

GUIDE DES ITINÉRAIRES CYCLABLES EN MOSELLE



Destination
MOSELLE

ET POUR
CHAQUE CIRCUIT,
RETROUVEZ



Retrouvez les partenaires
Accueil vélo sur
accueilvelo.mosl.fr



Encore plus d'adresses
Qualité MOSL sur
destinationmoselle.fr

TERRITOIRE DE THIONVILLE

- 4 — Circuit de Rodemac, **Boler**
- 5 — Circuit du Hackenberg, **Buding**
- 6 — Circuits Portes de France, **Thionville**
- 7 — Voie verte du fil bleu de l'Orne, **Rombas**
- 8 — Circuit du Diablotin, **Montenach**
- 9 — Circuit de Malbrouck, **Manderen**

10 — Véloroute La Voie Bleue

TERRITOIRE METZ-ORNE

- 11 — Réseau des rives de Moselle, **Maizières-lès-Metz**
- 12 — Voie verte du pays de **Pange**
- 13 — Circuit des deux Niefs, **Courcelles-Chaussy**
- 14 — En sud messin, **Pournoy-la-Grasse**

TERRITOIRE DE FORBACH - SAINT-AVOLD

- 15 — Circuit entre Nied & Warndt, **Tromborn**
- 16 — Circuit de la Mutche, **Morhange**
- 17 — Entre charbon, acier et pays des lacs, **Petite-Rosselle**
- 18 — Circuit **St-Avold** **Porcellette - Creutzwald**
- 19 — Circuit du Steinberg, **Saint-Avold**

TERRITOIRE DE SARREGUEMINES - BITCHE

- 20 — Itinéraire des lacs, **Sarralbe**
- 21 — **Sarreguemines** et la vallée de la Blies
- 22 — **Sarreguemines - Sarralbe** par le canal
- 23 — Voie verte pays de Bitch, **Walschbronn**

24 — Eurovélo5 : Canal de la Sarre

TERRITOIRE DE SARREBOURG - CHÂTEAU-SALINS

- 25 — Côte de **Delme**
- 26 — Lindre et sel, **Dieuze**
- 27 — La vallée des Éclusiers, **Niderviller**
- 28 — Circuit des étangs, **Rhodes**
- 29 — Circuit du Donon, **Abreschviller**
- 30 — Circuit des deux vallées, **Abreschviller**
- 31 — Circuit de la Zorn, **Dabo**
- 32 — Circuit du chat noir, **Dabo**
- 33 — Circuit des trois vallées, **Phalsbourg**
- 34 — Circuit de la vallée de la Sarre, **Sarrebouurg**
- 35 — Circuit du cimetière gallo-romain, **Walscheid**
- 36 — Circuit d'**Abreschviller - Saint-Léon**

38 — Carte de la Moselle

Credits photos :
M. Bricard, F. Doncourt, Fly Pixel Photographie, T. Garcia,
L. Hayes, Jolas, H. Kraher, R. Krebs, Marie-Médiatrice,
G. Pecqueur, C. Poesy, M.Przybyl, Pxhere, OT Saint-Avold,
G. Ramon, G. Robert-Famy, G. Schnell, Sequence K, S. Scholler,
C. Turpin, Ville de Thionville, L. Vion, P. Zimmermann,



À VÉLO EN MOSELLE



Avec ses 1 560 km de circuits vélo aménagés, la Moselle vous ouvre ses voies cyclables : une manière originale, écodurable et bénéfique pour la santé de découvrir une ville, un coin de nature, une forêt ou les berges d'un canal.



Pour vous, qui êtes plutôt adepte du chemin ou du tout terrain, la Moselle n'est pas en reste. Avec ses côtes, ses montagnes et ses plateaux, vous serez le vététiste comblé.



Ce guide vous propose un descriptif complet des balades à faire à vélo et propose une sélection des 11 plus beaux parcours VTT protégés au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée.

Pour préparer votre séjour ou votre escapade à vélo, pensez aux partenaires Accueil Vélo qui vous accueillent dans les meilleures conditions.

