

Circuit 1 Nord-Est - 10 Km

Ce parcours débute au centre de Colmar et vous amène dans la forêt de la Fecht, base de sport et de loisirs familiale. Ce circuit vous permet de quitter l'animation urbaine et de vous retrouver rapidement dans l'ambiance paisible des environs colmariens. Le chemin traverse les vignobles et vous permet de découvrir les paysages magnifiques des Vosges. Cette balade est conseillée pour les visiteurs de Colmar et ses habitants, facile à réaliser avec les enfants.



- **Point de départ :** Musée UNTERLINDEN
- Prendre à droite, rue d'UNTERLINDEN, passer devant le théâtre de la Manufacture
- A gauche rue des VIGNES, le chemin de MITTELHARDT et le chemin STRAUBACH WEG.
- Forêt de la Fecht, direction nord-ouest jusqu'au Centre de Loisirs de la WALDESLUST. Faire demi-tour à gauche dans le chemin INGERSHEIMER WEG.
- A gauche HASENWEIDWEG
- A droite chemin de la MITTELHARDT, à droite rue du STAUFFEN
- A gauche rue PASTEUR, rue du PONT ROUGE.
- A gauche avant la voie ferrée rue du LOGELBACH (lycée Blaise Pascal)
- Passer par la place SAINT JOSEPH, traverser la voie ferrée
- A gauche rue du FLORIMONT, rue ROESSELMANN, rue WOELFELIN.
- Passer devant le théâtre, à gauche
- **ARRIVEE :** Musée UNTERLINDEN



Champ de Mars

Circuit 2 Nord-Est - 14 Km ou 16 Km (avec la boucle par Horbourg-wihr)

Ce parcours vous amènera dans la forêt de la Fecht, à Houssem et vers la base nautique de Colmar.



- **Point de départ :** Musée UNTERLINDEN
- Suivez les mêmes indications que le circuit 1 jusqu'au moment où vous atteignez la FORET DE LA FECHT, vers le CENTRE DE LOISIRS DE LA WALDESLUST.
- Tout droit INGERSHEIMERWEG, SAUWSENWEG, rue de la FECHT.
- Traverser l'autoroute, prendre à droite et la longer (base nautique à droite), rue Jean-Michel HAUSSMANN.

Deux possibilités :

- Faire 14 km**
- Tout droit rue du LADHOF, rue VAUBAN (musée du Jouet)
- Tourner à droite rue des CLEFS, tout droit (mairie), rue UNTERLINDEN.

Faire 16 km

- A gauche rue du LADHOF, à droite rue de la BIRG,
- Traverser le canal, prendre rue de l'ABATTOIR, route de NEUF-BRISACH, rue du PIGEON, à gauche rue VAUBAN, à droite rue des CLEFS, rue UNTERLINDEN.



Mairie

Circuit 3 Sud-Est - 13 Km

Cette balade à vélo romantique vous amènera par les anciennes ruelles étroites du centre historique de Colmar dans les vastes espaces ruraux colmariens et dans la forêt du Neuland qui abrite l'Observatoire de la Nature, le plus grand site d'initiation à l'environnement à proximité de la ville.

- **Point de départ :** Rue des Clefs, à côté de la Mairie de Colmar
- Prendre à droite la rue des PRETRES, la Place de la CATHEDRALE. Contourner la Collégiale en la laissant à votre gauche (Corps de garde), rue de l'EGLISE.
- Traverser le Grand-Rue et prendre la rue des TANNEURS.
- Tourner à droite, puis à gauche rue des ECOLES, à droite quai de la POISSONNERIE, à gauche rue TURENNE (Muséum d'Histoire Naturelle).
- Continuer tout droit et tourner à droite avenue CLEMENCEAU, à gauche rue SERPENTINE, chemin LAUCH WERB (la Lauch).
- Prendre à gauche SCHERERSBRUNNWEG, chemin de SAINTE-CROIX et à droite rue MICHELET. Traverser la voie ferrée et la longer à droite, aller à gauche THURMATEN WEG et traverser l'autoroute.
- A la forêt du NEULAND, chemin du NEULAND (Observatoire de la Nature), retraverser l'autoroute, prendre le chemin du DACHSBUHL, tourner à droite rue des AUBEPINES, à gauche rue de la SEMM, avenue de FRIBOURG, avenue CLEMENCEAU.
- Aller à droite avenue JOFFRE, Boulevard du CHAMP DE MARS, rue J-B FLEURENT.
- Prendre place de l'ECOLE, puis place des DOMINICAINS (église des Dominicains à gauche).
- Tourner à gauche rue SAINT-NICOLAS
- **ARRIVEE :** rue des Clefs



