

PARCS DECLARES PAR EXPOSANTS

Parc naturel régional des Landes de Gascogne

3 sites de visite principaux :

- L'Écomusée de Marquèze à Sabres
- La Maison de la nature du Bassin d'Arcachon
- La Réserve ornithologique du Teich

Autres thématiques du Parc : canoë sur la Leyre, observation des grues cendrées, biodiversité
Plus de 40 itinéraires à pied ou à vélo et séjours à découvrir :

<http://www.rando-landes-de-gascogne.com/trouver-un-itineraire/itineraires>

Départements : Gironde, Landes

Grandes villes : Mont de Marsan, Bordeaux, Arcachon

Site internet : <https://www.parc-landes-de-gascogne.fr>

Parc naturel régional Médoc

L'offre touristique du Parc est particulièrement riche, et s'articule notamment autour du littoral, des lacs naturels d'eau douce (Carcans-Hourtin et Lacanau), du vignoble (pratique de l'œnotourisme), du patrimoine architectural exceptionnel dont les plus emblématiques le Fort-Médoc (Cussac-Fort-Médoc) et la Basilique Notre-Dame-de-la-fin-des-terres (Soulac) et le Phare de Cordouan (Le Verdon-sur-Mer), classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Réserves naturelles, zones humides, marais, dunes, lacs, forêts... autant de richesses naturelles qui font du Médoc le paradis des amoureux de la nature et des grands espaces. Venez découvrir l'incroyable diversité que vous offre ce territoire si riche, au travers d'une trentaine de circuits pédestres et cyclables balisés

Carte : <http://medoc-tourisme.com/wp-content/uploads/2016/06/Carte-PNR-Medoc-V2021-VF.pdf>

<http://medoc-tourisme.com/fr/mondes/cote-nature/>

<https://www.pnr-medoc.fr/>

Département : Gironde

Grandes villes : Bordeaux, Blaye, Arcachon

Site internet : <https://www.pnr-medoc.fr/>

Parc naturel régional Périgord-Limousin

La Grande Boucle du Parc Périgord-Limousin, découverte des savoir-faire, visites et découverte nature

<http://www.pnr-perigord-limousin.fr/Decouvrir> + app dédiée

Le Parc est traversé par plusieurs GR : le GR 4, le GR 48, les GR 436 et 456, dont le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle (Voie de Vezelay)

+ 2000 km de sentiers pour la pratique de la randonnée sous toutes ses formes : à pied, à cheval, accompagnés d'ânes bâtés, en VTT, ou même à vélo-rail.

<http://www.pnr-perigord-limousin.fr/Decouvrir/Balades-et-randonnees/Randonnees>

Départements : Dordogne, Haute-Vienne

Grandes villes : 6 villes-portes : Saint-Junien, Aixe-sur-Vienne, Nexon, Saint-Yrieix-la-Perche, Thiviers, Brantôme-en-Périgord
Site internet : <http://www.pnr-perigord-limousin.fr/>

Parc naturel régional Millevaches

Le Parc se caractérise par son important patrimoine naturel, bâti et culturel + Lac de Vassivière
Activités de plein air : balades ou randonnées, activités nautiques ou aquatiques, expériences aériennes ou nordiques + expérience bivouac
+ de 300 sentiers disponibles sur l'application Rando Millevaches : <https://rando-millevaches.fr/>
A pied, à vélo, à cheval, trail

Départements : Corrèze, Creuse, Haute-Vienne
Grandes villes : Aubusson, Limoges, Tulle
Site internet : <https://www.pnr-millevaches.fr/>

Parc naturel régional du Marais poitevin et labellisé Grand Site de France

Royaume du vélo, du bateau, de la marche et du tourisme durable, le Parc naturel régional du Marais poitevin est un espace calme et serein, idéal pour les amoureux de la nature.
De la baie de l'Aiguillon à la Venise Verte, en passant par les marais desséchés, cette richesse d'épanouie au sein d'une mosaïque de paysages aménagés par l'homme ou cours des dix derniers siècles. Au détour de ses chemins de terre et d'eau, le Marais poitevin dévoile toute sa beauté issue d'un équilibre fragile.
Deux sites majeurs de visite : Parc ornithologique et la Maison du Marais poitevin
800 km de circuits balisés : <https://www.parc-marais-poitevin.fr/decouverte/marais-poitevin-velo> avec La Vélodyssée, la Vélo Francette, "Le tour du Parc du Marais poitevin"