RETROUVEZ TOUS
LES CIRCUITS SUR
L'APPLI GRATUITE
**BALADES
EN MOSELLE**



Application gratuite
Disponible sur les
stores Apple
et Google Play

[destinationmoselle.fr](https://www.destinationmoselle.fr)

TERRITOIRE
DE THIONVILLE



CIRCUIT — DE RODEMAC-K-BOLER

COMMUNE

Rodemack-Boler

DISTANCE

17 km

DÉPART

Porte d'entrée
de Rodemack

→ C1

DURÉE

1h30

DÉNIVELLÉE ↗

100 m

BALISAGE

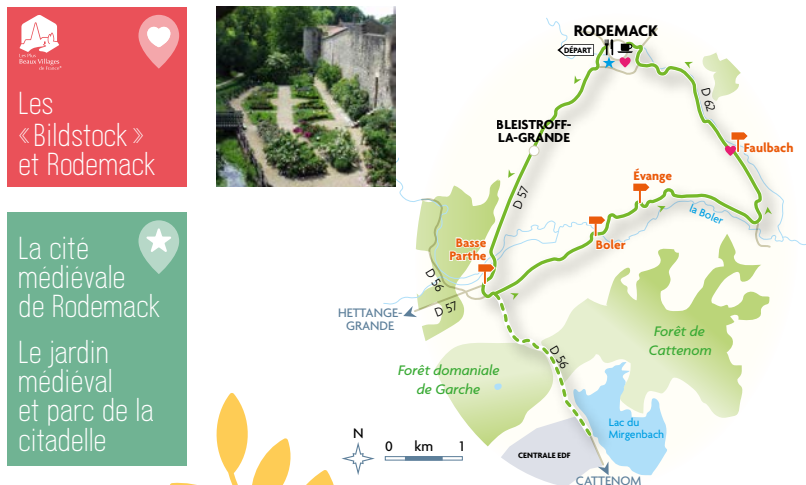
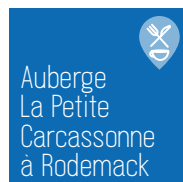
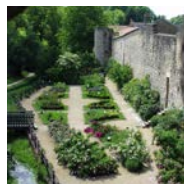
«Circuit
de la Boler»



DIFFICULTÉ

● ● ●

facile





CIRCUIT — DU HACKENBERG

COMMUNE Buding

DISTANCE 30 km

DÉPART
Moulin
de Buding → D2

DURÉE 2h

DÉNIVELLÉE ↗ 355 m

BALISAGE
«Hackenberg»

DIFFICULTÉ
●●● difficile

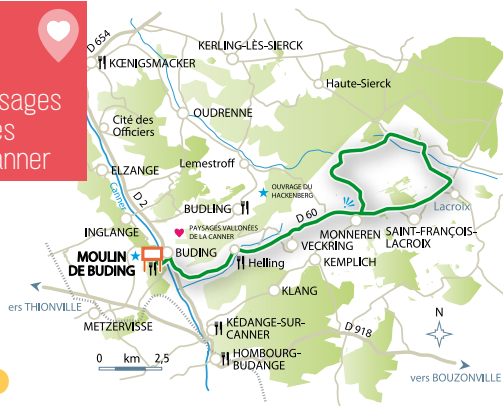
MOSL
Le fort du
Hackenberg
Le moulin
de Buding

30 km de petites routes départementales ou communales sont au programme de ce circuit qui offre de nombreuses curiosités. Parmi elles, le moulin de Buding au bord de la rivière Canner dont les mécanismes restaurés dans les règles de l'art permettent d'actionner les engrenages et de fabriquer à nouveau de la farine et de l'huile de colza. À quelques kilomètres, visitez le site du Hackenberg. L'ouvrage de la ligne Maginot y renferme les installations de l'époque en parfait état de marche (tourelles d'artillerie, canons sous casemate), ainsi qu'un musée de la guerre 39-45. Les trajets à l'intérieur de l'ouvrage s'effectuent en petit train.

