



# Le Mont-Saint-Michel / Maen Roch

## La Régalante



**Départ**  
Le Mont-Saint-Michel

**Arrivée**  
Maen Roch

**Durée**  
3 h 15 min

**Distance**  
48,96 Km

**Niveau**  
Je débute / En famille

**Thématique**  
Châteaux & Monuments

La silhouette inoubliable de ce célèbre îlot rocheux se détache au fond de la baie, cette aventure à vélo sur la Régalante démarre du Mont-Saint-Michel. Soumise aux plus grandes marées d'Europe, la baie offre des paysages changeants où le sable et les vasières se découvrent et se recouvrent au gré du rythme régulier des marées. Enfourchez votre vélo et admirez les nuances changeantes du ciel et de la mer en miroir, la véloroute se dirige vers l'intérieur des terres au milieu d'un paysage de polders. Un nouveau coup de pédale et vous traversez Antrain en longeant rivières et paysages bocagers. Voie verte et parcours bucolique caractérisent cette première étape. Maen Roch propose une pause relaxante où vous pourrez recharger vos batteries... et celles de votre VAE.

## L'itinéraire

Vigilance sur la traversée de la ville de Pontorson puis sur la route des marais, à très faible trafic, jusqu'à Antrain. À partir d'Antrain, courte montée sur la route de Saint-Ouen-la-Rouërie pour rejoindre une première section de voie verte. Traversée d'une route départementale, puis suite de la voie verte jusqu'à Maen Roch après avoir quitté le hameau du Medrouet.

### Liaisons

Liaison avec La VD4 Antrain-Saint-Pern. Depuis l'église d'Antrain, suivre le fléchage depuis la ruelle des Fossés. Liaison avec La Véloroute - La Véloscénie - La VéloWestNormandy

### Infos pratiques

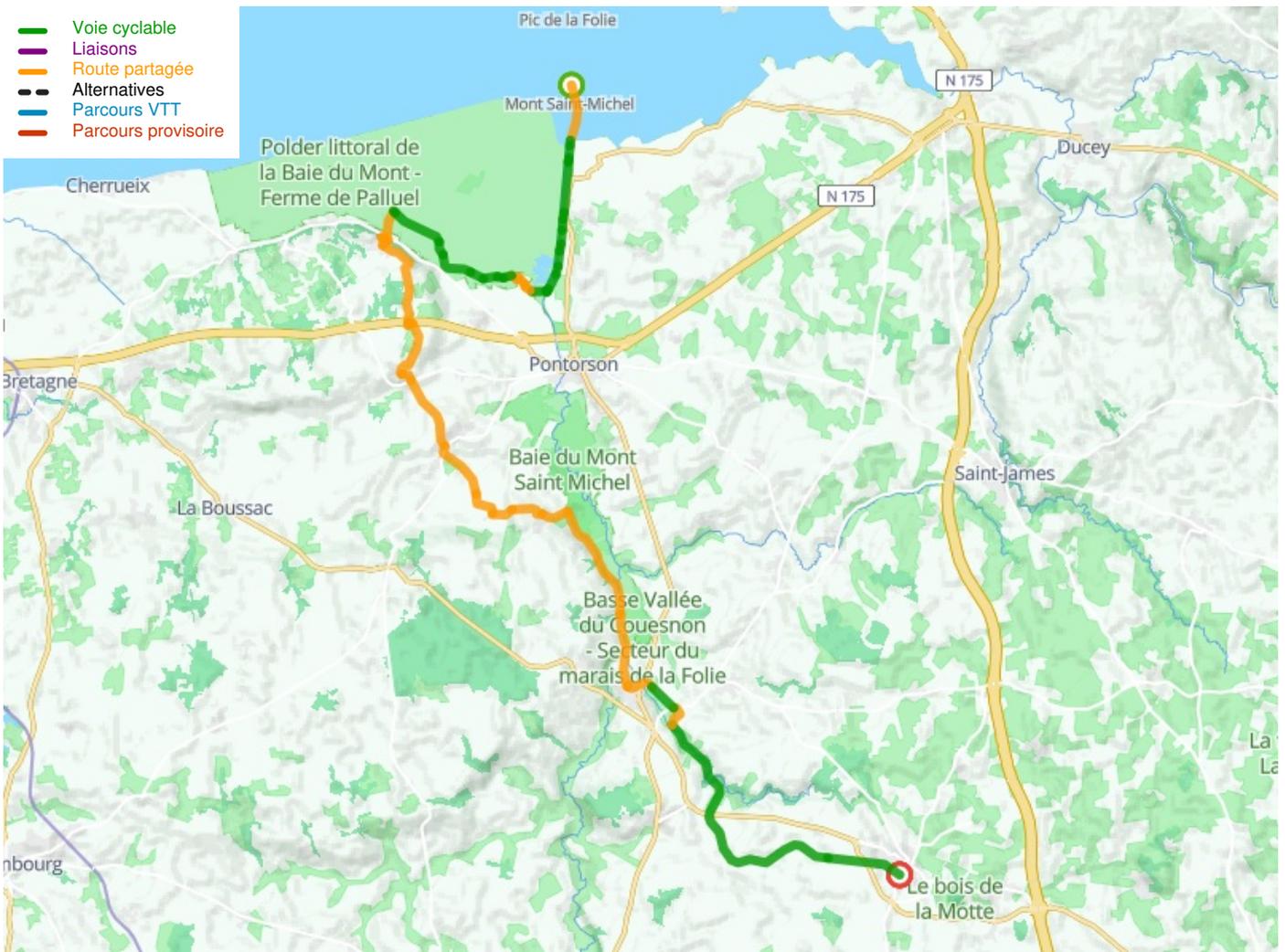
- [Office de tourisme Mont-Saint-Michel](#) Normandie  
Grande Rue 50170 Le Mont-Saint-Michel - 02 33 60 14 30
- [Office de Tourisme Couesnon Marches de Bretagne](#) -  
Bureau d'information de Maen Roch 9 Rue du Souvenir  
35460 Maen Roch - 02 99 97 85 44