Départements : Charente-Maritime, Deux-Sèvres et Vendée
Grandes villes : Niort, La Rochelle, La Roche sur Yon
Site internet : <https://www.parc-marais-poitevin.fr/>

Parc naturel régional Oise-Pays de France

Véritable poumon vert au nord de Paris les trois massifs forestiers d'Halatte, Chantilly et Ermenonville assure la continuité forestière vers les forêts du nord.
Majesté des frondaisons, densité de sites prestigieux, Chantilly, Senlis, Abbayes royales, villages de caractère et charme bucolique des petites vallées, voici les trésors à y découvrir.
De poteaux forestiers en lavoirs, d'étangs en points de vue, le Parc est une invitation à la promenade et à la contemplation. 1 000 km de chemins sont à votre disposition pour des balades à pied, à cheval, à vélo...
70 communes de l'Oise et du Val d'Oise, 30 000 ha de forêts.
Nombre de randonnée à pied : 94
Nombre de randonnée à vélo : 10

Départements : Oise et Val d'Oise
Grandes ville : Paris
Site internet : <https://destination.parc-oise-paysdefrance.fr/>

Réserve Naturelle Régionale de la confluence Garonne Ariège

Elle se découvre à pied (sentiers) ou sur l'eau :

En canoë kayak avec Granhota, balade commentée à 2 pas de Toulouse

Lieu patrimonial d'exception en termes écologique et biologique

Une faune et une flore remarquables : pas moins de 900 espèces animales, 750 de plantes à fleurs et près de 250 mousses, lichens et champignons sont recensés sur la Réserve, dont plusieurs sont rares et menacés

De nombreuses traces d'occupations anciennes et de vestiges sont autant de témoignages visibles du patrimoine du territoire.

Nombre de randonnée à pied : Nombreuses / sentiers pédagogiques

Département : Haute-Garonne

Grande ville : Toulouse

Site internet : <https://rnr-confluence-garonne-ariege.fr/>

PARC NATUREL REGIONAL DU HAUT-LANGUEDOC

Un parc riche par la diversité des sites naturels, l'empreinte historique, l'occitan et les produits du terroir. Le canal du Midi, patrimoine mondial ; le massif du Sidobre plus important massif granitique d'Europe avec ses rochers monumentaux ; les monts sauvages de Lacaune ; forêts et lacs. Le parc est traversé par la voie verte de la Passa País qui s'emprunte à pied, à vélo ou à cheval.

Randonnées à pied : 52 randos pédestres sur le Tarn (120 Tarn+Hérault) ; GR7 ; GR653 ; 3 GR de pays (10 boucles)

Randonnée à vélo : 75 km Passa País

Département : TARN

Grandes villes : Albi, Castres, Mazamet / A sein du Parc : Lacaune les bains, st-Amans Soult, Dourgne, Sorèze

Site internet : <https://www.parc-haut-languedoc.fr/>

RESERVE REGIONALE NATURELLE ORNITHOLOGIQUE DE CAMBOUNET-SUR-LE-SOR

Réserve de 31 hectares de gravières et de milieux boisés et herbacés. Il s'agit de l'une des plus importantes héronnières d'Occitanie, elle constitue un site d'hivernage pour de nombreux oiseaux aquatiques et un site de repos pour les migrateurs. Visites commentées gratuites depuis les observatoires par les animateurs de la Ligue de protection des oiseaux (LPO). Classée depuis 2013.

Randonnée à pied : Visite de la réserve (2,8 km) avec 4 observatoires en libre accès (dont un accessible aux PMR)

Département : TARN

Grande ville : Castres

Site internet : <https://www.rnrcambounet.fr/>

LES GORGES DE L'AVEYRON

L'Aveyron a creusé des gorges sauvages où elle s'ébroue. Classé en zone Natura 2000, c'est un espace naturel reconnu pour la qualité, la rareté et la fragilité de sa faune et de sa flore. On recense plus de 1000 grottes et abris sous roche parmi lesquels trois sont des grottes ornées du Paléolithique supérieur.