MOSL
Oh Che Pizza
à Metzervisse
Restaurant
du Moulin
à Buding
Relais du Fort
à Helling



Les paysages
vallonnés
de la Canner





CIRCUIT

PORTES DE FRANCE THIONVILLE



COMMUNE Thionville

DISTANCE 50 km

DÉPART
Thionville → C2

DURÉE variable

DÉNIVELÉE ↗ variable

BALISAGE
A + lettres
B + lettres

DIFFICULTÉ
● ● ● facile

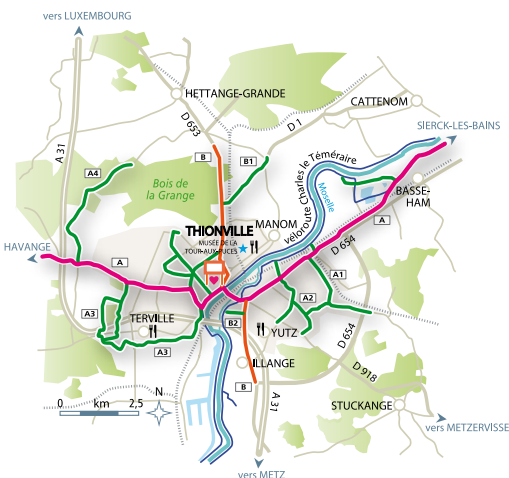
Parcourir
les berges
de la Moselle
à vélo

Restaurant
Les
Sommeliers
à Thionville

Musée
de la Tour
aux Pucés
à Thionville



Thionville et ses environs se visitent facilement à vélo. Près de 50 km d'itinéraires cyclables jalonnés et connectés à la Voie Bleue - Moselle-Saône à vélo permettent de découvrir la deuxième ville de Moselle et ses environs. Du centre-ville aux hauteurs de Beuvange et Angevillers ou le long de la Moselle, l'agglomération de Thionville n'aura plus de secret pour vous.



VOIE VERTE DU FIL BLEU DE L'ORNE



COMMUNE Rombas

DISTANCE 23 km

DÉPART
Rombas → B2

DURÉE 1h30

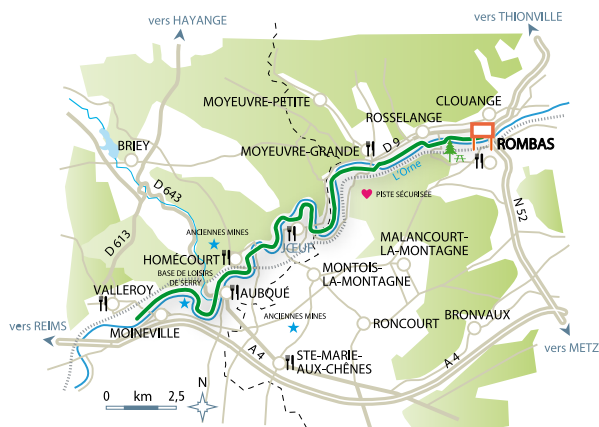
DÉNIVELLÉE ↗ 80 m

BALISAGE
« Voie verte du
Fil bleu de l'Orne »

DIFFICULTÉ
● ● ● facile

Cette voie verte de 23 km longe la rivière Orne de Rombas en Moselle à la zone de loisirs de Moineville en Meurthe-et-Moselle. Cette piste est un moyen doux de découvrir les paysages d'une ancienne vallée sidérurgique. Entièrement plate et en site propre elle ravira les amateurs de vélo et de découverte, seul, en famille ou entre amis.

Une piste
agréable et
entièrement
sécurisée



MOSL
MOSELLE
ORNE
SUD
LOIRE
VAL DE
SAONE
DU
NORD

De la Ferme
à l'Assiette
à Rombas

NOUVEAU:
Le Fil Bleu est
connecté à la Voie
Bleue à Richemont.





CIRCUIT VTT — DU DIABLOTTIN

COMMUNE Montenach

DISTANCE 21,5 km

DÉPART

Maison de la Nature
de Montenach → D1

DURÉE 2h

DÉNIVELÉE ↗ 643 m

BALISAGE

N°1 rouge



DIFFICULTÉ



difficile

Vous allez apprécier ce circuit VTT au départ de la Maison de la Nature de Montenach. Sur des chemins le plus souvent larges, vous allez vous élever sur le plateau de Kirsch-lès-Sierck, pour redescendre ensuite dans la vallée de Manderen où vous ne manquerez pas d'admirer le paysage avec en toile de fond le château de Malbrouck. Passé ce chef-d'œuvre architectural et le village de Manderen, vous vous enfoncerez dans le vallon du diable d'où jaillit la source du Husprung. Retour ensuite par le plateau agricole avant un passage à proximité de la réserve naturelle de Montenach.

