoire



# PRÉ-INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES

au 02 31 30 45 01 ou 06 13 37 29 56 (le nombre de places est limité pour des raisons de sécurité et de jauge de visite).



**Mardi 12, mercredi 13  
et jeudi 14 avril**

1h30  
à 2h

## Assiettes et baskets

à la Colline aux oiseaux

Pour tous

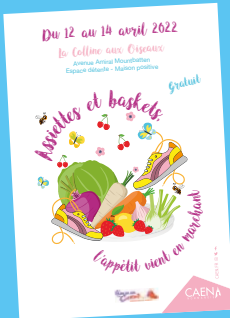
• **Découvrez différentes activités pour bouger et bien manger** : sorties, ateliers, conseils, exemple de pratiques...

• **Retrouvez tout le programme sur [caen.fr/agenda](http://caen.fr/agenda)**

• **Jeudi midi**, venez en famille ou entre collègues de bureau partager un **grand pique-nique « zéro déchet »** au grand air. Relevez le défi en amenant votre repas et des couverts réutilisables, des contenants réutilisables, des produits locaux cuisinés maison...

La Coop 5 pour 100 proposera, sur le temps du repas, des animations sur l'alimentation saine, locale et de saison, sur la cuisine des restes en plat du lendemain ainsi que des informations sur l'orientation des déchets alimentaires vers le composteur ou vos poules...

• **Toute l'information sur [caen.fr](http://caen.fr)**



**Lundi 18 avril**

2h

## Arbres de Pâques, une nouvelle façon de fêter l'arrivée du printemps !

En famille

Les jours rallongent, on a changé d'heure, le printemps arrive et avec lui... Pâques, l'une des fêtes populaires les plus appréciées des petits et grands. Pour l'occasion, venez en famille prendre un bol d'air matinal au cours d'une sortie vélo. Gourmandises chocolatées au retour du circuit !

Au programme, circuit facile dans Caen d'environ 1 heure sur pistes et voies cyclables, zones partagées... à la recherche d'indices dans des parcs de la ville, des zones de nature ou espaces de détente. L'événement est ouvert à tous : tout-petits en remorque, enfants à partir de 8 ans sous la responsabilité obligatoire d'adultes accompagnants.

• **Entre 9h30 et 11h30 : départs libres sur circuit cartographié. Rendez-vous dans le petit jardin de l'hôtel de ville situé près du musée du CPIE (accès par la Police municipale).**





## Dimanche 1<sup>er</sup> mai 3h

À partir de 10 ans

**Sortie marche nature dans la ville** : circuit patrimonial, espaces naturels et autres lieux pour se ressourcer.

Environ 8 km à allure « découverte ».

Prévoir eau, vêtements adaptés

- **Départ 9h15 du petit parking de la Vallée des jardins (au bout de la rue des jardins).**



## Dimanche 22 mai 3h

À partir de 10 ans

**Sortie vélo** : circuit sur le thème « histoire de communes locales » : géologie, géographie, démographie... en savoir un peu plus sur la vie communale.

- **De 9h15 à 12h15, départ de l'hôtel de ville**



## Dimanche 24 juillet journée

**Journée ludo vélo : grande chasse aux énigmes à vélo dans Caen #2**

Circuit avec des énigmes à résoudre au fil de la journée et chasse aux **indices précieux**.

Distribution d'un road book-circuit avant le départ. Circuit d'environ deux heures le matin (allure modérée, accessible à tous).

Repas partagé le midi et deuxième circuit de l'après-midi (2 heures environ). Résultats du jeu à l'issue du goûter vers 16h30.

En famille, adultes et enfants accompagnés (à partir de 10 ans). Apporter son repas du midi, des encas pour le goûter, de l'eau et des vêtements adaptés pour la journée.

Accueil café, thé, chocolat à partir de 9h

- **De 9h30 à 17h00, rendez-vous au Centre sportif de la Haie-Vigné - 135 de la rue de Bayeux à Caen**



## Dimanche 28 août journée

**Journée photos à vélo :**

**grande chasse au trésor #4**

Circuit à la journée en groupe avec « pauses-photos » sur des thèmes donnés sur place.

Repas partagé le midi à mi-parcours.

10 groupes de reporters à vélo de 2 à 3 personnes (adultes et enfants à partir de 10 ans).

