



ITINÉRANCES ET ÉVASIONS DURABLES,
LE TEMPS DU VOYAGE EN RÉGION GRAND EST

Dossier de presse

Voyager aujourd'hui, c'est avant tout choisir. Choisir de ralentir, de se rapprocher, de donner du sens à ses déplacements. Face aux attentes post-carbone et aux nouveaux usages, la Région Grand Est s'engage pour un tourisme plus responsable, plus libre et plus proche de celles et ceux qui l'expérimentent.

Ici, l'évasion ne se mesure pas en kilomètres parcourus, mais en expériences vécues. À pied, à vélo, en train, sur l'eau, la région Grand Est se découvre autrement, sans dépendance à la voiture, en renouant avec le temps du voyage et la richesse des territoires traversés.

En facilitant les itinérances et les mobilités douces, la Région affirme une ambition claire : permettre à chacun de voyager librement, tout en respectant les équilibres environnementaux et humains. C'est le sens des politiques régionales menées, mais aussi des outils mis à disposition, à l'image de la plateforme Explore Grand Est, qui accompagne les visiteurs dans la construction de séjours plus durables, plus inspirants, plus accessibles.

Franck Leroy
Président de la Région Grand Est



*Faire de la région
Grand Est une destination
d'évasions responsables,
c'est conjuguer liberté
et responsabilité.*

*C'est préparer dès
aujourd'hui le tourisme
de demain.*

6 BONNES RAISONS DE PARTIR EN ITINÉRANCE EN RÉGION GRAND EST

1 Une biodiversité remarquable, protégée et valorisée

Forêts, zones humides, vallées fluviales et massifs façonnent un patrimoine naturel riche et fragile. Engagée pour sa préservation, la Région agit notamment à travers le programme Life Biodiv'Est. L'itinérance permet d'explorer ces milieux en douceur, au plus près du vivant, tout en sensibilisant aux enjeux environnementaux.

2 Des paysages variés, à vivre en mouvement

Des crêtes vosgiennes aux lacs champenois, des vignobles aux grandes vallées, la région Grand Est offre une diversité paysagère exceptionnelle. L'itinérance, à pied, à vélo, en train ou sur l'eau, révèle les transitions et invite à une lecture sensible et continue du territoire.

3 Une destination naturellement slow

Le slow tourisme s'impose ici comme une évidence. Mobilités douces, hébergements à taille humaine et expériences immersives invitent à prendre le temps, à privilégier la qualité des découvertes et la richesse des rencontres.

4 Une richesse historique et patrimoniale à chaque étape

Villes emblématiques et cités de caractère jalonnent les itinéraires. De Reims à Strasbourg, de Nancy à Metz, jusqu'aux petites villes patrimoniales, la région Grand Est se raconte à travers ses architectures et ses héritages. L'itinérance relie ces lieux pour offrir une lecture vivante et continue de l'histoire régionale.



5 Une gastronomie ancrée dans les territoires

Chaque étape est une rencontre gourmande. Produits locaux, savoir-faire et spécialités régionales rythment les parcours : vins et champagnes, bières artisanales, fromages et cuisines de terroir. La région Grand Est se découvre aussi par le goût, lentement et généreusement.

6 Un tourisme durable, structuré et accompagné

Le tourisme durable est un axe fort de la stratégie de la Région. Projets d'itinérance fluviale, fluvestre et terrestre, intermodalité train + vélo, voies vertes et services adaptés structurent une offre équilibrée, bénéfique aux territoires comme aux visiteurs.

LA PROMESSE GRAND EST

Une région faite pour être parcourue

Ici, l'itinérance n'est pas seulement un moyen de déplacement : c'est un art de vivre. La région Grand Est offre un terrain d'exploration unique, où se conjuguent douceur des paysages, diversité des approches et équilibre territorial. Marcher, pédaler, voguer lentement... autant de manières de découvrir une région qui invite au voyage responsable, à hauteur d'homme, loin du rythme effréné de l'automobile.