La variété
des paysages
traverse

Maison de
la Nature de
Montenach

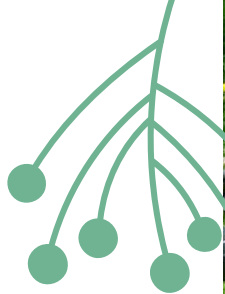
MOSL
Maison de l'Orientation
Sportive et de l'Orientation
de la Région de Lorraine

Auberge
de la Klaus
à Montenach

Le K à
Montenach

Auberge
Saint-Vincent
à Sierck-lès-
Bains





CIRCUIT VTT — DE MALBROUCK

COMMUNE Manderen

DISTANCE 14 km

DÉPART
Château
de Malbrouck → D1

DURÉE 1h30

DÉNIVELÉE ↗ 435 m

BALISAGE
N°3 rouge

DIFFICULTÉ
● ● ● difficile

MOSSL
Manderen
Le château
de Malbrouck
à Manderen

Le vallon
pittoresque
du Husprung



Le ravin
du diable



Auberge de
la Klaus à
Montenach

Le K à
Montenach

Auberge
St-Vincent
à Sierck-les-
Bains

Le Clos de la
Ravine
à Apach

Au départ du château de Malbrouck ou de la chapelle de la Paix, ce circuit vous propose les plus belles perspectives sur le château. Tantôt en fond de vallée, tantôt sur les hauteurs vous apprécierez les chemins plutôt confortables de ce très beau circuit. Les curiosités à découvrir sont nombreuses : résurgence du Husprung, la chapelle de la Paix, les pelouses du Hammelsberg et, bien sûr, le château de Malbrouck.



VÉLOROUTE 50

LA VOIE BLEUE

COMMUNE Apach

DISTANCE 80 km

DÉPART
Thionville → C2

DURÉE 6h

DÉNIVELLÉE ↗ 25 m

BALISAGE 

DIFFICULTÉ
●●● moyen

Retrouvez les
partenaires
Accueil vélo sur
accueilvelo.mosl.fr

Cafés et restaurants
Qualité Moselle
à retrouver sur
destinationmoselle.fr

Entre Apach et Novéant-sur-Moselle, sur une longueur de 80 km, La Voie Bleue permet de parcourir la vallée de la Moselle en toute sécurité. Aux coteaux de vignobles du Pays de Sierck succède le secteur plus urbanisé au Sud de Thionville jusqu'à Metz. Des paysages quelque peu insolites sont traversés : port d'illange, passage à proximité du haut-fourneau U4 à Uckange, étangs de Saint-Rémy vers La Maxe, avec comme fil conducteur : la Moselle. L'échappée peut se poursuivre jusqu'à Lyon aux confluences de la Saône et du Rhône.

La diversité
des paysages

La qualité
des amé-
nagements
cyclables



RÉSEAU — DES RIVES DE MOSELLE

COMMUNE

Maizières-lès-Metz

DISTANCE

62 km

DÉPART

Maizières-lès-Metz

→ C3

DURÉE

4h max

DÉNIVELÉE ↗

variable

BALISAGE



DIFFICULTÉ

● ● ●

facile

Norroy-le-
Veneur et
son patrimoine

MOSSL
MAIZIÈRES-LÈS-METZ

Quai des
Saveurs à
Hagondange

L'Aromate à
Semécourt

Café Fauve
à Norroy

Martin
Pêcheur à
Ay-sur-Moselle

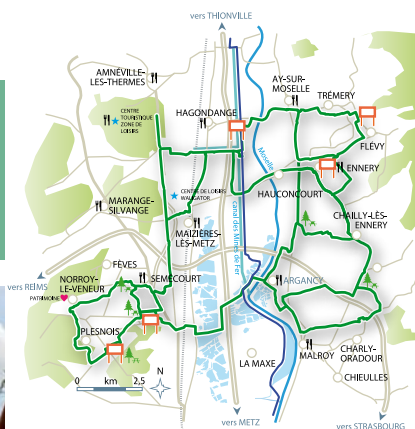
Aux 3
Capitaines
à Malroy

MOSSL
MAIZIÈRES-LÈS-METZ

Walgator
à Maizières-
lès-Metz



Situé au nord de l'agglomération messine, le réseau cyclable, en grande partie sur piste cyclable, est idéal pour parcourir des kilomètres en famille, sans se soucier de la circulation automobile. Les boucles qui se combinent facilement vous mèneront des coteaux au cours de la Moselle, ou encore vous éloigneront des zones urbaines à l'assaut de la campagne environnante.