Les sites préhistoriques de Bruniquel tiennent une place privilégiée dans l'émergence de la préhistoire en tant que discipline scientifique.

Ces gorges sont devenues le terrain d'expression favori des adeptes des sports de nature. Canoë-kayak, escalade, spéléologie, VTT, randonnées pédestres et équestres, véloroute, parapente, la carte des plaisirs intenses est longue.

Randonnée à pied : Nombreuses.

Les guides de l'association « A la sauce des lutins » proposent une découverte originale de la flore et de la faune des forêts préservées des Gorges de l'Aveyron, lors de sorties au plus proche de la nature. Balades ornithologiques, découverte des plantes aromatiques, médicinales et comestibles, suivre les traces de la faune sauvage...

Randonnée à vélo : Véloroute Vallée et Gorges de l'Aveyron : entre plaines luxuriantes et gorges impressionnantes, cette véloroute serpente autour des méandres de la rivière Aveyron pour vous offrir de superbes découvertes : les châteaux de Bioule, Montricoux et Nègrepelisse, ceux de Bruniquel et Penne perchés au-dessus de la vallée ou encore le superbe village médiéval de Saint-Antonin-Noble-Val. Sans compter la ville rose de Montauban, Grand Site Occitanie, étape culturelle et gastronomique. En chemin, paysages grandioses et baignades sont au rendez-vous.

Département : TARN-ET-GARONNE

Grande ville : Montauban

Site internet : <https://www.tourisme-tarnetgaronne.fr/decouverte/nos-territoires/causses-et-gorges-de-laveyron/>

Site Naturel de Jû-Beloc (inscrit dans le périmètre Natura 2000)

Ce site naturel de 100 hectares, traversé du Sud au Nord par le fleuve Adour, se compose de forêts alluviales ("la saligue"), bras morts, zones humides, anciens bassins d'extraction de galets... Cette mosaïque de milieux abrite une biodiversité remarquable : loutres, cistudes (espèce de tortue), cordulie à corps fn (libellule), odonates, oiseaux migrateurs.. .

Propice à l'observation, le site dispose d'un parcours jalonné de 22 bornes pour découvrir sa faune et sa flore. Il est accessible à tous gratuitement, toute l'année. En été, la Maison de l'eau, située sur le site, propose des activités de découverte variées et ludiques : parties de pêche, canoë-kayak, découverte du jardin au naturel et du rucher, fabrication d'objets nature, contes et balades commentées... Prêt de matériels d'observation et de VTT.

Randonnée à pied : 2 randonnées - Un parcours court (1h30), avec un aperçu des milieux remarquables que l'on peut rencontrer sur les bords du fleuve Adour. - Un parcours plus long (3h00), qui permet de passer d'une rive à l'autre et de découvrir les deux aspects du site.

Randonnées à vélo : 2 randonnées (idem à pied)

Départements : Gers et Hautes-Pyrénées

Grandes villes : Auch, Pau, Tarbes

Site internet : <https://www.institution-adour.fr/index.php/maison-de-l-eau.html>

Parc du Peuple de l'herbe

Plus grand naturel des Yvelines, aménagé pour le public, à forte qualité écologique et paysagère

13 km de cheminement en stabilisé, idéal pour randonner, faire du vélo, etc.

Parcours balade branchée « Tom & Zoé », 4 parcours de course d'orientation, terrain de basket, foot, volley

Aires de pique-nique

Maison des insectes, point d'accueil du public sur une exposition permanente d'insectes vivants et des expositions temporaires (4/an)

Nombre de randonnées à pied : Un parcours de randonnée de 6km existant et possibilité de randonnée sur les 13km de cheminement.

Nombre de randonnées à vélo : 13km de cheminement.

Départements : Yvelines

Grandes villes : Carrières-sous-Poissy, Poissy – 30 mn de Versailles et Cergy-Pontoise

Site internet : <https://parc-peuple-herbe.fr>

Nous contacter : ppdh@yvelines.fr

Forêt départementale de Sainte-Apolline

Un lieu mêlant histoire et énigmes.

Un cadre idéal et remarquable pour la promenade, la course à pied, les balades à vélo.

