



DÉPARTEMENT  
DES ALPES-MARITIMES

06



**1800 km d'itinéraires  
cyclables réalisés pour**  
**VOUS**  
**AVANT  
TOUT!**  
**régaler.**

**Roulez Green dans les Alpes-Maritimes !**

**#TousAVelo #GREENDeal**

[www.departement06.fr](http://www.departement06.fr)

 #AlpesMaritimes

  DEPARTEMENT06

UNE ACTION RÉALISÉE POUR

**VOUS**  
AVANT  
TOUT!

PAR LE DÉPARTEMENT  
DES ALPES-MARITIMES

Le Département mène plusieurs projets pour la mobilité durable dans le cadre de sa politique GREEN Deal afin de répondre aux enjeux de préservation de l'environnement, d'oxygénation du tissu urbain et d'amélioration de la qualité de vie de chacun ; qui se déclinent en de nombreux volets comme l'intermodalité, le covoiturage, les transports propres et donc le réseau cyclable...

Depuis 2017, le Département ne cesse de promouvoir le vélo dans tous ses usages, qu'ils soient utilitaires ou de loisir. La pratique cycliste est bonne pour l'environnement et la santé de chacun de nous dans le plus beau des territoires.

Les Alpes-Maritimes concentrent des paysages à couper le souffle, d'une extraordinaire diversité, des rives de la Méditerranée aux cimes du Mercantour. Loin de la carte postale des plages bondées, ce territoire est une invitation à la balade et à la communion avec la nature. Rien d'étonnant donc à ce que les Alpes-Maritimes soient devenues le paradis des cyclistes.

Dans le cadre de sa politique GREEN Deal, le Département consacre ainsi 62 M€ à son Plan Vélo. Celui-ci promeut le vélo dans toutes ses dimensions : la compétition, la valorisation de parcours spécifiques et la multiplication des pistes cyclables.

La petite reine coche aujourd'hui toutes les cases sur notre territoire : elle est le moteur de la transition écologique et d'une attractivité touristique durable, tout en constituant un précieux outil d'épanouissement personnel, au rythme de chacun. Le terrain de jeu offert aux cyclistes, riche d'un inépuisable vivier d'expériences, est ici à nul autre pareil.

### **Charles Ange GINÉSY**

Président du Département des Alpes-Maritimes



# Pourquoi faire du vélo son transport quotidien ?

La pratique du vélo ne comprend que des avantages au quotidien :

## **Rapide !**

En ville, le vélo est le plus rapide des moyens de transport. Il évite les embouteillages et la question du stationnement n'en est pas une pour lui, en outre le vélo permet de gagner du temps. Pour une distance jusqu'à 5 km, le vélo est imbattable.

## **Bon marché !**

Il coûte bien moins cher qu'un véhicule motorisé. Il n'engendre pas de frais quotidiens (assurances, plein d'essence, peu de frais d'entretien, pas de parking coûteux...) A l'achat, son prix est amorti dès la première année.

## **Bon pour la santé !**

Rouler à vélo permet de faire du sport pendant ses déplacements, et gratuitement ! Le vélo, c'est aussi bon contre le stress ! Peu concerné par les embouteillages, pannes ou grèves, il est plus décontracté pour aller ou revenir de son lieu de travail.

## **Ecologique !**

Le vélo ne rejette ni de particules fines, ni de gaz polluants qui constituent les principales sources de pollution de l'air. De plus le vélo est silencieux et préserve l'environnement sonore.

## **Le vélo, c'est le complément idéal des transports en commun !**

De bonnes infrastructures cyclables augmentent le nombre d'utilisateurs des transports en commun, car elles permettent de rejoindre une gare, une station de tram ou de bus plus rapidement qu'en voiture.

## **Le vélo, c'est la découverte et la liberté !**

En variant ses parcours, le cycliste (re)découvre son quartier, sa ville et ses habitants. Il accède facilement aux sites patrimoniaux, aux parcs, aux manifestations culturelles ou sportives. Avec le vélo, chacun peut se rendre où il veut, quand il veut, de jour comme de nuit.

# Je décide me mettre au vélo, lequel choisir ? Et pour quel usage ?

Acheté au départ pour de petits trajets occasionnels, il devient vite le moyen de transport préféré pour rouler tous les jours ou sur de plus longues distances. Mieux vaut donc prévoir le compromis confort-performances un tout petit peu au-dessus du besoin immédiat ressenti pour éviter un nouvel achat quelques mois plus tard.



## Vélo de ville

Conçu pour circuler en milieu urbain, il est confortable et pratique. C'est par exemple le modèle idéal pour se rendre sur son lieu de travail ou pour aller faire les courses. Il en existe des pliables, utiles pour combiner des trajets en transports en commun par exemple.