VOIE VERTE DU PAYS DE PANGE

COMMUNE

Courcelles-sur-Nied

DISTANCE

12 km

3 DÉPARTS

→ Pange
→ Courcelles-sur-Nied → D4
→ Landonvillers → D3

DURÉE

2h

DÉNIVELLÉE ↗

4 m

BALISAGE



DIFFICULTÉ

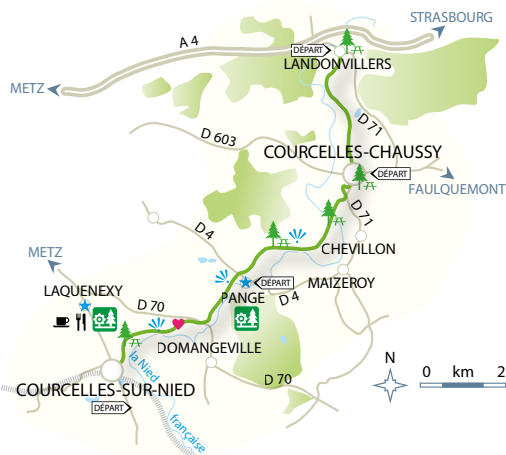


facile

Une nature redécouverte grâce à cet aménagement



Entièrement plate, la voie verte du Pays de Pange est un aménagement sécurisé, accessible à pied, à vélo ou en poussette. Elle serpente à travers la vallée en suivant le cours tortueux de la Nied française, l'occasion de prendre le temps de découvrir la flore et la faune de cette jolie rivière et de faire une pause visite aux Jardins Fruitiers de Laquenexy. Il est possible de prolonger son parcours par de petites routes sur le circuit des Jardins.



MOSL



Jardins
Fruitiers de
Laquenexy

MOSL



L'Auberge
du Gros à
Silly-sur-Nied

Restaurant
des Jardins
Fruitiers de
Laquenexy



CIRCUIT — DES DEUX NIEDS

COMMUNE

Courcelles-Chaussy

DISTANCE

23 km

DÉPART

Courcelles-Chaussy
→ D3

DURÉE

2h

DÉNIVELLÉE ↗

210 m

BALISAGE

« Circuit des
Deux Nied »



DIFFICULTÉ

● ● ●

moyen

Encadré par les deux Nieds, allemande et française, ce circuit vallonné vous promènera à travers champs et bosquets, sur de petites routes tranquilles. Vous pourrez apercevoir quelques bâtiments remarquables, comme le château d'Urville à Courcelles-Chaussy, le château de Landonvillers, d'aspect médiéval et directement sorti d'un conte de fées, ou encore celui de Lue à Hayes datant du XVII^e siècle. Le plaisir est au rendez-vous sur ce circuit qui offre à la visite quelques trésors et musées qui raviront les plus curieux.





CIRCUIT VTT EN SUD MESSIN

COMMUNE

Pournoy-la-Grasse

DISTANCE

26 km

DÉPARTS

→ Pournoy-la-Grasse
→ Peltre

→ C4

DURÉE

2h

DÉNIVELLÉE ↗

175 m

BALISAGE

N°1 bleu



DIFFICULTÉ

● ● ●

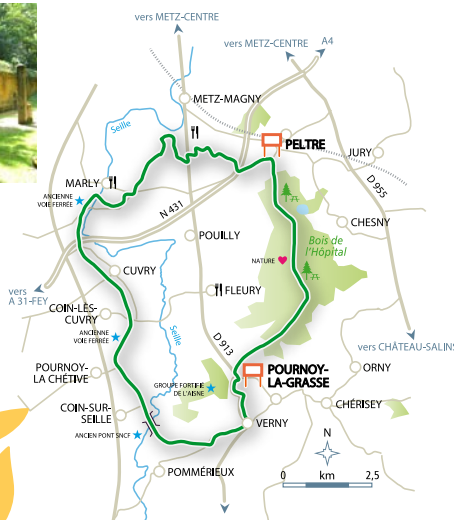
facile

Cet itinéraire de randonnée VTT/VTC est idéal pour une découverte en famille du Sud messin, entre Seille et bois de l'Hôpital. Réalisé en majeure partie en site propre vous roulez tranquillement à travers bois et prairies sur d'anciennes voies de chemin de fer ou des chemins jadis militaires, désormais aménagés pour les pratiques de loisirs.

