



**MACS**  
Communauté de communes  
Marenne Adour Côte-Sud

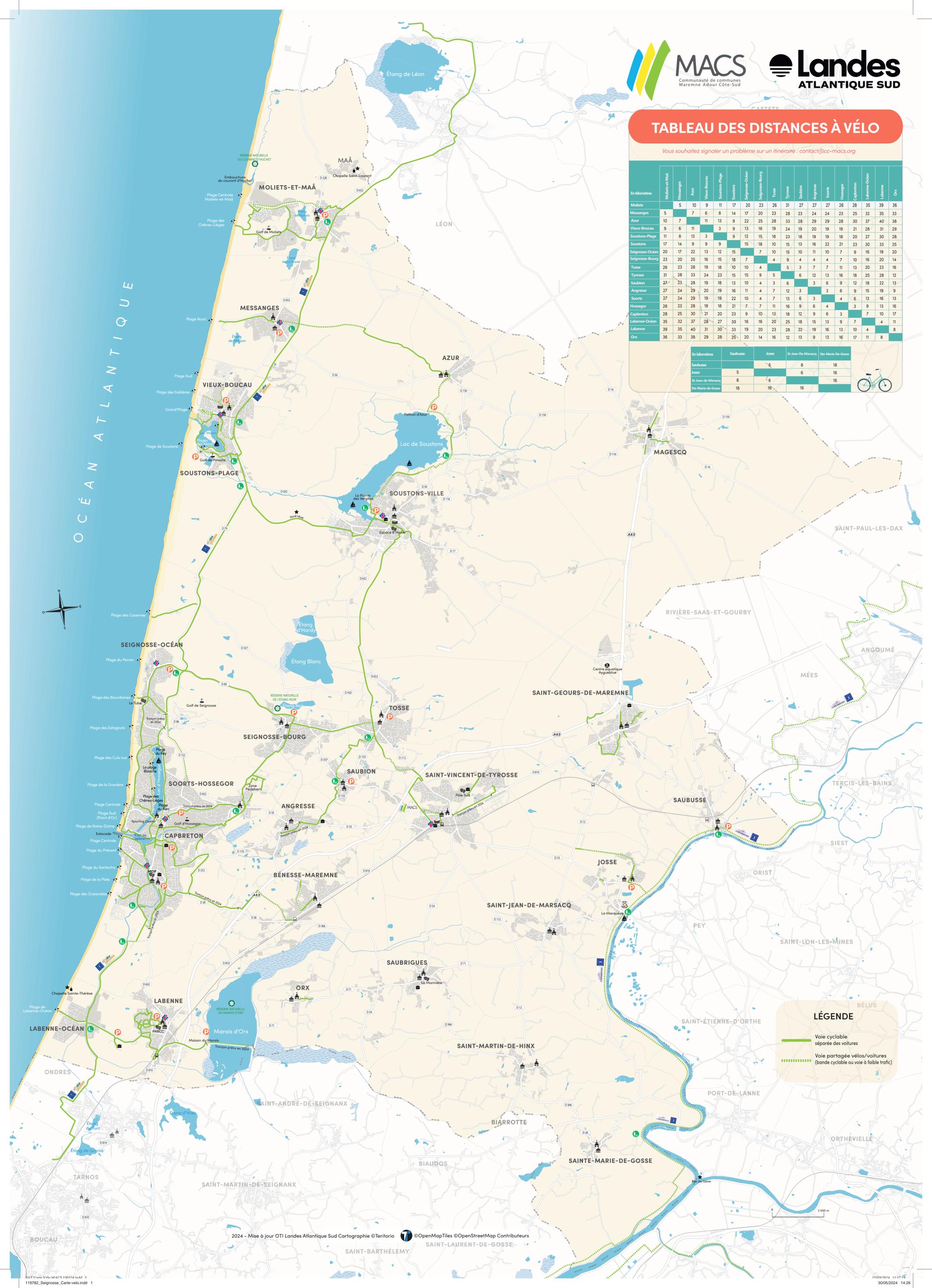
**Landes**  
ATLANTIQUE SUD

## TABLEAU DES DISTANCES À VÉLO

Vous souhaitez signaler un problème sur un itinéraire : [contact@cc-macs.org](mailto:contact@cc-macs.org)

