

## VIVRE SAINT-LAURENT À VELO

Dotée d'une situation géographique idéale pour les cyclistes, Saint-Laurent-du-Var offre à ses visiteurs le charme d'un village authentique et l'animation d'une station Classée de Tourisme résolument tournée vers la Méditerranée et ses plaisirs. Elle dispose d'une piste cyclable goudronnée de 10 km en bord de mer jusqu'à Nice, ainsi que d'un parcours au sein du Parc Départemental des Rives du Var, permettant de faire des balades à pied et à vélo le long du fleuve « Var » et de faire la jonction entre le littoral (Cap 3000) et la zone industrielle, en passant par le centre-ville.

La route EuroVelo 8, d'une distance de 5888km, relie 11 destinations reconnues telles que Barcelone, Monaco, Venise, la côte Croate, Chypre (...) et des attractions populaires touristiques. Des guides explicatifs sont disponibles au Bureau d'information Touristique.

Le Bureau d'Information Touristique de Saint-Laurent-du-Var est marqué Accueil vélo. Il se situe le long d'une piste cyclable reliant les bords de mer de Nice et Cagnes-sur-Mer et dispose, en plus de l'information, de prises électriques et d'arceaux de stationnement, de kits de réparation de première urgence et d'un gonfleur sur pied.

1819 route du Bord de Mer - Tél. +33 (0)4 93 31 31 21

[info.saintlaurentduvar@nicedazurtourisme.com](mailto:info.saintlaurentduvar@nicedazurtourisme.com) - [www.tourisme-saintlaurentduvar.com](http://www.tourisme-saintlaurentduvar.com)



### SE LOGER :

Les hôtels suivants sont équipés d'un local ou emplacement sécurisé et adapté pour y entreposer des vélos :

- **Novotel \*\*\*\* (40 avenue de Verdun – 04.93.19.55.55 – h0414@accor.com)** : trois arceaux et une salle de stockage disponibles - <https://all.accor.com/hotel/0414/index.fr.shtml>

→ 1.3km depuis le Bureau d'information Touristique



- **The Originals City, Hôtel Galaxie \*\*\* (14 avenue du Maréchal Juin – 04.93.07.73.72 – reception@hotelgalaxie.fr)** : dispose d'un local à vélo et d'arceaux - <https://www.hotel-galaxie-nice.fr/>

→ 1.3km depuis le Bureau d'information Touristique



- **Ibis Style Cap 3000 \*\*\* (190 avenue Guynemer – 04.92.12.88.88 – h5489@accor.com)** : box fermé en sous-sol <https://all.accor.com/hotel/5489/index.fr.shtml>

→ 1.7km depuis le Bureau d'information Touristique

- **Le Gabian \*\*\* (932 route des Vespins « les Paluds » - 04.93.31.24.95 – info@hotel-legabian.com)** : terrasse intérieure sécurisée, jardins de l'hôtel

→ 1.3km depuis le Bureau d'information Touristique

- **Villa de Montaigne (260 chemin de la Tour carrée – 04.93.14.07.12 – lestroisoeurs1@orange.fr)** : un arceau et local en bois disponibles

→ 6.5km depuis le Bureau d'information Touristique

### QUE VOIR / QUE FAIRE :

#### LE BORD DE MER

Le bord de mer de Saint-Laurent-du-Var est équipé d'arceaux à proximité du bureau d'information touristique, de la plage et de la piste cyclable. Également, à proximité, se trouvent des toilettes publiques gratuites et un point d'eau.

## CAP 3000

Centre commercial de plus de 300 boutiques et services (centre médical, supermarché, restaurants, pressing...) à proximité de la piste cyclable. L'établissement dispose de parkings deux roues adaptés aux stationnements vélo, aux entrées « porte de Saint-Laurent » et « porte de Nice ». Des consignes pour casques sont à disposition.

[www.cap3000.com](http://www.cap3000.com)

## LE PARC DEPARTEMENTAL DES RIVES DU VAR

Il offre une promenade agréable, à pied comme à vélo, le long du fleuve « Var », entre le Centre Commercial Cap 3000 et le nord de la ville.

Des tables en bois y ont été aménagées pour pique-niquer ainsi que des panneaux d'information concernant la faune et la flore.


## LE VIEUX-VILLAGE


Datant du Moyen-Âge, le Vieux-Village reconnaissable par ses maisons typiques de l'époque sur 3 étages, ses ruelles étroites et pleines d'histoire et son église en date du 11<sup>ème</sup> siècle.

Toute l'année, un parcours connecté en toute autonomie est disponible à n'importe quelle heure de la journée, grâce à des panneaux positionnés à des endroits stratégiques et via l'application *SAINTE LAURENT DU VAR TOURISME* disponible gratuitement sur Smartphone. Un parcours spécifique est par ailleurs dédié aux personnes en situation de handicap.

À proximité se trouvent des toilettes publiques et gratuites, situées dans le parc de l'Hôtel de Ville, le Parc Layet.