Une densité de paysages

Des collines verdoyantes des Vosges aux méandres tranquilles de la Moselle, des vignobles de Champagne aux paysages sauvages de l'Ardenne, la région Grand Est se déploie en panoramas variés, accessibles à tous les pas et à toutes les roues. Grâce à un maillage riche (chemins de grande randonnée, véloroutes, voies vertes et voies navigables), chaque parcours devient une invitation à ralentir et à contempler.



CHIFFRES CLÉS

563 hébergements
labellisés "Accueil Vélo"

3 323 km de vélo routes
et voies vertes

5 189 km
de grandes randonnées

1 375 km de rivières
et canaux navigables

2^e région fluviale
de France

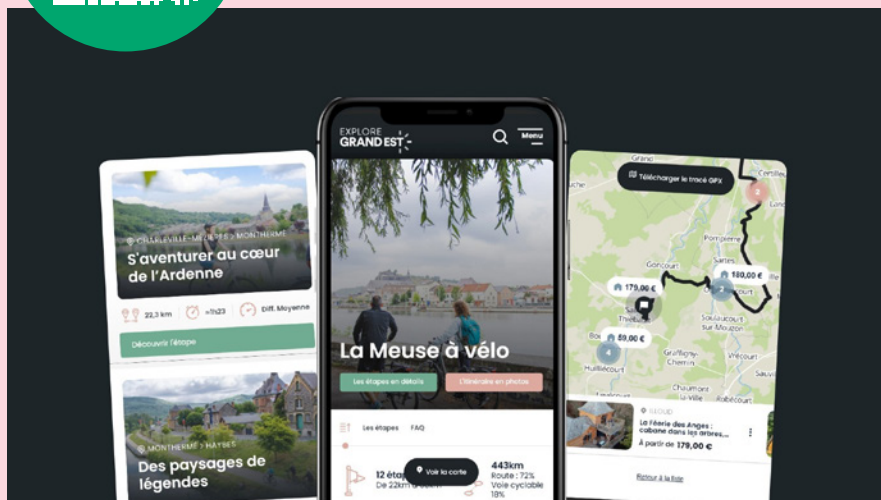


Les itinéraires phares

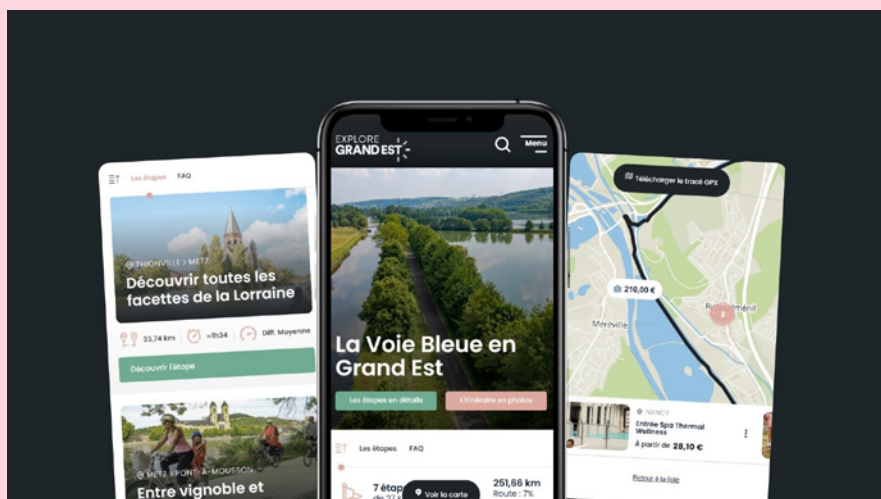


Le territoire regorge d'itinéraires d'exception. Parmi eux :

La Meuse à Vélo (EuroVelo 19)
Plus de 440 km d'itinéraire cyclable en région Grand Est, de la Haute-Marne aux Ardennes, le long du fleuve. Inscrit dans un axe cyclable européen majeur, l'itinéraire relie la source de la Meuse à Langres à son embouchure aux Pays-Bas, traversant la France, la Belgique et les Pays-Bas. Une aventure transfrontalière qui mêle nature, patrimoine et histoire commune des territoires européens, au fil de l'eau.



