




## LE CONSEIL

Mémorisez ces numéros d'urgence

 Numéros d'appel d'urgence Emergency telephone numbers	<b>15</b> <b>SAMU</b> Service d'Aide Médicale Urgent Hospital-operated ambulance	<b>17</b> <b>POLICE SECOURS</b> Police
	<b>18</b> <b>POMPIERS</b> Fire Brigade	<b>112</b> Numéro d'appel d'urgence européen European emergency telephone number



## LA FÉDÉRATION SPORTIVE ET CULTURELLE EN BREF




Depuis sa fondation en 1898, la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) développe des activités sportives, culturelles et socio-éducatives, ainsi que des actions de loisir pour tous.

Porteuse d'un **projet éducatif** ancré sur des valeurs humanistes, la **FSCF** contribue à l'épanouissement de la personne dans toutes ses dimensions. La fédération privilégie une vie associative propice au vivre ensemble, et joue à ce titre un rôle majeur dans la création de lien social. Dans un esprit d'ouverture et de respect, la FSCF **accueille tous les publics**, chacun selon son niveau, son âge et ses aptitudes.

# LA CULTURE A VELO CAEN



## LE PARCOURS N°10

-  LONGUEUR : 32 km
-  MONTÉE : 133 m
-  NIVEAU DE DIFFICULTÉ : 3/10

Partenaires de communication :

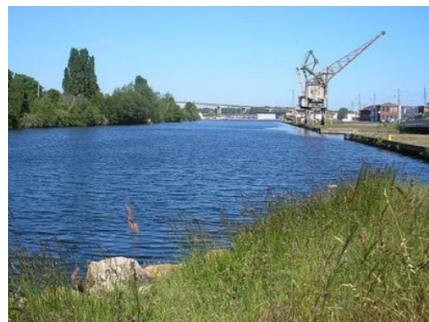


Ne pas jeter sur la voie publique



1

## LE CANAL DE CAEN A LA MER



Source: Ikmo-Ned

En 1811, Napoléon Ier vient inspecter les lieux du futur canal, et est convaincu de l'avenir portuaire du site<sup>1</sup>. Les travaux de percement du canal commencent en 1844, et la nouvelle voie d'eau sera ouverte officiellement le 1<sup>er</sup> juillet 1857. Aujourd'hui, le canal est utilisé par des plaisanciers, (le bassin Saint-Pierre étant désormais devenu un port de plaisance), ainsi que par des navires de commerce se rendant au terminal de Blainville-sur-Orne, pour y charger ou y déposer des céréales, du bois (c'est le 4<sup>e</sup> port français d'importation de bois exotique), des conteneurs.

2

## LE DOMAINE DE BEAUREGARD



Source: Viault

Le domaine de Beauregard, situé en périphérie d'Hérouville au bord du canal de Caen à la mer, est composé de prairies et de surfaces boisées qui s'étendent sur 23 hectares. Il comprend un parc, un château et des dépendances. Le domaine de Beauregard appartenait au fief de Colbert. Au milieu du 19<sup>e</sup> siècle la propriété fut acquise par un armateur du Havre, Jules Lecesne, qui en fit un lieu de villégiature. Le château de style troubadour est achevé en 1864.

3

## LE CHÂTEAU DE BÉNOUVILLE



Source: I.PRADIGUE

Le château de Bénouville est une demeure construite par l'architecte Claude-Nicolas Ledoux entre 1768 et 1777. Le lieu joue un rôle éminent durant la Seconde Guerre mondiale grâce à celle qui est sa directrice Léa Vion. L'activité officielle du château/maternité est une couverture idéale pour y faire transiter armes et fugitifs. Les caves abritent des aviateurs alliés ou des réfractaires au STO. Gérard Lenorman est né à la maternité en 1945 et Raymonde Girardot, la mère d'Annie Girardot, y était sage-femme. Le château loge des enfants de l'Assistance publique jusqu'à la fin des années 1970. En 1980, il est réhabilité puis restauré pour ouvrir ses portes au public en 1990.