### SNCF

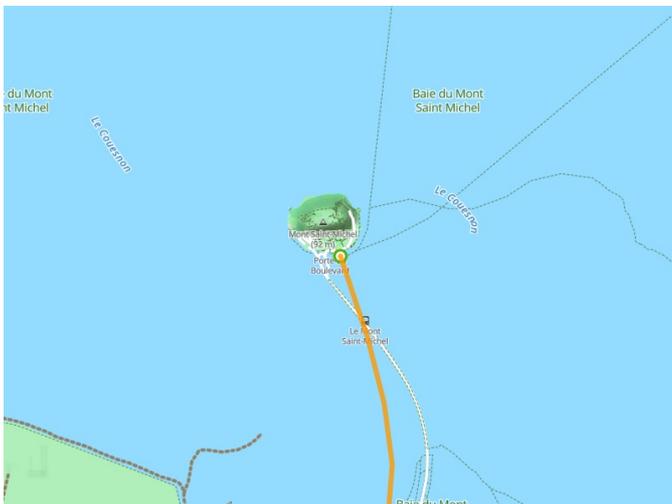
- Gare de Pontorson : dans Pontorson, suivre le jalonnement "gare SNCF". Liaison jalonnée essentiellement sur voie verte le long du Couesnon
- Gare d'Avranches : liaison sur petites routes à travers les prés salés

### À ne pas manquer

- **Mont-Saint-Michel** : baie et île classées au patrimoine mondial par l'UNESCO
- **Le Moulin de Moidrey** : classé par l'UNESCO au patrimoine mondial, visites commentées, vente de farine, vue exceptionnelle.
- **Pontorson** : commune labellisée Station Verte, ancienne cité médiévale.
- **Marais de Sougéal** : classé Réserve Naturelle Régionale, riche patrimoine naturel, observation oiseaux et flore.
- **Antrain** : commune du Patrimoine Rural de Bretagne, circuit découverte du bourg, la Maison des Patrimoines, le pont du Couesnon, patrimoine ferroviaire, anciens moulins réhabilités en habitations, tunnels ferroviaires.
- **Saint-Brice-en-Coglès** : l'élégant château d'eau ferroviaire, services et nombreux commerces, restaurants et boulangeries.
- **Tremblay** : Little Parc, parc animalier



**Départ**  
Le Mont-Saint-Michel



**Arrivée**  
Maen Roch