En kilomètres	Mollets-et-Maâ	Messanges	Azur	Vieux-Boucau	Soustons-Plage	Soustons	Seignosse-Océan	Seignosse-Bourg	Tosse	Tyrosse	Saubion	Angresse	Soorts	Hossegor	Capbreton	Labenne-Océan	Labenne	Orx
Mollets		5	10	9	11	17	20	23	26	31	27	27	27	26	28	35	39	36
Messanges	5		7	6	8	14	17	20	23	28	23	24	24	23	25	32	35	33
Azur	10	7		11	13	9	22	25	28	33	28	29	29	28	30	37	40	38
Vieux-Boucau	9	6	11		3	9	13	16	19	24	19	20	19	19	21	28	31	29
Soustons-Plage	11	8	13	3		9	12	15	18	23	18	19	19	18	20	27	30	28
Soustons	17	14	9	9	9		15	18	10	15	13	16	22	21	23	30	33	25
Seignosse-Océan	20	17	22	13	12	15		7	10	15	10	11	10	7	9	16	19	20
Seignosse-Bourg	23	20	25	16	15	18	7		4	9	4	4	4	7	10	16	20	14
Tosse	26	23	28	19	18	10	10	4		5	3	7	7	11	13	20	23	16
Tyrosse	31	28	33	24	23	15	15	9	5		6	12	13	16	18	25	28	12
Saubion	27	23	28	19	18	13	10	4	3	6		3	6	9	12	18	22	13
Angresse	27	24	29	20	19	16	11	4	7	12	3		3	6	9	15	19	9
Soorts	27	24	29	19	19	22	10	4	7	13	6	3		4	6	13	16	13
Hossegor	26	23	28	19	18	21	7	7	11	16	9	6	4		3	9	13	16
Capbreton	28	25	30	21	20	23	9	10	13	18	12	9	6	3		7	10	17
Labenne-Océan	35	32	37	28	27	30	16	16	20	25	18	15	13	9	7		4	11
Labenne	39	35	40	31	30	33	19	20	23	28	22	19	16	13	10	4		8
Orx	36	33	38	29	28	25	20	14	16	12	13	9	13	16	17	11	8	

En kilomètres	Saubusse	Josse	St-Jean-De-Marsacq	St-Marie-De-Gosse
Saubusse		5	8	18
Josse	5		6	16
St-Jean-De-Marsacq	8	6		16
St-Marie-De-Gosse	18	16	16	



**LÉGENDE**

- Voie cyclable séparée des voitures
- Voie partagée vélos/voitures (bande cyclable ou voie à faible trafic)

# À vélo

sans perdre les pédales



## Déplacez-vous en toute sécurité COURTOISIE + RESPECT = SÉCURITÉ

Partager la route, c'est se mettre à chaque instant à la place des autres usagers !

- Sur les voies vertes, il y a différence des pistes cyclables, les piétons et les cyclistes doivent cohabiter ! Pour que les voies partagées soient un espace sûr pour tous, respectez les piétons, ralentissez et critiquez le comportement parfois imprévisible des enfants ou des chiens.
- À distance électrique de votre vélo dépasse 25 km/h ? Le système de freinage est considéré comme cyclomoteur, par conséquent, vous n'êtes pas autorisé à rouler sur les voies réservées aux vélos.
- Lorsque vous croisez ou doublez d'autres usagers sur la voie, montrez votre présence en utilisant la sonnette (obligatoire sur vélos) / respectez une distance d'au moins 1,5m.
- En groupe, placez-vous en file, jamais plus de deux côte à côte pour faciliter les dépassements et les croisements.
- Ne stationnez pas au milieu de la voie.
- Soyez vigilant aux intersections.
- Le port du casque est obligatoire pour les moins de 12 ans.
- Il est interdit de circuler à vélo en portant des écouteurs ou en utilisant un téléphone.
- Respectez les propriétés et la quiétude des riverains.