8



Source: Pradigue

## L ABBAYE AUX DAMES

L'abbaye aux Dames est un ancien monastère de moniales bénédictines fondé au XI<sup>e</sup> siècle. C'est l'une des deux grandes abbayes, avec l'abbaye aux Hommes, fondées par Guillaume le Bâtard le futur conquérant, vers 1060. Son église abbatiale de la Trinité abrite depuis 1083 le tombeau de Mathilde de Flandre, l'épouse de Guillaume le Conquérant. L'ancienne abbaye aux Dames, actuellement siège du conseil régional de Normandie, est classée aux monuments historiques.

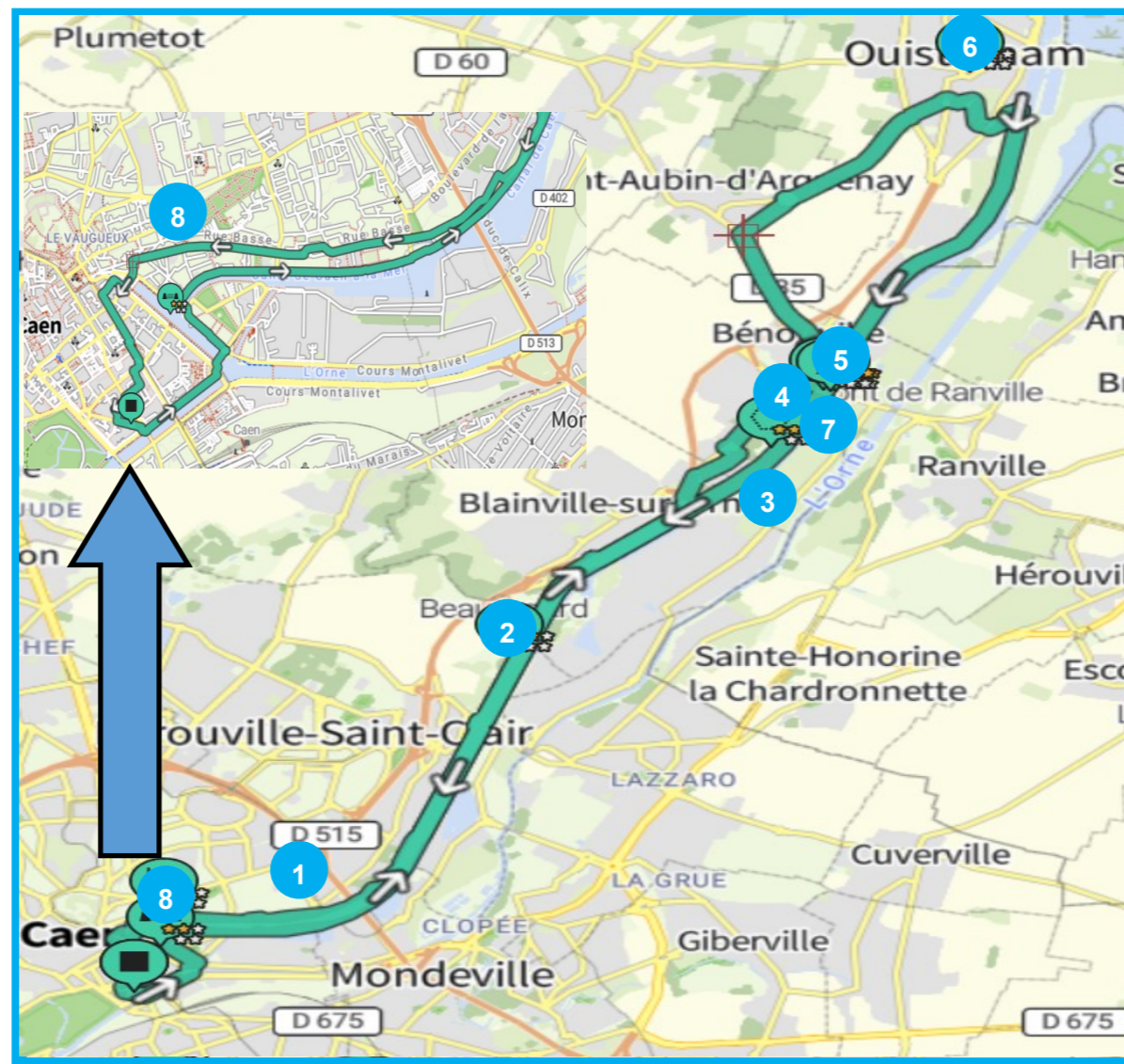
7



Source: F

## CAFÉ GONDRÉE

Le café Gondrée situé à 20m du Pegasus Bridge et où se trouvait Thérèse et Georges Gondrée est considéré comme la première maison de France continentale à avoir été libérée. Le café est toujours en activité et les murs sont couverts de photos des chefs de l'opération, de vieux casques, insignes et de drapeaux.