La nature
du bois de
l'Hôpital



L'église
Saint-Martin
de Sillegny
(Sixtine
de la Seille)



Le Comptoir
à Marly
Le Clos des
Chefs à Marly
Auberge
Fleurie
à Fleury

CIRCUIT ENTRE NIED & WARNDT



COMMUNE Tromborn

DISTANCE 18 km

DÉPART
Tromborn → E2

DURÉE 1h30

DÉNIVELLÉE ↗ 406 m

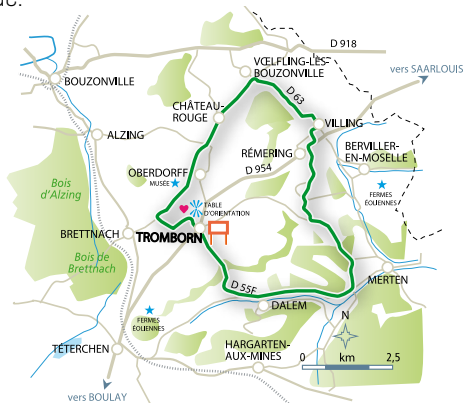
BALISAGE
«Circuit entre
Nied et Warndt» 

DIFFICULTÉ
● ● ● difficile

Cet itinéraire propose une variété de paysages et de visites. Vous prendrez de la hauteur à Tromborn, l'un des principaux points culminants du Pays de Nied. Le panorama y est saisissant et le point de vue s'étend jusqu'aux côtes de Moselle et au Pays des Trois Frontières. Une table d'orientation vous aidera à localiser les principaux lieux. Le passage de l'itinéraire à Oberdorff, vous obligera à poser votre monture le temps d'une visite du Musée de la maison lorraine. Cette ancienne ferme du XVII^e siècle, restaurée et transformée en musée d'Arts et Traditions populaires présente de magnifiques collections d'objets anciens. L'itinéraire se poursuit tranquillement par les localités de Villing, Rémering et Dalem où de nombreux points de vue sur la plaine du Warndt agrémentent la balade.

Maison
lorraine
Musée des
collections
Arts et
Traditions
à Oberdorff

La vue
panoramique
à Tromborn



CIRCUIT — DE LA MUTCHE



COMMUNE Morhange

DISTANCE 28 km

DÉPART
Étang
de la Mutche → E4

DURÉE 2h

DÉNIVELÉE ↗ 264 m

BALISAGE
«Circuit de la
Mutche»



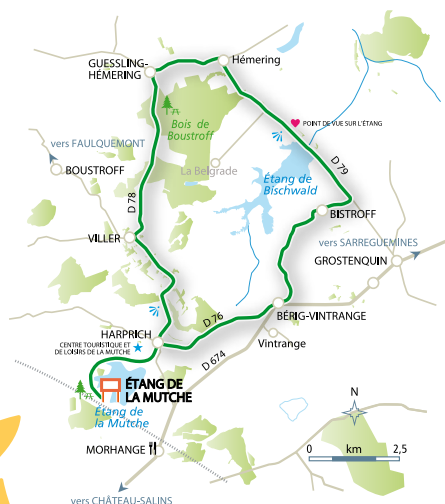
DIFFICULTÉ
● ● ● moyen



Ce circuit vous conduit sur des routes tranquilles à la découverte de la nature du centre de la Moselle reconnue au plan européen pour la diversité de sa flore et de sa faune. Les vastes étendues d'eau alternent avec des paysages agricoles ouverts exploités par des corps de fermes isolés. Si la première partie du parcours est plutôt vallonnée et boisée, la deuxième se situe en plaine au milieu des étangs.