La Voie Bleue en Grand Est
Environ 250 km d'itinéraire cyclable le long des canaux et de la Moselle, idéal pour une première expérience à vélo, notamment en famille. Inscrite dans un parcours de près de 750 km reliant la frontière luxembourgeoise à Lyon, La Voie Bleue s'intègre à un grand axe d'itinérance nationale. À Lyon, elle se connecte à **La ViaRhôna**, offrant la possibilité de prolonger l'aventure jusqu'à la Méditerranée. Elle a été élue "Véloroute européenne de l'année" en 2026.



L'EuroVelo 5 — Via Romea, la Véloroute 52 — Paris- Strasbourg, ou encore la Traversée du Massif des Vosges à pied, complètent un catalogue riche d'itinéraires pédestres, cyclables et fluviaux, accessibles et progressifs.

La Véloroute de la Marne, entre Langres et Dormans, traverse des paysages de vignobles classés à l'UNESCO et des sites historiques, sur un parcours plat et sécurisé. Idéale pour une itinérance douce, elle offre des haltes fluviales, des paysages de plaine et une intégration au réseau Accueil Vélo et sera prochainement en ligne sur Explore Grand Est.

Plus qu'une destination, la région Grand Est est un territoire qui cultive l'équilibre entre villes, campagnes et espaces naturels. Grâce à des initiatives régionales et à la mobilisation des acteurs locaux, l'offre touristique est répartie sur l'ensemble de la région, du vignoble champenois aux cités d'art et d'histoire, en passant par les villages typiques. La plateforme **Explore Grand Est**, avec **plus de 1840 offres de la filière nature, itinérance**, facilite la découverte de cette diversité en proposant des idées de séjours, des hébergements et des activités adaptées à chaque itinérance.



ALSACE : ITINÉRANCE DOUCE ENTRE VIGNES ET VOSGES



La carte postale accessible sans voiture

En Alsace, l'itinérance douce s'impose comme une évidence. Entre piémont viticole, villages de caractère et premiers reliefs vosgiens, le territoire se prête naturellement à une découverte fluide et accessible.

Le vignoble à vélo

Le vignoble alsacien se parcourt idéalement à vélo, sur des itinéraires balisés serpentant entre coteaux, villages fleuris et caves ouvertes. Des parcours adaptés à tous les niveaux permettent de composer des échappées gourmandes et culturelles, combinant dégustations, patrimoine et panoramas, facilement accessibles en train.

Un train, un sentier

Grâce à un maillage ferroviaire fin, de nombreux villages emblématiques alsaciens deviennent des points de départ de randonnées à pied, sans contrainte. Descendre du train, chausser ses baskets et s'élancer sur les sentiers du Club Vosgien : une autre manière de voyager, plus libre, plus immersive, qui reconnecte le visiteur au territoire et à ses habitants.



Le Grand Tour d'Alsace est une grande boucle cyclable d'exception qui conjugue trois grands itinéraires européens : l'EuroVelo 5, l'EuroVelo 15 et l'EuroVelo 6. Entre Rhin, vignobles, plaines et contreforts des Vosges, il offre une immersion complète dans la diversité des paysages alsaciens. Connecté aux grands axes européens, ce parcours emblématique permet de vivre une expérience d'itinérance fluide, accessible et profondément ancrée dans un territoire au carrefour de l'Europe.

Des balades au fil de l'eau

Canaux, rivières et voies navigables complètent cette offre d'itinérance douce. Le tourisme fluvial et fluvestre permet de découvrir l'Alsace au fil de l'eau, en bateau sans permis, à vélo ou à pied le long des chemins de halage, en combinant navigation, randonnées et haltes dans les villages. Une approche lente et durable, propice à la déconnexion.



Dannemarie, une halte pensée pour les cyclotouristes de l'EuroVelo 6

Le long du canal du Rhône au Rhin, à Dannemarie, la Région Grand Est soutient la création d'un **relais cyclotouriste** conçu pour répondre aux attentes des voyageurs à vélo. Située sur l'**EuroVelo 6**, l'une des grandes véloroutes européennes, cette halte propose un hébergement simple et confortable, des sanitaires, ainsi qu'une borne multiservices pour l'entretien et la sécurisation des vélos. En accompagnant ce projet, la Région renforce un maillage d'étapes essentielles à l'itinérance douce, facilitant les séjours à vélo et positionnant l'Alsace comme une destination accessible, pratique et attractive pour le tourisme slow.