## OFFICES DE TOURISME

- OFFICE DE TOURISME LANDES ATLANTIQUE SUD**  
landesatlantiquesud.com
- AGENCE DE CAPBRETON**  
Tél : 05 59 27 12 11 - Mail : capbreton@landesatlantiquesud.com  
Avenue Georges Pompidou - 40300 Capbreton
- AGENCE DE LABENNE**  
Tél : 05 59 45 40 99 - Mail : labenne@landesatlantiquesud.com  
6 rue des écoles - 40530 Labenne
- AGENCE DE MESSANGES**  
Tél : 05 58 48 93 10 - Mail : messanges@landesatlantiquesud.com  
3 route des lacs - 40500 Messanges
- AGENCE DE MOLIETS-ET-MAÛ**  
Tél : 05 59 45 40 99 - Mail : moliets@landesatlantiquesud.com  
6 rue des écoles - 40530 Labenne
- AGENCE DE SOUSTONS**  
Tél : 05 58 42 52 62 - Mail : soustons@landesatlantiquesud.com  
Avenue de Labouyrre - 40140 Soustons
- AGENCE DE SAINT-VINCENT-DE-TYROSSE**  
Tél : 05 58 72 12 00 - Mail : tyrosse@landesatlantiquesud.com  
127 avenue nationale - 40230 Saint-Vincent-De-Tyrosse
- AGENCE DE VIEUX-BOUCAU**  
Tél : 05 59 43 32 15 - Mail : vieux-boucau@landesatlantiquesud.com  
11 Mail André Rigal - 40480 Vieux-Boucau
- OFFICE DE TOURISME DE SEIGNOSSE**  
seignosse-tourisme.com  
Tél : 05 59 43 32 15 - contact@seignosse-tourisme.com  
1 avenue des Lacs, D89 Seignosse-Océan - 40510 Seignosse
- OFFICE DE TOURISME PHOSSEGOR**  
phossegor.fr  
Tél : 05 58 47 91 00 - tourisme@phossegor.fr  
166 avenue de la Gare, BP9 - 40150 Sports-Hossegor



## 2 EUROVELO TRAVERSENT MACS

EuroVelo est un réseau d'une vingtaine de routes cyclables qui connecte et unit l'ensemble des pays du continent européen.

### LA VÉLODYSSÉE

Pays traversés : Norvège (Cap Nord), Écosse, Irlande, Angleterre, France, Espagne, Portugal (Sagrès). En France, reliant Roscoff à Hendaye, la VÉLODYSSÉE est la plus longue véloroute avec quelques 1250 km. Elle traverse de nombreuses régions de France avec toujours l'océan comme toile de fond.

Sur MACS, elle relie Moliets-et-Maû à Labenne par une seule et même piste cyclable de près de 40 km. Les communes de MACS traversées par la Véloodyssée : Moliets-et-Maû – Messanges – Vieux-Boucau – Soustons (Plage) – Seignosse (Océan) – Soorts-Hossegor – Capbreton – Labenne (Océan).

### LA SCANDIBÉRIQUE

Pays traversés : Norvège (Trondheim), Suède, Danemark, Allemagne, Belgique, France, Espagne (Saint-Jacques de Compostelle). La SCANDIBÉRIQUE traverse la France en diagonale de la frontière belge à l'Espagne. L'itinéraire passe par l'Île-de-France, longe une partie de la Loire puis traverse le Poitou, la Gascogne et les Landes pour rejoindre la frontière espagnole.