6

## LA GRANGE AUX DIMES DE OUISTREHAM



Source: SYLENIUS

L'édifice est situé dans le centre-ville de Ouistreham, place Albert-Lemarignier, à proximité nord de l'église Saint-Samson. L'édifice actuel est daté du XIII<sup>e</sup> siècle-XIV<sup>e</sup> siècle. Le lieu servait au stockage de la dîme perçue à Ouistreham, les abbesses prélevaient 10 % de chaque troupeau,

chaque récolte et chaque pêche. En 1971, la ville de Ouistreham achète le bâtiment à l'agriculteur qui l'utilisait comme grange. La grange est inscrite au titre des monuments historiques depuis le 11 octobre 1971.

5

## PEGASUS BRIDGE



Source: SimCard25

*Pegasus Bridge (pont Pégasus)* est le nom qu'a reçu, après les opérations du 6 Juin 1944 pendant la Seconde Guerre mondiale, le pont de Bénouville en l'honneur des parachutistes britanniques dont le cheval ailé Pégase était l'emblème. Le pont est inauguré, avec son nom de guerre, le 11 mars 1945. Il était situé sur le canal de Caen à la mer. La 6<sup>e</sup>me Division Aéroportée Britannique était chargée de sa prise sous les ordres du major John Howard dans la nuit du 5 au 6 juin 1944, dans la mesure où il représentait un objectif stratégique fondamental.

4

## LE MEMORIAL PEGASUS

Le Mémorial Pegasus est un musée qui retrace les actions de la 6<sup>e</sup> division britannique aéroportée. Six planeurs Horsa de la compagnie du major John Howard se posent à côté du pont, qui est rapidement pris ainsi que le pont tournant sur l'Orne, c'est l'opération Deadstick. Le café Gondrée situé à 20 mètres de Pegasus Bridge, est la 1<sup>re</sup> maison libérée de France. Il est tenu par Georges et Thérèse Gondrée, qui ont renseigné les Alliés avant le débarquement sur les activités des allemands dans le secteur. Le 4 juin 2000 le nouveau musée est inauguré par le prince Charles d'Angleterre. En juin 2004, le prince Charles inaugure également la réplique grandeur nature d'un planeur Horsa. En juin 2009, un ensemble de six monuments est réalisé, chaque monument comportant les noms de chacun des occupants des six planeurs Horsa de la compagnie du major Howard, qui s'empara de Pegasus Bridge.

