

# TABLE DES MATIÈRES



Nos coups de cœur	5
Paris Ile-de-France à vélo utile	6
Hommes, culture, environnement	14
Mode d'emploi	18

## PARIS INTRA-MUROS

• Paris	22
• Au cœur de Paris, rive droite (10,5 km)	26
• Au cœur de Paris, rive gauche (8,5 km)	28
• Le Vieux Paris, rive droite (10 km)	30
• Le Vieux Paris, rive gauche (10 km)	32
• Les bords de Seine, à l'ouest (11,5 km)	34
• Les bords de Seine, à l'est (13,5 km)	36
• Le bois de Boulogne (13 km)	38
• Le bois de Vincennes (14 km)	40
• Carnet d'adresses	42

## AUX ALENTOURS DE PARIS

• La Défense (5 km)	46
• Le parc de Saint-Cloud (9 km)	48
• De Paris à Versailles (17 km)	50
• Le pouvoir et la pierre : le château de Versailles	52
• Le parc de Versailles (15 km)	54
• La forêt de Saint-Germain-en-Laye (15 km)	56
• De Paris à Alfortville (25 km)	58
• La forêt de Notre-Dame (19 km)	60
• La forêt de Sénart (15 km)	62
• Carnet d'adresses	64

## L'AVENUE VERTE LONDON-PARIS

### La Seine impressionniste

• Étape 1 : Paris → Saint-Denis (13 km)	68
• Étape 2 : Saint-Denis → Colombes (17 km)	70
• Étape 3 : Colombes → Le Pecq (14 km)	72
• Étape 4 : Le Pecq → Maisons-Laffitte (8 km)	76
• Étape 5 : Maisons-Laffitte → Conflans-Sainte-Honorine (12 km)	78
• Les bords de l'Oise, étape 1 : Conflans → Auvers-sur-Oise (17 km)	80
• Les bords de l'Oise, étape 2 : Auvers-sur-Oise → L'Isle-Adam (7,5 km)	84
• Les bords de l'Oise, étape 3 : L'Isle-Adam → Abbaye de Royaumont (17 km)	86
• Boucle : la vallée du Sausseron	88

### Le Vexin français

• Étape 1 : Conflans-Sainte-Honorine → Vigny (22 km)	92
• Étape 2 : Vigny → Villarceaux (18,5 km)	94
• Étape 3 : Villarceaux → Bray-et-Lû (6 km)	96
• La boucle de Moisson, réserve naturelle (22 km)	98
• Carnet d'adresses	102



## LES DÉBUTS DE LA VÉLOSCÉNIE

• Étape 1 : Paris → Massy (14 km)	110
• Étape 2 : Massy → Jouy-en-Josas (10 km)	112
• Étape 3 : Jouy-en-Josas → Châteaufort (9 km)	114
• Étape 4 : Châteaufort → Cernay-la-Ville (23,5 km)	116
• Étape 5 : Cernay-la-Ville → Rambouillet (16,5 km)	118
• Le domaine de Rambouillet	120
• Boucle dans la forêt de Rambouillet (24 km)	122
• Échappée belle vers Dourdan (18,5 km)	124
• Carnet d'adresses	126

## LA RÉGION DE FONTAINEBLEAU ET LA SCANDIBÉRIQUE

• Fontainebleau	132
• Barbizon impressionniste (10 km)	134
• Le circuit des 3 châteaux par le nord (35 km)	136
• Le circuit des 3 châteaux par le sud (27 km)	138
• Sur la Scandibérique : Fontainebleau → Moret-sur-Loing (17 km)	140
• Sur la Scandibérique : Moret-sur-Loing → Nemours (21 km)	142
• Sur la Scandibérique : Nemours → Dordives (16 km)	144
• Échappée belle vers le Gâtinais (22,5 km)	146
• Échappée belle vers Étampes (36,5 km)	148
• Échappée belle vers Provins (22 km)	150
• Carnet d'adresses	152

## LE CANAL DE L'OURCQ, LA SCANDIBÉRIQUE ET LES BORDS DE MARNE

• La Villette	158
• Sur la Scandibérique : Paris → Sevrans (15 km)	160
• Sur la Scandibérique : Sevrans → Claye-Souilly (20 km)	162
• Les bords de Marne, étape 1 : Claye-Souilly → Meaux (19 km)	164
• Les bords de Marne, étape 2 : Meaux → Condé-Saint-Libaire (8 km)	168
• Les bords de Marne, étape 3 : Condé-Sainte-Libaire → Noisiel (18 km)	170
• Le pays de Brie, étape 1 : Coulommiers → Crécy-la-Chapelle (26 km)	172
• Le pays de Brie, étape 2 : Crécy-la-Chapelle → Condé-Sainte-Libaire (10 km)	174
• La Marne des guinguettes, étape 1 : Bois de Vincennes → Joinville-le-Pont (16 km)	176
• La Marne des guinguettes, étape 2 : Joinville-le-Pont → Noisiel (17,5 km)	178
• Carnet d'adresses	180

## INDEX DES LOCALITÉS

190