Co-organisée avec la photographe professionnelle, Florence Grall du Studio 101 (rue Caponière à Caen).

**Au programme :**

- 9h : accueil café gourmandises
- De 9h30 à 12h : première partie du circuit avec épreuves photos
- De 12h à 13h : repas partagé dans un endroit bucolique
- De 13h à 13h30 : temps calme et remise des photos sélectionnées
- De 13h30 à 16h : deuxième partie du circuit avec épreuves photos
- Entre 16h et 16h30 : retour au parc de la Fossette.
- Goûter, photo de groupe, jeux et palmarès du jury.

Pensez à apporter votre pique-nique, encas énergétiques et eau pour la journée.

- **Rendez-vous à 9h au parc de la Fossette à Caen (boulevard Maréchal Juin, à côté du Tennis club de Caen) - Goûter-résultats au retour (fin vers 17h30)**



## Dimanche 18 septembre 3h

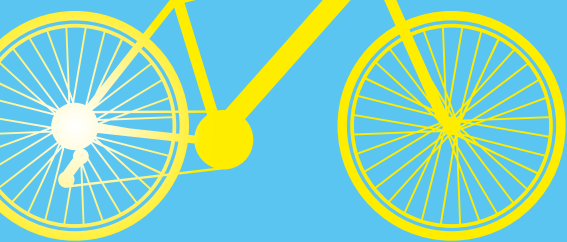
À partir de 10 ans

**Sortie marche au grand air à la découverte du verre**

La fabrication du verre et la découverte de magnifiques vitraux et de vitres très particulières.

Organisée dans le cadre des Journées Européennes du patrimoine.

- **De 9h15 à 12h15, départ de l'hôtel de ville**



## **Dimanche 2 octobre** 3h

À partir de 10 ans

### **Sortie à la découverte des secrets de la pêche locale (mer, rivière, vase...)**

L'histoire de la pêche à Caen jusqu'au littoral...

Comment s'organisent les cours d'eau où vivent les poissons et autres organismes.

• De 9h15 à 12h15, départ de l'hôtel de ville



## **Samedi 15 octobre** 4h

Tous les publics / familles

### **Opération « Rallumons les étoiles » à Caen**

Grande soirée sous les étoiles avec des jeux pour petits et grands, des animations sur les astres et la nuit étoilée, du théâtre, des lectures, des observations astronomiques, des chasses aux papillons, des observations d'animaux nocturnes, des explications sur les bruits de la nuit...

Réalisation avec le public d'une grande fresque étoilée dans le centre du parc !

• De 19h00 à 23h00, au parc de la Fossette (entrée côté avenue Maréchal Juin ou rue de la Chapelle).



> Toute l'information et les actualités vélo sur [maisonduvelocaen.fr](http://maisonduvelocaen.fr)

> Au 54 quai Amiral Hamelin à Caen  
02 31 34 45 70

## **LA VILLE VOUS AIDE À VOUS DÉPLACER À VÉLO**

- > Plan vélo/marche
- > Aides à l'achat de vélos
- > Géovélo, l'application qui guide les cyclistes

**Informations sur [caen.fr/velo-pied](http://caen.fr/velo-pied)**

## **Dimanche 6 novembre** 3h

À partir de 10 ans

### **Monastères et Abbayes**

Découverte des monastères et abbayes de Caen et de ses alentours.

Leurs histoires, la vie de ces lieux empreints d'usages particuliers, le travail réalisé sur place, les vestiges de ces édifices et leur transformation pour d'autres activités (ex : l'Abbaye d'Ardenne est aujourd'hui le siège de l'Institut mémoires de l'édition contemporaine).

• De 9h15 à 12h15, départ de l'hôtel de ville

## **PÉDALER EN SÉCURITÉ**

- > Entretien du vélo : pneus, éclairages avant/arrière, freins, sonnette.
- > Casque et gilet obligatoires pour les moins de 12 ans et fortement recommandés pour les adultes
- > Gilet réfléchissant obligatoire de nuit, en cas de faible visibilité et hors agglomération
- > Pour les balades nocturnes, se munir d'une lampe frontale.
- > Prévoir des vêtements adaptés et de l'eau.

## **Retrouvez le programme sur [caen.fr/velo-pied](http://caen.fr/velo-pied)**



**Événement soumis aux règles sanitaires en vigueur.**

**CAENA**  
NORMANDIE