Sur MACS, elle longe les bords de l'Adour entre Saubusse et Sainte-Marie-de-Gosse le long d'une véloroute (voie partagée avec les voitures) aménagée sur le chemin de halage, au bord de l'eau. Les communes de MACS traversées par la Scandibérique : Saubusse – Josse – Saint-Jean-de-Marsacq – Saint-Martin-de-Hinx – Sainte-Marie-de-Gosse.

### LÉGENDE

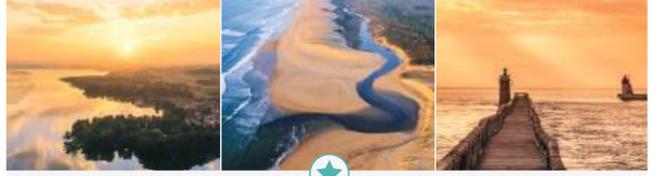
- Voie cyclable séparée des voitures, partagée piétons/vélos
- Voie partagée piétons/vélos/voitures (bande cyclable ou voie à faible trafic)
- La Véloodyssée
- La Scandibérique

- ### Parkings voitures
- P1 Vieux-Boucau : parking du Moisan.
  - P2 Soustons : plage.
  - P3 Hossegor : place du Stade.
  - P4 Capbreton : école élémentaire St-Exupéry.
  - P5 Capbreton : parking place des Cyprés.
  - P6 Labenne : rue des Grives.
  - P7 Labenne : aire Pique-nique, route Océane.

- Aire de repos / Pique-nique
  - Office de Tourisme
  - Arènes
  - Office de Tourisme
  - Base nautique
  - Parking vélos
  - Chapelle
  - Plage
  - Collège ou Lycée
  - Point d'eau
  - Église
  - Réserve naturelle
  - Gare ferroviaire
  - Lieu culturel
  - Golf
  - Site remarquable
  - Mairie
  - Toilettes publiques
- MOP : Maison de l'Oralité et du Patrimoine    PARCC : Centre d'Art

### GÉOVÉLO

Vos itinéraires à Vélo dans votre Poche avec l'application Géovélo !



## LES SITES REMARQUABLES

- LES ARÈNES**  
Soustons, Saint-Vincent-De-Tyrosse, Vieux-Boucau  
Elles sont le théâtre des fameuses courses landaises et spectacles taurins. Certaines peuvent se visiter en saison, l'occasion d'en découvrir les coulisses.
- LES RÉSERVES NATURELLES**  
Moliets-et-Maû, Orx, Seignosse  
Un territoire riche de 3 réserves naturelles avec chacune leurs spécificités. Le courant d'Huchet à Moliets, l'Étang Noir à Seignosse, le Marais d'Orx à Labenne.
- L'ESTACADE**  
Capbreton  
Monument emblématique décidé par Napoléon III en 1858, elle marque l'entrée du port et offre un beau point de vue sur l'océan et l'Espagne.
- LE SPORTING CASINO**  
Soorts-Hossegor  
Édifice caractéristiques de l'architecture de style basco-landais. Construit entre 1927 et 1931, il est un lieu unique classé aujourd'hui monument historique.
- LE PONTON D'AZUR**  
Azur  
Le ponton flottant vous offre une superbe vue sur le lac. Idéal pour un moment d'évasion et excellent spot photo !
- LA PONTON DES VERGNES**  
Soustons  
Un parc dédié à la promenade, planté de vergnes, de cyprès chauves et de diverses essences d'arbres. L'endroit idéal pour admirer le grand lac de Soustons.
- LA MARQUÈZE**  
Josse  
Situé à proximité du pont du même nom, ce site bucolique regroupe sur les bords de l'Adour une base de loisirs, un restaurant et une aire de repos.
- LA CHAPELLE SAINTE-THÉRÈSE**  
Labenne  
Cet édifice emblématique a récemment été restauré par le Conservatoire du littoral, propriétaire de la chapelle. Construite sur la dune face à l'océan, c'est un sujet révé pour les photographes.
- LA CHAPELLE SAINT-LAURENT**  
Moliets-et-Maû  
Étape sur les chemins de Saint-Jacques de Compostelle, la chapelle Saint-Laurent dans le quartier de Maû, est l'unique vestige d'une ancienne commanderie des Templiers. Elle se distingue par son clocher-porche et par son style roman primitif.
- L'EMBOUCHURE COURANT D'HUCHET**  
Moliets-et-Maû  
Ce petit fleuve côtier relie le lac de Léon à l'océan. C'est sur la plage de Moliets que vous pourrez y trouver son embouchure qui offre un paysage se métamorphosant au gré des marées et des saisons.
- LE BEC DU GAVE**  
Sainte-Marie-de-Gosse  
Le Bec du Gave est le point où le ruisseau des Gaves réunit le fleuve Adour. Ces paysages sont marqués par une luminosité exceptionnelle.
- LA MAISON DU MARAIS D'ORX**  
Labenne, Orx  
De son vrai nom, la Maison de Béziers, cette construction date de l'époque napoléonienne. Elle constitue à la fois un point d'observation et le point de départ pour la découverte de la Réserve Naturelle.