0.0 km		1	Rue du 11 Novembre
0.06 km		1	Au rond-point, prenez sortie 2 pour rester sur Pont de Vaucelles (Caen)
0.09 km		1	
0.1 km		1	
0.28 km		1	
0.29 km		1	
0.59 km		1	
0.59 km		1	
0.64 km		1	
0.66 km		1	Tourner à droite pour rester sur Rond-Point de l'Orne (Caen)
0.67 km		1	Continuer tout droit pour rester sur Pont de l'Écluse (Caen)
0.75 km		1	Tourner franchement à gauche pour rester sur Quai François Mitterrand (Caen)
0.87 km		1	Restez sur la gauche pour rester sur Quai François Mitterrand (Caen)
1.06 km		1	Tourner légèrement à gauche pour rester sur Pont de la Fonderie (Caen)
1.12 km		1	Canal de Caen à la mer
1.12 km		1	Tourner à droite pour rester sur Avenue de Tourville (Caen)
1.15 km		1	
2.5 km		2	
2.59 km		2	Tourner légèrement à droite pour rester sur Voie Verte Caen-Quistreham (Mondenville)
2.65 km		2	Continuer tout droit pour rester sur Voie verte Caen-Quistreham (Mondenville)
10.52 km		7	Café Gondrée
10.53 km		8	Pegasus Bridge
10.56 km		9	Mémorial Pegasus
10.92 km		9	
11.01 km		9	
11.15 km		9	Tourner légèrement à droite pour rester sur Rue du Bac du Port (Bénouville)
11.34 km		9	Tourner à droite pour rester sur Avenue de la Côte de Nacre, D 35 (Bénouville)
11.41 km		9	
11.44 km		9	
11.44 km		9	
11.47 km		9	Tourner à gauche pour rester sur D 35 (Bénouville)
12.89 km		10	Tourner à droite pour rester sur Route de la Maladrerie (Saint-Aubin-d'Arquenay)
13.48 km		11	Tourner franchement à gauche pour rester sur Rue de la Mare (Saint-Aubin-d'Arquenay)
13.49 km		11	
13.52 km		11	Tourner à droite pour rester sur Rue de la Mare (Saint-Aubin-d'Arquenay)
14.65 km		12	Tourner à droite pour rester sur Chemin des Pèlerins (Quistreham)
14.66 km		12	Tourner à gauche pour rester sur Route de la Maladrerie (Quistreham)
14.97 km		12	Tourner légèrement à droite pour rester sur Route de Saint-Aubin d'Arquenay (Quistreham)
14.99 km		12	Au rond-point, prenez sortie 2 pour rester sur Route de Saint-Aubin d'Arquenay (Quistreham)
15.4 km		12	Tourner à droite pour rester sur Rue du Tour de Ville (Quistreham)
15.44 km		12	Tourner légèrement à droite pour rester sur Rue Carnot (Quistreham)
15.46 km		12	Tourner à gauche pour rester sur Rue des Eaux (Quistreham)
15.65 km		13	Grange aux dimes de Quistreham
15.66 km		13	Tourner à droite pour rester sur Rue Émile Herblin (Quistreham)

23.87 km		18	Tourner légèrement à droite pour rester sur Voie Verte Caen-Quistreham (Blainville-sur-Orne)
23.99 km		18	
24.1 km		18	
24.11 km		18	
24.31 km		18	
24.33 km		18	Tourner à droite pour rester sur Voie Verte Caen-Quistreham (Blainville-sur-Orne)
26.8 km		21	
26.85 km		21	
27.07 km		21	
27.44 km		21	
27.81 km		21	
27.82 km		21	
28.58 km		22	
28.62 km		22	Tourner à gauche pour rester sur Rue des Sources (Hérouville-Saint-Clair)
29.15 km		22	Continuer tout droit pour rester sur Rue Basse (Caen)
29.69 km		23	Tourner légèrement à droite pour rester sur Rue de Saint-Malo (Caen)
29.83 km		23	Tourner légèrement à gauche pour rester sur Rue des Gens d'Armes (Caen)
29.85 km		23	Au rond-point, prenez sortie 1 pour rester sur Rue Basse (Caen)
30.57 km		24	Abbaye aux Dames
30.84 km		24	Tourner à gauche pour rester sur Rue Samuel Bochart (Caen)
31.17 km		24	
31.43 km		24	
31.45 km		24	
31.46 km		24	Tourner à droite pour rester sur Rue Guilbert (Caen)
31.47 km		24	Tourner à gauche pour rester sur Avenue du 6 Juin (Caen)
31.58 km		24	Tourner franchement à droite pour rester sur Place de la Résistance (Caen)
31.59 km		24	
31.61 km		24	Tourner à droite pour rester sur Rue du Havre (Caen)
31.66 km		24	Tourner à gauche pour rester sur Rue de la Marine (Caen)
31.74 km		24	Tourner à droite pour rester sur Rue Singer (Caen)
31.85 km		24	Tourner à gauche pour rester sur Rue Saint-Jean (Caen)
31.86 km		24	Tourner à droite pour rester sur Rue Gaston Lavalley (Caen)
31.95 km		24	Tourner à gauche pour rester sur Rue Saint-Louis (Caen)
32.02 km		24	Tourner à gauche pour rester sur Rue du 11 Novembre (Caen)
32.1 km		24	



Inscription gratuite  
sur l'Application OpenRunner