## AUX ALENTOURS :

 Le bord de mer de Cagnes-sur-Mer est équipé d'arceaux au niveau du Bureau d'information touristique ainsi qu'à plusieurs endroits le long de la piste cyclable.

 Le Haut-de-Cagnes : pour accéder au château Grimaldi, il est préférable de stationner son vélo au Square Bourdet et de prendre la navette gratuite en rotation toutes les 10 minutes.

## COUPLER LE VELO ET LES TRANSPORTS EN COMMUN :

 **Les vélos ne sont ni acceptés dans les bus, ni dans les tramways**, mais vous pouvez les accrocher à un arceau puis vous déplacer en transport en commun.

### Le train :

Le moyen le plus simple pour se déplacer est le train. Vous pouvez accéder gratuitement à tous les TER avec votre vélo/trottinette, de préférence dans les derniers wagons. En revanche, la réservation est obligatoire dans les TGV (10€ par vélo). *Voir en gare SNCF avant votre trajet ou par téléphone au 3635 – [www.sncf.com/fr](http://www.sncf.com/fr)*

### Le bus :

Tarif simple de 1.50€ ou carte de 10 voyages à 10€, sur l'application smartphone « NFC Nice Ticket », au point Loto de Cap 3000 (rez-de-chaussée et seulement pour la carte 10 trajets), à la permanence Lignes d'Azur (lundis et mercredis de 10h à 13h et de 14h à 17h à l'accueil de Cap 3000 et jeudis et vendredis de 09h à 12h dans le hall de l'Hôtel de Ville), ou directement à la borne sur le parvis de Cap 3000 proche des arrêts de bus.

Lignes d'Azur et ZOU (lignes départementales du Conseil Départemental) proposent de nombreuses destinations entre Cannes et Menton au départ de Saint-Laurent-du-Var.

Plus d'informations sur : <http://www.lignesdazur.com> / <https://zou.maregionsud.fr/>

Pour les abonnements journaliers, mensuels ou annuels, se rapprocher de la permanence Lignes d'Azur ou du bureau Zou en gare sncf de Nice-Ville.

### Les taxis Laurentins :

Centrale de réservation au +33 (0)4.93.14.92.92

## Le tramway :

Trois lignes sur la commune de NICE :

- ligne 1 : de Nice Nord « Henri Sappia » à Nice Est « Hôpital Pasteur »
- ligne 2 : de Nice centre « Port Lympia » à Nice Ouest « CADAM Centre Administratif » ou « Aéroport terminal 2 » (1 tram sur 2)
- ligne 3 : de Nice Ouest « Aéroport Terminal 2 » à Nice Ouest « Saint-Isidore »

Possibilité de faire des correspondances depuis les lignes de bus de Saint-Laurent-du-Var (200 / 400 / 500 / 217...) avec le tramway durant un temps limité (même ticket pour bus et tram).

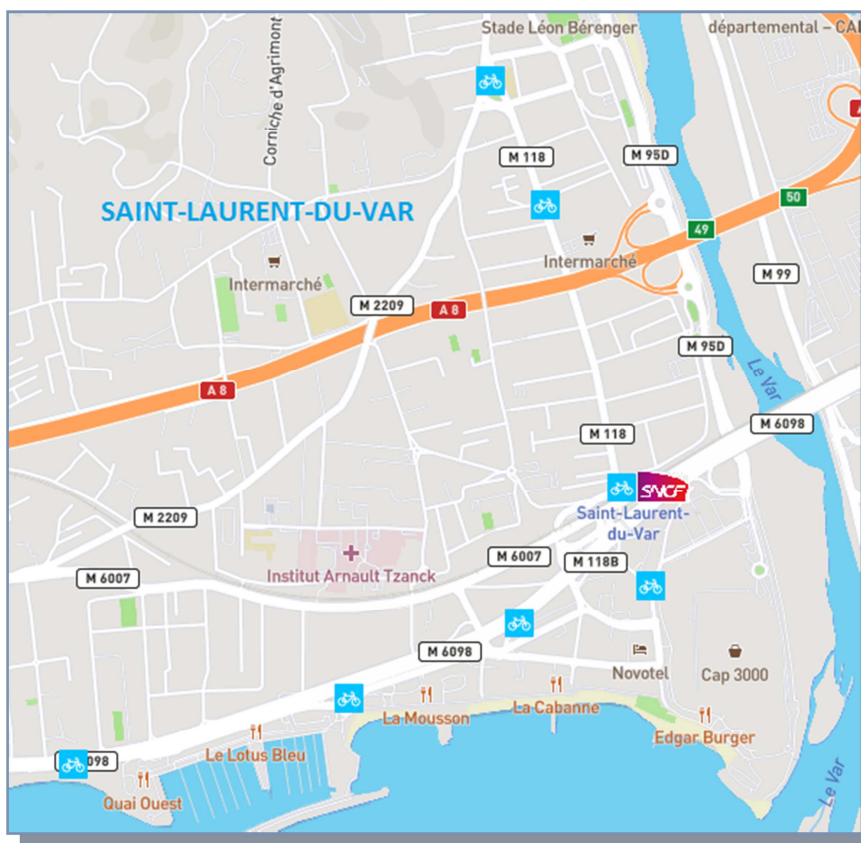
## Les Vélobleu et E-Vélobleu

12 stations vélobleu en libre-service permettent de relier entre elles les stations de Saint-Laurent-du-Var, Nice et Cagnes-sur-Mer. La 1<sup>ère</sup> demi-heure est gratuite (droit d'accès + 1€ la 2<sup>ème</sup> ½ heure puis 2€ de l'heure).