LES BIENFAITS DU VÉLO

Le vélo, votre dose de santé quotidienne !

Bien dans ma tête

La pratique du vélo procure une véritable sensation de bien-être. Ainsi, l'anxiété et le stress sont atténués diminuant significativement les risques de dépression.

Bien dans mon corps

- **J'améliore mes capacités à l'effort :** 30 minutes de vélo par jour favorisent l'endurance et diminuent la fatigue et l'essoufflement. La pratique régulière du vélo améliore la musculature et la souplesse des articulations.

- **J'améliore ma qualité de vie :** l'activité physique régulière allonge la durée de vie.

- **Je préviens et soigne les maladies :** En France, 55 000 décès par an sont dus aux maladies cardio-vasculaires ; celles-ci sont directement liées à un manque d'activité physique. Une demi-heure par jour de vélo réduit ce risque fortement. Circuler régulièrement à vélo, même sur une distance modérée réduit de plus d'un quart la mortalité de certains cardiaques. De plus, le vélo réduit le risque de cancer du côlon (moins 23%), du sein et de l'utérus.

- **Je maîtrise mon poids :** l'activité physique permet de lutter contre le surpoids et l'obésité.

LE VÉLO, UN MOYEN DE TRANSPORT ÉCONOMIQUE

Pensez à votre santé financière ; se déplacer à vélo c'est moins de 300 euros par an contre 4 500 euros pour une petite voiture à essence.

LE VÉLO, VOTRE PARTENAIRE ÉCOLOGIQUE

Pour de petits trajets, passer de la voiture au vélo, c'est une économie de 700 kg à 1000 kg de CO2 par an. De plus, un cycliste inspire moins de gaz polluants qu'un automobiliste.



PIÉTONS, CYCLISTES : COHABITONS

Devoirs du cycliste envers les piétons :

- La circulation à vélo est autorisée sur les trottoirs mixtes pour tous et sur les trottoirs jusqu'à l'âge de 8 ans.
- Lors du stationnement de son vélo, il faut prendre la précaution de ne pas gêner la circulation des piétons et des personnes à mobilité réduite.
- Le cycliste doit rester vigilant à proximité d'un piéton : le piéton a une circulation aléatoire. Le cycliste doit passer à plus d'un mètre dans tous les sens et ne pas couper la route au piéton.
- Dans les zones piétonnes, le cycliste doit circuler au pas et ne pas occasionner de gêne aux piétons.
- En cas d'affluence dans les zones piétonnes, le cycliste doit descendre de son vélo.

Devoirs du piéton envers les cyclistes :

- Sur un aménagement cyclable, le piéton doit laisser la place au cycliste.
- En zone piétonne, où le cycliste est autorisé, il faut éviter les brusques changements de direction. Les chiens doivent être tenus en laisse. Enfin, rappelez-vous que la sonnette est un avertisseur de danger et non un signe d'agression.



CIRCULER À VÉLO EN TOUTE SÉCURITÉ

Afin de circuler à vélo en toute sécurité et pour bien emprunter tous les itinéraires cyclables de la ville de Colmar, voici quelques définitions et conseils pour tous les cyclistes :

Les différents aménagements

- La bande cyclable : voie pour les cyclistes tracée en bordure de la chaussée, séparée de celle-ci par un trait de peinture ou des plots réfléchissants.
- La piste cyclable : cheminement protégé, séparé de la chaussée et de la circulation automobile.
- Le double-sens cyclable : voie à double-sens dont un sens est réservé aux cycles. C'est en fait un sens unique pour les voitures et un double-sens cyclable. Sur les chaussées assez larges, on trace au sol la voie du cycliste (comme pour la bande cyclable). Dans les rues étroites, on se contente de flèches et de pictogrammes.