## Vélos de route & gravel

Les vélos de route sont pensés pour la performance, mais ne sont pas forcément moins confortables. Les gravels sont également devenu populaires parmi les citadins, car considérés comme plus résistants aux « aléas » du cyclisme urbain.



## Vélo tout chemin "VTC"

Les VTC ou vélos tout chemin sont les plus polyvalents des vélos. Avec leur profil plutôt fin, leurs roues de 28 pouces et leur grand nombre de vitesses, ils vous emmènent partout avec une facilité déconcertante, sur route ou sur chemins plus difficiles.



## Vélo cargo

C'est le vélo porteur par excellence. Avec un espace de stockage à l'avant, il pourra transporter plusieurs enfants, toutes vos courses ou de grosses charges.



## Vélo "single-speed "

C'est le vélo réduit à sa plus simple expression, 2 roues, un cadre, une selle, un pédalier, un guidon, une chaîne et surtout un seul pignon. Ces vélos sont appréciés pour leur légèreté, leur esthétisme très épuré et leur facilité d'entretien.



## Vélo électrique

Si vous vivez dans une vallée ou si vous préférez économiser vos efforts, c'est probablement une solution à considérer.

# Je constitue mon équipement

À vélo, certains équipements sont obligatoires, d'autres fortement conseillés.

## Règles de base :

- Les véhicules motorisés sont censés vous dépasser à 1m de distance en ville, 1,5m hors-agglomération.
- Vous êtes tenus de rouler sur la partie droite de la chaussée (à part dans les rues étroites pour être plus visible ; pour éviter les portières ; en tournant à gauche).
- Stationner ou s'arrêter sur une piste cyclable est strictement interdit.
- Partez toujours du principe qu'un véhicule ne vous voit pas et qu'il ne changera pas sa trajectoire pour vous.

## Les équipements obligatoires du vélo lui-même :

- un feu avant jaune ou blanc et un feu arrière rouge (la nuit ou le jour lorsque la visibilité est insuffisante),
- un avertisseur sonore,
- des catadioptrés (dispositifs rétro-réfléchissants) : de couleur rouge à l'arrière, blanche à l'avant, orange sur les côtés et sur les pédales.



## Les équipements obligatoires du cycliste :

**Le port d'un gilet rétro-réfléchissant certifié est obligatoire pour tout cycliste circulant hors agglomération, la nuit, ou lorsque la visibilité est insuffisante.**

**Conseils pour être encore plus visible ou se protéger :**

- porter un casque et des gants
- porter de préférence des vêtements de couleur claire,
- investir dans des pneus à bandes latérales réfléchissantes pour augmenter votre visibilité sur le côté,
- installer des rétroviseurs et un écarteur de danger sur votre vélo afin de vous prémunir des véhicules roulant de trop près.



## Un vélo sécurisé

Comme les autres moyens de transport, les vélos s'usent, vieillissent et peuvent faire l'objet de casses ou de faiblesses. Ainsi, passez votre vélo en révision complète après une longue période de repos forcé au garage ou à la cave.



# À vélo sur les routes des Alpes-Maritimes

A travers le territoire, le Département multiplie les initiatives pour encourager l'usage des mobilités durables, et tout particulièrement la pratique quotidienne du vélo.

- 253 kilomètres de pistes cyclables sécurisées ont été créés en 15 ans.
- Une nouvelle piste a été aménagée à Sophia Antipolis sur la RD98 de 3,3 km ( avenue Maurice Donat et route des Dolines ) et une autre piste sur la RD 6007 entre la gare de Biot et la gare de Villeneuve-Loubet de 2,1 km.
- Au-delà, de nombreux équipements cyclables sont installés : des bornes de recharge VAE (11), des stations de gonflage et de réparation (30), des box vélos (7), des compteurs, des panneaux de signalétique...
- 590 arceaux de stationnement ont été installés sur l'ensemble du territoire et dans les collèges.
- Autre axe prioritaire de la mobilité durable : le développement des parkings de covoiturage. 18 parkings ont d'ores et déjà été créés sur le territoire, à Mouans-Sartoux, Grasse, Peymeinade, Châteauneuf-Grasse, Vallauris, Mandelieu-La Napoule.

**253 km**

de pistes cyclables sécurisées

**18 dont 7**

parkings de covoiturage avec places pour vélos et bornes de recharge électriques.

**29**

boucles touristiques

**590**

arceaux de stationnement



## La littorale 74 km

(sous maîtrise d'ouvrage des communes, de la Métropole et du Département selon les sections)

- La « Littorale » intégrée dans l'EuroVelo 8, vise à la fois un usage de loisirs et de tourisme et un usage de déplacement « domicile-travail ».
- La requalification de la RD6098 à Villeneuve-Loubet participe à la réalisation de la piste cyclable littorale. Cette piste a pour vocation de relier le département d'est en ouest entre Théoule-sur-Mer et Menton par une voie cyclable continue de 74km longeant la bande côtière. Ces sections s'inscrivent dans la continuité des aménagements réalisés à Cagnes-sur-Mer, Saint-Laurent-du-Var et Nice.
- 2 sections sur Antibes sont achevées pour 1,1 km.