**Paiement par téléphone uniquement.** Mais aussi des vélos 100 % électriques, disponibles via l'application *E-VELOBLEU*. La prise en main et la restitution de ces vélos se font dans les parkings répertoriés dans l'application. Plus d'informations sur : <https://www.velobleu.org/> et <https://www.velobleu.org/le-e-velobleu/>

## *STATIONS VÉLO-BLEU :*

*Piste cyclable du bord de mer de 10kms jusqu'à Nice.*



## **LES BRANCHEMENTS ELECTRIQUES :**

Les communes de Saint-Laurent-du-Var et Cagnes-sur-Mer sont équipées de branchements électriques au sein des Bureaux d'Information Touristique :

- ❖ Bureau d'Information touristique de Saint-Laurent-du-Var : 1819 Route du bord de mer – 06700 Saint-Laurent-du-Var
- ❖ Bureau d'information touristique de Cagnes-sur-Mer : 99 Promenade de la plage – 06800 Cagnes-sur-Mer

## LES LOUEURS VENDEURS ET REPARATEURS :

### LES LOUEURS

#### Laurentins :

**SPOC (vélos de course)**

111 av. Léon Bérenger

+33 (0)4 93 07 40 44

<https://spoc.fr>

[contact@spoc.fr](mailto:contact@spoc.fr)

#### Cagnois :

**ENERGY LOCATION**

Plage face à l'Hippodrome de

Cagnes-sur-Mer

+33 (0)6 34 67 28 61

[http://www.energylocation-](http://www.energylocation-loisir.fr)

[loisir.fr](http://www.energylocation-loisir.fr)

[roycogold@gmail.com](mailto:roycogold@gmail.com)

**STARS'N BIKES**

99 Promenade de la plage

+33 (0)4 93 07 30 00

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

### LES VENDEURS

#### Myrock Diffusion :

9 rue Desjobert

+33 (0)6 27 30 74 37

Vente de vélos et

vêtements/accessoires de sport

[www.myrock3.com](http://www.myrock3.com)

#### Leader Cycles :

54 bd Jean Ossola

+33 (0)4 93 07 53 02

Vente de vélos haut de gamme et

service après-vente

[https://www.facebook.com/Leader-](https://www.facebook.com/Leader-Cycles-169377173597570/)

[Cycles-169377173597570/](https://www.facebook.com/Leader-Cycles-169377173597570/)

### LES RÉPARATEURS

**SPOC dispose d'un atelier de réparation pour vélo de toute marque**

**+33 (0)4 93 07 40 44**

→ 1.6km depuis le Bureau

d'information Touristique

**BIKE'ON (tous types de vélos)**

Camion-atelier de réparation mobile dans tout le département

**+33 (0)6 50 61 61 28**

[www.bike-on.fr](http://www.bike-on.fr)

[contact@bike-on.fr](mailto:contact@bike-on.fr)



**ENERGY LOCATION**

(atelier : 6 rue des Capucines – 06800 CAGNES-SUR-MER)

Ouvert les lundis, mardis, jeudis et vendredis en journée

**+33 (0)9 81 09 48 10**

→ 4km depuis le Bureau

d'information Touristique

## OFFICE DE TOURISME METROPOLITAIN NICE COTE D'AZUR

**Bureaux d'information de Saint-Laurent-du-Var**

1819, Route du Bord de Mer

06700 SAINT- LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4 93 31 31 21 – Fax +33 (0)4 93 14 92 83

[info.saintlaurentduvar@nicedazurtourisme.com](mailto:info.saintlaurentduvar@nicedazurtourisme.com)

Retrouvez-nous sur :

<https://www.explorenicecotedazur.com>

FB @exploreNiceCotedAzur

Instagram @explorenicecotedazur

Twitter @ExploreNCA

#explorenicecotedazur

### BUREAU D'INFORMATION DU BORD DE MER

**D'octobre à mai :** du lundi au vendredi 9h – 12h30 / 14h – 17h30.

Samedi et dimanche 9h – 13h durant le Carnaval de Nice et samedi 9h – 13h durant les vacances de printemps des 3 zones et en mai.

**Juin :** du lundi au vendredi 9h – 12h30 / 14h -18h et le samedi 9h – 13h

**Juillet et août :** du lundi au samedi 9h – 13h / 14h – 19h et dimanche 9h – 13h

**Septembre :** du lundi au vendredi : 9h – 12h30 / 14h -18h30 et le samedi 9h – 13h

### BUREAU D'INFORMATION DE CAP 3000

De mi-juin à mi-septembre : du mardi au dimanche 11h – 13h / 14h - 19h