LA VILLE DE COLMAR AU SERVICE DES CYCLISTES

La Ville de Colmar favorise les déplacements écologiques grâce à la présence d'un site de location de vélos à la gare.



Site de location, de remisage et entretien Colmar Vélo Gare

(côté Est au niveau de la sortie des voyageurs)

Jours et horaires d'ouverture :
Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 19h.

Les samedis, dimanches et jours fériés ouvert en non-stop.

Tarif de location : 8€ la journée sur présentation d'une pièce d'identité et d'un RIB

Montant du remisage : 5€ / mois sur présentation d'une pièce d'identité



Forêt de la Fecht



Petite Venise



Collégiale St-Martin



Crédits photos : J.-M. Hédoin, Fotolia, J.-L. Lichtenhauer, Régis Schaefer, Céline Uhmann • couverture : Virginie Nguyen

LES 9 CONSEILS DE PRUDENCE À RESPECTER :

- 1/ Roulez à 1 mètre du trottoir et des voitures en stationnement pour éviter les portières qui s'ouvrent et les piétons qui descendent brusquement du trottoir.
- 2/ Signalez à l'avance vos changements de direction en tendant le bras et regardez dans toutes les directions au moment de tourner.
- 3/ Soyez visible en équipant votre vélo avec les éclairages obligatoires et en vous habillant avec des couleurs claires et des bandes réfléchissantes, notamment la nuit
- 4/ Le gilet jaune est obligatoire de nuit hors agglomération
- 5/ Roulez avec un vélo en bon état de fonctionnement et vérifiez régulièrement les freins et les pneus.
- 6/ Prenez connaissance du code de la route avant de circuler à vélo et respectez ses règles
- 7/ Ne doublez jamais par la droite
- 8/ Etablissez un contact visuel avec le conducteur du véhicule qui croise votre route, et restez toujours dans le champ de vision des autres usagers
- 9/ Respectez les autres usagers de la rue, en particulier les plus vulnérables



LA SIGNALISATION

Attention à la signalisation horizontale ! Les pictogrammes au sol indiquent aux cyclistes le sens dans lequel ils peuvent emprunter les pistes, bandes ou contre-sens.

Pictogrammes et flèches marqués au sol, panneau de signalisation pour les automobilistes et les cyclistes

Piste marquée au sol et panneau de signalisation pour les automobilistes et les cyclistes

Depuis le 12 janvier 2012, un arrêté prévoit la mise en place d'une signalisation visant à autoriser les cyclistes à passer au feu rouge en cédant le passage pour aller à droite ou tout droit dans les carrefours où ils ne croisent pas de trafic.

Ces nouveaux mouvements autorisés ne doivent pas altérer la vigilance de chaque usager, le cédez-le-passage étant là pour le rappeler.



ASSUREZ LA TRAÇABILITÉ DE VOTRE VÉLO

L'objectif est de marquer le vélo grâce à un numéro à 12 chiffres indélébile. Ce dispositif permet d'assurer l'identification du vélo et de pouvoir le restituer en cas de vol. Le numéro pourra ensuite être intégré par le propriétaire du vélo lui-même dans une base de données nationale, via Internet.

- Gravage gratuit pour les bénéficiaires de l'opération « Un vélo par foyer ».
- Gravage à 5€ hors bénéficiaires de l'opération et adhérents à l'association « Vélo Docteurs ». Le site de gravage se trouve à la gare.

Renseignements :
« Vélo Docteurs », place de la Gare à Colmar • Tél : 03 89 41 37 90

CONSEILS ANTIVOL

- Cadenassez toujours le vélo, même pour une courte durée.
- Attachez le cadre à un point fixe (arceau, poteau, barrière) ou les vélos les uns aux autres si vous êtes en groupe. Si possible, attachez les roues aussi.
- Achetez un bon antivol : les U et les chaînes sont les meilleurs.



