



En étoile autour de Carentan- les-Marais (Cotentin, Manche)

De 2 à 4 jours du Vendredi 17 au Mardi 21 Avril 2026

Petites routes entre Marais et Plages du Débarquement.

*WE ouverts aux VAE sous réserve
de l'accord préalable des organisateurs.*

*Parcours en étoile autour de Carentan (313 km de Paris, train direct Ligne Cherbourg)
pour découvrir les Marais de Carentan. La distance sera d'environ 70 km par jour - allure
moyenne avec possibilité de variantes kilométriques supplémentaires pour les cyclistes
confirmés. (Carte IGN D50 au 1 / 100 000, ou IGN Top 100, N° 106 Caen Cherbourg)*

Organisateurs : Roxane DERNONCOUR : 06 25 29 57 32 Mail : rxdero@gmail.com
Florence CAMBURET: 06 63 96 94 87 Mail florence.camburet@hotmail.com

Lieu : Adresse 2 Vallée du Bois Silland, Carentan 50500
Situé à 5 km de la Gare SNCF de Carentan

Hébergement : capacité 10 personnes , 5 chambres (3 chambres avec lits double et 2
chambres à 2 lits simples) Pour faciliter la répartition, précisez à l'inscription si vous
acceptez le partage d'un lit double.

Draps fournis - Serviettes de toilette à apporter –

Rendez-vous au gîte le vendredi soir à partir de 18:00 h.

Possibilité de rester jusqu'au Mardi 21 Avril midi

Parcours envisagés :

Boucle # 1 = Aller-Retour Carentan Saint Lô (déjeuner au Marché de Carentan le samedi)

Boucle # 2 = Boucle de la 2^{ème} DB – Carentan / Utah Beach - Sainte Mère Eglise
(extension possible par la Vélomaritime vers Quineville)

Boucle # 3 = Grandcamp Maisy pointe du Hoc , Omaha Beach , Isigny-sur Mer

Possibilité d'organiser un parcours supplémentaire le mardi si demandé.

Inscription : Auprès de Roxane DERNONCOUR après SMS préalable 06 25 29 57 32.
Voir Bulletin (ci-dessous) : Versement de 90 € pour confirmation, sous réserve d'être à jour
de la cotisation annuelle du CIHM (ou d'une adhésion « découverte »).

Accès Train (au départ de Saint Lazare) : **Gare de Carentan (5 km du gîte)**

Durée du trajet 2 :40 environ Train toutes les heures le vendredi après-midi.

Transport vélo SNCF : gratuit – mais réservation obligatoire en même temps que le billet.

Repas : Prévoir 2 pique-niques (samedi, dimanche midi) et le repas du vendredi soir.

Epicerie ouverte 7J/7 à quelques minutes du gîte avec dépôt de pain

Attention pas de boulangerie dans la commune

Petits déjeuners et repas du samedi soir prévus au gîte.

Dimanche soir et Lundi soir : dîner à organiser en fonction du nombre de participants restants.

Prix : estimation sur base 10 personnes

100 € (2 nuitées, 1 repas) / **140 €** (3 nuitées, 2 repas) / **180 €** (4 nuitées, 3 repas)

Le coût exact sera calculé à la fin de votre séjour.

Equipeement personnel : casque et gants (recommandés), coupe-vent de couleur, affaires de rechange

Equipeement vélo : vélo personnel ou location en bon état, chambre à air de rechange, kit réparations, lumières.

Papiers personnels : carte adhérent CIHM, carte assurance, carte vitale, carte identité, chéquier pour régularisation

Les organisateurs sont des bénévoles. Ils ne sont ni des guides, ni des moniteurs, ni des accompagnateurs professionnels. Chaque participant est responsable de sa propre sécurité et doit respecter le Code de la Route. Une assurance individuelle est très vivement conseillée (voir les informations sur le site du Cihm).

Désistement : retenue forfaitaire de 15€ quelles que soient la date et la cause du désistement. Les frais engagés et non remboursés par les prestataires seront retenus.

Inscription Séjour Carentan du 17 au 21 Avril 2026

Nom :	Prénom :
N° Adhérent :	Adresse :
Tel :	Mail :
Personne à prévenir en cas d'accident :	Assureur :
Tél :	N° Contrat ou Sociétaire :

PRECISEZ si vous souhaitez rester jusqu'au Mardi Matin : OUI NON

Je dispose d'une voiture OUI NON si oui, nombre de places libres (avec vélo) :

Je viendrai par le train arrivant à :

Je souhaite être covoituré : OUI NON

Bulletin d'inscription et chèque à adresser à : Roxane DERNONCOUR, 49 Boulevard de CHARONNE – 75011 PARIS après contact par SMS (06 25 29 57 32)

Pour ma réservation, je verse 90 €, par chèque à l'ordre de : Roxane DERNONCOUR.

Le :

Signature :