Le parcours « Cap Enigme », jeu ludique avec une chasse aux trésors offre à la fois un challenge sportif personnel mais aussi une découverte d'un patrimoine naturel et culturel local.

Nombre de randonnées à pied : 2 Parcours d'orientation « cap énigme » - 6 km (un dédié aux enfants et un pour les adultes)

Chemins de randonnée (GR N°22, 11 & PR 40, 23)

Grandes allées forestières et carrefours en étoile

Nombre de randonnée à vélo : Idéal pour le vélo

Département : Yvelines

Grandes villes : Plaisir, Neauphle-le-Château – à 20 mn de Versailles

Site internet : <https://www.yvelines.fr/fiche/foret-de-sainte-apolline/>

Forêt départementale de Méridon

Occupant le versant sud de la Vallée de l'Yvette, la forêt de Méridon fait partie du Parc naturel Régional et domine la Vallée de Chevreuse.

Un vaste réseau de chemins et de belles allées forestières vous permettront de sillonner la forêt et de découvrir des ambiances forestières et champêtres avec par endroits des chaos gréseux.

Ce massif présente certains éléments patrimoniaux remarquables :

- La présence, à proximité, du château de Méridon, propriété du 19^{ème} siècle convertie en centre socio-culturel,
- En matière de paysage, la carrière de Vossery, site de chaos gréseux,
- Au niveau écologique, la présence d'un habitat de forêt de ravin peuplé d'espèces de fougères rares.

Labellisé en 2021 « Refuges LPO »

Aires de pique-nique

Allées forestières

Nombre de randonnées à pied : Chemins de randonnées (GR n°11) / Chemins de promenade
Le parcours nature « Conte de Mélida, l'esprit de la forêt » propose une promenade enchantée sur quelques centaines de mètres avec pour final les œuvres musicales de Will MENTER
Nombre de randonnées à vélo : Idéal pour le VTT

Département : Yvelines

Grandes villes : Chevreuse – à 30 min de Versailles et de Rambouillet

Site internet : <https://www.sortir-yvelines.fr/Balade-et-rando/Balade-et-rando-dans-les-Yvelines/Parcs-forets-yvelines/bois-meridon-tartelet-yvelines>

Forêt départementale de Rochefort

Ce site enchâssé dans le vaste massif de Rambouillet, est particulièrement apprécié pour la beauté de ses paysages, ses grandes futaies de chênes, ses landes à bruyères, son relief, ses sentiers de randonnée.

Chargée d'histoire, cette forêt fut la propriété de nombreux personnages historiques au fil des siècles.

Son relief constitué de 4 buttes, forme un paysage assez extraordinaire et offre des panoramas exceptionnels. De nombreuses allées et des sentiers escarpés invitent à la promenade.

Une centaine de ruches sont présentes afin de favoriser le développement de l'Abeille Noire d'IdF

Allées forestières

Nombre de randonnées à pied : Chemins de randonnées (PR 7) / Sentier équestre, chemin de promenade

Parcours balade branchée « Sentier des quatre dragons » : parcours de découverte destinée à un public familial (1h30 de balade). *Balade branchée est une application qui propose des promenades thématiques, guidées et commentées pour découvrir autrement la nature francilienne (application proposée par l'ONF, l'AEV IDF, les Département 77 et 78.*

Département : Yvelines

Grandes villes : Rochefort-en-Yvelines – à 30 min d'Etampes et 7 min de Saint Arnoult-en-Yvelines

Site internet : <https://www.sortir-yvelines.fr/Balade-et-rando/Balade-et-rando-dans-les-Yvelines/Parcs-forets-yvelines/Bois-de-Rochefort>

Île de Loisirs de Bois-le-Roi

La vocation de l'île de loisirs est de vous offrir un espace de détente et d'activités multiples pour toute la famille, ainsi qu'une large palette d'activités encadrées par des professionnels pour les plus sportifs d'entre nous : adultes et enfants.