IDÉE SOUTENUE PAR LA RÉGION

LORRAINE : L'ITINÉRANCE NATURE & MÉMOIRE

La plus sauvage et la plus surprenante

Avec ses **trois Parcs naturels régionaux**, la Lorraine offre une formidable invitation à vivre la nature selon ses envies. Randonnée à pied, escapade à vélo, pause bien-être dans un spa niché en pleine forêt... ici, on prend le temps, on respire et on s'émerveille. Les émotions se vivent intensément, au rythme d'une nature généreuse et préservée.

Le Parc naturel régional de Lorraine se distingue par une étonnante diversité de paysages qui reflètent toute la richesse du territoire lorrain. Patrimoine culturel et bâti, biodiversité remarquable, histoire et savoir-faire locaux s'y rencontrent harmonieusement. Le Parc agit au quotidien pour protéger la faune, la flore et les paysages, tout en soutenant les initiatives culturelles et touristiques durables. Un territoire vivant, engagé et chaleureux, porté par l'énergie de ses habitants et de ses communes.

Le Parc naturel régional des Ballons des Vosges, vaste territoire de près de 3 000 km², déploie des paysages spectaculaires : grandes crêtes aux prairies d'altitude, cirques glaciaires, vallées profondes et forêts majestueuses. Cette mosaïque de milieux naturels abrite une faune et une flore exceptionnelles. Loin d'être figé, le Parc est un espace vivant où se côtoient nature préservée, villages animés et sites touristiques emblématiques.

Le Parc naturel régional des Vosges du Nord, situé entre Wissembourg, Sarreguemines et Saverne, est un véritable océan de verdure. La forêt, qui couvre les deux tiers du territoire, mêle hêtres, chênes et pins sylvestres, ponctués de prairies et de vergers. Les paysages portent aussi l'empreinte des hommes : villages de colombages et de grès, châteaux forts perchés sur les hauteurs, héritage d'un territoire industriel façonné par paysans, bûcherons, menuisiers et maîtres verriers. Un paradis pour les randonneurs, à découvrir au fil de petites routes et de chemins ombragés, au cœur de vallons secrets.

Le Nord Lorrain, la mémoire vivante
La mémoire prend vie dans le Nord lorrain : au détour de vos balades, des sites historiques et témoignages vibrants permettent de comprendre et de se souvenir ensemble.



La Meuse à Vélo : le Moulin Français à Champouigny (55)

Situé sur l'itinéraire **EuroVélo 19 - La Meuse à Vélo**, le projet de restauration du Moulin Français à Champouigny illustre l'engagement de la Région Grand Est en faveur d'une itinérance structurée et qualitative. Soutenu à hauteur de **près de 166 000 €**, ce projet transforme un patrimoine rural emblématique en **auberge collective de 52 lits**, offrant une halte durable et conviviale aux cyclotouristes et randonneurs. Il contribue à renforcer l'attractivité des territoires ruraux tout en développant une offre d'hébergement adaptée aux nouvelles pratiques de voyage lent.

IDÉE SOUTENUE PAR LA RÉGION

CHAMPAGNE-ARDENNE : BULLES, EAU ET GRANDS ESPACES

Le slow chic

La Champagne-Ardenne incarne à elle seule l'esprit du tourisme **slow et itinérant** que porte la région Grand Est : une mosaïque de paysages entre vignobles, lacs et grands espaces naturels, qui invitent à la déconnexion, à la découverte immersive et à l'itinérance douce.