Photo 1 : Lac de Soustons  
Photo 2 : Courant d'Huchet  
Photo 3 : Estacade

### « TU ROULES SUR L'ART »

Les fresques picturales sur des portions de nos voies vertes nous invitent à une rencontre entre l'art et les mobilités douces.

Au printemps 2024, le projet labellisé "Olympiade Culturelle" nous dévoilera les œuvres uniques et splendides de 3 artistes :

- Naïf : « Cheminer dans la couleur »,
- Aude Samut : « Vol d'oiseaux »,
- Delwood : « Confluence ».

### DÉCOUVERTES ARTISTIQUES À VÉLO

ITINÉRIÈVE, c'est un projet incroyable qui voit le jour le long des 8 kilomètres de la voie douce qui relie le lac de Soustons à la plage océane !

Partez à la découverte des 38 sculptures, érigées en pleine nature. Des œuvres imaginées par des enfants de CM2 de l'école de l'Île Verte puis façonnées par des étudiants en BTS chaudronnerie. Au fil de l'eau, puis entre les pins, vous découvrirez ces interprétations artistiques de la faune et de la flore dispersées tout au long du parcours.

## IDÉES DE BALADES

- TERRA AVENTURA**  
C'est une chasse aux trésors moderne disponible via une application gratuite. À pratiquer seul ou en famille. Le parcours de Josse vous propose une balade à vélo sur les bords de l'Adour. Laissez-vous guider d'étape en étape en donnant la bonne réponse aux énigmes posées par les Poi'z et finissez par débusquer le trésor !
- VIRA & VASA**  
La balade sonore qui relie l'imaginaire au réel ! Vivez des aventures passionnantes et partagez avec votre enfant un moment magique, immersif, éducatif et enrichissant.

**BALADESUDLANDES.FR**

Envie d'une balade, à pied ou à vélo, le site [www.baladesudlandes.fr](http://www.baladesudlandes.fr) répertorie une variété d'itinéraires et de circuits à découvrir sur MACS et sur l'ensemble du Sud des Landes. Connectez-vous, sélectionnez votre mode de déplacement, la ville ou le secteur géographique, la difficulté ou la durée... et vous accédez à une liste de circuits et balades détaillés.

## LES AVANTAGES DU VÉLO AU QUOTIDIEN

- Un allié pour votre santé
- Vous emmène où vous le souhaitez
- Transporte facilement
- Donne le sourire
- Zéro émission de CO2
- Réduit le stress
- Calme et silencieux
- Plus rapide que la voiture ou que les transports en commun sur de courtes distances
- Permet des échanges bienveillants
- Facile à garer