Nombre de randonnées à pied : 1

Nombre de randonnées à vélo : 1

Département : Seine-et-Marne

Grandes villes : Melun, Fontainebleau

Site internet : <http://bois-le-roi.iledeloisirs.fr/>

Gorges du Gardon - Réserve de biosphère classé par l'UNESCO, Grand Site et Natura 2000

Les gorges du Gardon forment un canyon de 29 km entre le village de Dions à l'ouest, et le célèbre aqueduc romain du pont du Gard à l'est. Exemple emblématique des paysages sculptés dans les roches calcaires, le relief karstique des gorges du Gardon alterne plateaux arides de garrigues, gorges, parois rocheuses et grottes.

Nombre de randonnée à pied : Près de 350 km de sentiers de randonnée balisés sillonnent les gorges du Gardon et leurs abords.

Département : Gard

Grandes ville : Nîmes

Site internet : <https://www.gorgesdugardon.fr/>

Parc naturel régional du Morvan D 087

NATURE : paysages exceptionnels bocagers, forestiers et 6 Grands Lacs

CULTURE : Vezelay Unesco, Autun, Bibracte Grand Site, Saulieu (gastronomie), Bazoches (Vauban)...

SPORTS NATURE : rafting, canoë, randonnée à pied, à vélo, à cheval, trail, pêche, cyclotourisme, gravelbike...

Nombre de randonnée à pied : GR13 et GR de Pays / Bibracte à Alésia 1500 km de sentiers de randonnées pédestres balisés couvrant l'intégralité du territoire et à destination de tous les publics

Nombre de randonnée à vélo : Grande Traversée du Morvan à VTT et départ de la GT du Massif Central

Une vingtaine de communes point de départ (station VTT - FFC)

2500 km de circuits VTT balisés

Des itinéraires de gravelbike et cyclotouristiques

Départements : Yonne, Saône et Loire, Nièvre et Cote d'Or

Grandes Villes : Avallon, Autun (villes dans le Périmètre Parc)

Dijon à 1h de voiture

Nevers à 1h de voiture, Chalon sur Saône 1h30, Sens à 1h30

PARIS à 2h30

Site internet : tourisme.parcumorvan.org

Parc naturel régional de la Haute Vallée de Chevreuse

De grands espaces de nature aux portes de Paris. Paysages remarquables, bourgs de caractère, sites emblématiques à parcourir à pied, à vélo ou à cheval le temps d'un week-end.

Nombre de randonnée à pied : 80

Nombre de randonnées à vélo : 15

Départements : Yvelines et Essonne

Grandes villes : Rambouillet – Versailles

Site internet : www.parc-naturel-chevreuse.fr

Ile de Loisirs de Cergy-Pontoise

Avec ses 250 hectares d'eau et de verdure, l'île de loisirs offre diverses balades de 2 à 7 km qui vous emmèneront dans des coins retranchés à la découverte de nombreux animaux et quelques oiseaux rares qui peuplent le parc. Saurez-vous les repérer ?

Nombre de randonnée à pied : 3

Nombre de randonnées à vélo : 3

Département : Val d'Oise (95)

Grandes villes : Paris, Saint Germain en Laye, Versailles

Site internet : www.cergy-pontoise.iledeloisirs.fr

Parc naturel régional des Vosges du Nord Parc naturel régional des Ballons des Vosges

Châteaux forts, Gastronomie ; Route des Vins d'Alsace

Nombre de randonnées à pied : 18 000 km de sentiers balisés et entretenus par le Club Vosgien et la FFRandonnée

Nombre de randonnées à vélo : 2 500km de pistes cyclables en Alsace, 3 EuroVelo

Département : Collectivité Européenne d'Alsace

Grandes villes : Strasbourg, Colmar, Mulhouse

Site internet : <https://www.parc-vosges-nord.fr/>

<https://www.parc-ballons-vosges.fr/>

Réserve naturelle départementale des îles de la Marne

La Réserve Naturelle Départementale des Iles de la Marne regroupe 3 îles (interdites au public) : l'île de l'Abreuvoir dans sa partie aval et les deux petites Iles des Gords et de Pissevinaigre.

On peut apercevoir ces îles depuis les berges lors d'une randonnée à pied ou à vélo le long de la Marne ou depuis la rivière lors d'une balade en canoë, en kayak ou en bateau électrique.