Depuis la **Vallée de la Marne**, où les coteaux de Champagne et les villages viticoles se déroulent au rythme du fleuve, jusqu'aux rives du **Lac du Der**, véritable mer intérieure idéale pour des balades à vélo, à pied ou en paddle, chaque étape promet une expérience singulière mêlant nature, patrimoine et terroir. Sur Explore Grand Est, ces territoires se déclinent à travers des parcours qui valorisent les mobilités douces - véloroutes, voies vertes, circuits gravel pour relier les vignobles classés au patrimoine mondial de l'UNESCO et les sites naturels préservés comme les grands lacs champenois. Cette offre s'inscrit pleinement dans la **Stratégie Régionale d'Itinérance**, qui vise à faire du Grand Est une destination de référence pour un tourisme durable, structuré autour d'itinéraires cohérents et d'étapes variées, intégrant des projets innovants et des services adaptés aux voyageurs en quête d'authenticité et de slow chic.

 **L'itinéraire "Raid Bulles" en gravel**, un parcours cyclotouristique pensé pour les amateurs de gravel, traversant des paysages variés de la Champagne (plaines, coteaux, villages). Ce parcours met en avant une mobilité douce et sportive, qui allie immersion dans les vignobles et rencontres avec les acteurs locaux

 **La Route Touristique du Champagne**, un itinéraire emblématique traversant les vignobles de la Montagne de Reims, la Vallée de la Marne, la Côte des Blancs et la Côte des Bar. Ce parcours de près de 970 km balisés invite à découvrir les villages viticoles, les panoramas sur les coteaux, les maisons de champagne et le patrimoine historique à son rythme.

Reims, l'itinérance fluvestre version urbaine et bas carbone

À Reims, la Région Grand Est accompagne de nouvelles façons de découvrir la destination, en soutenant le projet **Boboat** : une offre de location de bateaux électriques sans permis sur le canal de l'Aisne à la Marne. Cette expérience douce et accessible permet de parcourir la ville et ses paysages au fil de l'eau, dans une logique d'itinérance fluvestre, bas carbone et inclusive, avec des embarcations adaptées aux personnes à mobilité réduite. En appuyant ce type d'initiative, la Région renforce l'attractivité des itinéraires d'eau en Champagne et diversifie les expériences slow, entre patrimoine urbain, nature et art de vivre.

IDÉE SOUTENUE PAR LA RÉGION



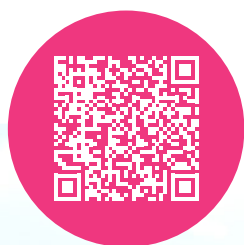
LES OFFRES QUI RENDENT LE SLOW ACCESSIBLE

Pass Groupe Week-End & Vélo FLUO

Des outils concrets pour voyager sans voiture

Faciliter les mobilités douces, c'est aussi proposer des solutions simples, lisibles et accessibles à tous. Avec le **Pass Groupe Week-End et Vélo FLUO**, la Région Grand Est accompagne les envies d'évasion collective et familiale, tout en levant les freins liés au transport.

Pass Groupe Week-End



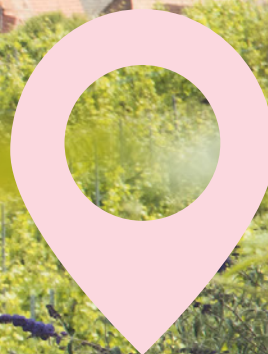
Vélo FLUO





**DÉCOUVREZ LES GRANDS
ITINÉRAIRES À VÉLO
DU GRAND EST**

EXPLORE
GRAND
EST



©ART GE - Pierre Defontaine

www.explore-grandest.com



© Région Grand Est / Art 2023 / Octavia photos - Christophe Jung - Région Grand Est / Pierre Delortaine - ART Grand Est / Geoffrey Van Der Haasht - AFP

Liens utiles

www.explore-grandest.com

Contact presse :

presse@grandest.fr



ALSACE
CHAMPAGNE-ARDENNE
LORRAINE

Siège du Conseil régional
1 place Adrien Zeller
BP 91006
67070 Strasbourg Cedex
+33 (0)3 88 15 68 67

Hôtel de Région
5 rue de Jéricho
CS70441
51037 Châlons-en-Champagne Cedex

Hôtel de Région
place Gabriel Hocquard
CS 81004
57036 Metz Cedex 01



www.grandest.fr