## L'EuroVelo 8 :

- L'EV8 est une véloroute longue de 7500 km du sud de l'Espagne à la Turquie. La partie française "La Méditerranée à vélo" propose 850 km d'itinérance de la frontière espagnole à la frontière italienne, dont 100 km dans les Alpes-Maritimes, essentiellement sur le littoral.
- Environ 1/3 est réalisé à ce jour en aménagement spécifique dont 3,3 km en 2022 (sur Mandelieu-La Napoule et Menton), mais l'itinéraire est praticable aujourd'hui car jalonné en totalité au besoin sur des itinéraires provisoires.
- L'objectif 2023 serait de rajouter environ 1,9 km (à Antibes et à Mandelieu-La Napoule ) sous impulsion départementale et de continuer à subventionner les projets communaux pour atteindre plus de 50 % de réalisation de l'EV8.
- Le Département est partenaire du comité d'itinéraire de la Méditerranée à vélo, faisant la promotion de l'EV8 en France, voire en Europe. Des guides sont régulièrement édités et des chiffres clés sont diffusés que le Département relaie sur ses médias.

En savoir plus : <https://www.lamediterraneavelo.org/>



# Vélo et fromages

Vélo  
& FROMAGES



Découvrez les itinéraires  
labellisés dans les  
Alpes-Maritimes

« **Vélos & Fromages** » est un nouveau label national alliant escapades à vélo et dégustations fromagères. C'est l'occasion de visiter des fermes, rencontrer des éleveurs fromagers, des crémiers, des restaurateurs..., de découvrir le savoir-faire d'artisans passionnés et le patrimoine culinaire local.

## Marque nationale "Accueil Vélo"



Découvrez les  
établissements labellisés  
dans les Alpes-Maritimes

« **Accueil Vélo** » est une marque nationale qui garantit un accueil et des services de qualité le long des itinéraires cyclables pour les cyclistes en itinérance. Elle a été mise en place sous l'égide de France Vélo Tourisme par les organismes touristiques locaux afin de réserver le meilleur accueil aux cyclistes partout en France.

## Cols connectés 06

Relevez le défi du chrono sur les cols mythiques des Alpes-Maritimes !

« **Les cols connectés 06** » proposent une expérience de contre-la-montre sur les plus beaux cols des Alpes-Maritimes, agrémentée d'un parcours utilisateur bénéficiant d'un fil rouge numérique. Le cycliste peut comparer ses résultats sur un classement permanent via le site dédié et récupérer la photo souvenir de sa performance.



Plus  
d'informations :  
[cols-connectes06.fr](http://cols-connectes06.fr)



Le Département vous emmène en balade  
sur ses plus  
belles routes

29 boucles touristiques  
à vélo réparties sur  
l'ensemble du territoire des  
Alpes-Maritimes.  
À retrouver en ligne sur :





Suivez le  
calendrier  
de ces  
manifestations

# Le vélo c'est aussi de grandes manifestations sportives

Les Alpes-Maritimes, véritable terre de vélo reconnue sur le plan national et international, permettent au Département de valoriser l'ensemble des disciplines du vélo, du cyclo au VTT, à travers des manifestations sportives d'envergure :



## Le Tour des Alpes-Maritimes et du Var :

Cette course reprise par le Groupe Nice-Matin avec la participation active du Département, est devenue au fil des années un incontournable de début de saison pour les coureurs professionnels.



## Le Challenge Granfondo Alpes-Maritimes :

Porté par le Club Alpes Azur, ce Challenge dont le Département des Alpes-Maritimes est le partenaire majeur, monte chaque année en puissance près de 3.000 participants en 2019.



## Le Challenge Descente VTT 06 :

Organisé par le Comité départemental de Cyclisme en partenariat avec le Département des Alpes-Maritimes, lancé avec succès en 2016, il rassemble chaque année 400 pilotes sur les 5 manches du Challenge.



## La Transvésubienne :

L'une des plus légendaires courses de VTT d'Europe, inscrite au calendrier de la Fédération Française de Cyclisme.



## La Transriviera :

Pendant de la Transvésubienne à l'est du Département, cette nouveauté créée en 2022 propose de suivre la vallée de la Roya de Tende jusqu'à Breil-sur-Roya, avant de serpenter dans celle de la Bévéra et de terminer sa trace sur le bord de mer Mentonnais.



**Roulez Green dans les Alpes-Maritimes !**

**#TousAVelo #GREENDeal**