Pas de randonnée

Département : Val-de-Marne

Grandes villes : Champigny-sur-Marne / Saint-Maur-des-Fossés

Site internet : www.tourisme-valdemarne.com

Parc naturel régional du Vexin français

Le Vexin français, vaste plateau calcaire délimité par la Seine, l'Oise et l'Epte, s'étend d'Auvers-sur-Oise à La Roche-Guyon. Présentant des patrimoines naturels, paysagers, culturels et architecturaux remarquables, le Parc naturel régional du Vexin français est également classé Pays d'art et d'histoire.

Nombre de randonnées à pied : 1100 km de sentiers balisés, 66 PR, 3 GR (GR1, 2 et 11) et La Traversée du Vexin maillent le territoire. 41 Sentiers du Patrimoine®.

Nombre de randonnées à vélo : Le Vexin français est traversé par 2 grands itinéraires cyclables : l'Avenue verte Paris-Londres et La Seine à Vélo. 2 Boucles du Vexin d'une trentaine de km sont jalonnées autour d'Auvers-sur-Oise et Théméricourt. 18 parcours VTT.

Départements : Val d'Oise et Yvelines

Grandes villes : Cergy-Pontoise, Mantes-la-Jolie

Site internet : www.pnr-vexin-francais.fr

RNR de la Tourbière des Saisies Beaufortain/Val d'Arly

Découverte patrimoine naturelle, milieu tourbeux

Randonnée à Pied : environ 30000 visiteurs/an, 500 personnes en visite guidée

Nombre de randonnées à vélo : 0 accès vélo interdit

Département : Savoie

Grandes villes : 45 minutes d'albertville, 1h30 de chambéry/annecy

Site internet : <https://www.reserve-regionale-tourbiere-des-saisies.com/>

Gâtinais français

Surnommé « le pays des mille clairières et du grès », le Parc du Gâtinais puise son originalité dans ses paysages contrastés : forêts, terres agricoles, sable et grès rendant l'horizon parfois chaotique.

Nombre de randonnées à pied : 3

Nombre de randonnées à vélo : 8 (+3 à cheval)

Départements : Essonne et Seine-et-Marne

Grandes villes : Fontainebleau, Etampes, Melun

Site internet : <https://www.parc-gatinais-francais.fr/>

Plaine des Maures

Le paysage constitué de dalles de grès rosé piquées de pins parasols et de chênes-lièges est tout à fait saisissant et unique en France. Au cœur du la Réserve, le lac des Escarcets abrite une flore et une faune exceptionnelles.

Nombre de randonnée à pied : 2

Nombre de randonnée à vélo : 1

Département : Var

Grandes villes : Entre Nice et Marseille à 50 km de Toulon au Cannet des Maures.

Site

internet : <https://www.coeurduvartourisme.com/component/adirectory/adirectory/item/333-lac-des-escarcets-plaine-des-maures>

Parc Régional Naturel du Gâtinais Français

Le Parc naturel régional du Gâtinais français est un ensemble de sites naturels offrant de nombreuses possibilités de balades en pleine nature, à vélo, à cheval ou à pied. Le parc abrite également de nombreux sites culturels, des artisans d'art et producteurs locaux.

Nombre de randonnée à pied : 3 voir [ici](#)

Nombre de randonnées à vélo : 3 voir [ici](#)

Nombre de randonnées équestre : 3 voir [ici](#)

Départements : Seine-et-Marne (77) et Essonne (91)

Grandes villes : Fontainebleau – Milly la Forêt

Site internet : <https://www.parc-gatinais-francais.fr/>

PARC NATUREL RÉGIONAL DE LA BRENNE

Voyage au pays des mille et un étangs

La présence des étangs fait de la Brenne une zone humide d'importance internationale. Elle abrite des habitats naturels remarquables et des espèces menacées de la flore et de la faune sauvage. Observez la faune depuis des espaces aménagés pour faciliter l'observation et profitez d'un programme d'animation spécifique avec des professionnels du territoire. La Brenne offre un intérêt ornithologique toute l'année, les meilleures périodes restent le printemps et l'automne.

Nombre de randonnée à pied : Guide des plus belles balades du PNR (21 boucles)

Nombre de randonnées à vélo : une quinzaine + une voie verte

Département : Indre

Grandes villes : CHATEAUROUX, LE BLANC

Site internet : <https://www.parc-naturel-brenne.fr/destination-brenne>