Le point
de vue sur
l'étang de
Bischwald

Centre
touristique
et de loisirs
de la Mutche





ENTRE CHARBON, ACIER ET PAYS DES LACS

COMMUNE

Petite-Rosselle

DISTANCE

60 km

DÉPART

Musée Les mineurs
Wendel → F3

DURÉE

variable

DÉNIVELLÉE ↗ 1139 m

BALISAGE



DIFFICULTÉ



difficile

Ce réseau de voies cyclables vous invite à découvrir le passé minier de Forbach et de Petite-Rosselle. Prolongez votre balade vers le secteur de la ligne Maginot aquatique ou encore gagnez Sarreguemines par une ancienne voie romaine. N'hésitez pas à faire une pause au Parc Explor Wendel, incontournable pour comprendre la vie passée du bassin minier lorrain.

La nature
sauvage
du secteur
des étangs



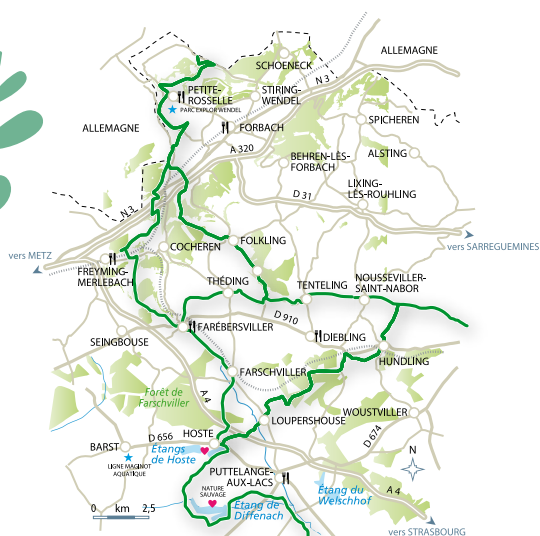
Parc Explor
Wendel, à
Petite-Rosselle



Auberge Albert
Marie
à Rosbruck

L'Atelier 1904 à
Petite-Rosselle

La Table
Alsacienne à
Faréversviller





CIRCUIT VTT — DE ST-AVOLD PORCELETTE- CREUTZWALD

COMMUNE

St-Avold Porcellette-
Creutzwald

DISTANCE

29 km

DÉPART

Camping du
Felsberg
Saint-Avold

→ E3

DURÉE

2h30

DÉNIVELÉE ↗

245 m

BALISAGE

4



DIFFICULTÉ

● ● ●

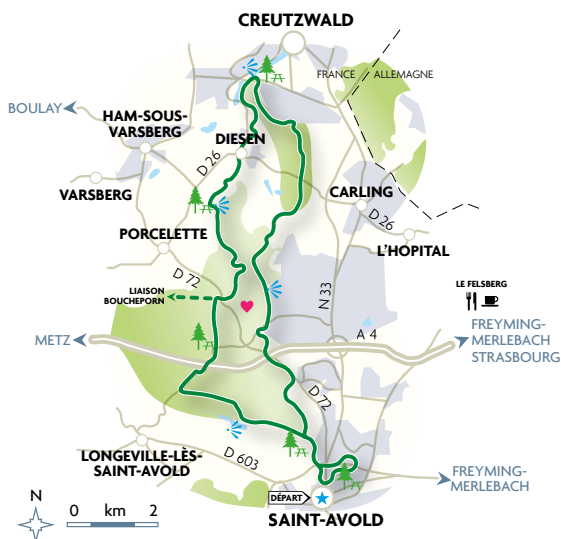
facile



Recommandée pour une initiation ou une balade tranquille en famille, cette randonnée vous étonnera par la diversité des paysages traversés : grandes futaies, étangs, prairies. Le tout sur des chemins sablonneux accessibles toute l'année.

Les belles
allées
forestières
roulantes

L'église
abbatiale
Saint-Nabor
à Saint-Avold
et ses vitraux
d'Arthur
Schouler





CIRCUIT VTT — DU STEINBERG

COMMUNE Saint-Avold

DISTANCE 27 km

DÉPART
Base d'activité
du Felsberg → F3

DURÉE 2h30

DÉNIVELÉE ↗ 450 m

BALISAGE
N°5 rouge

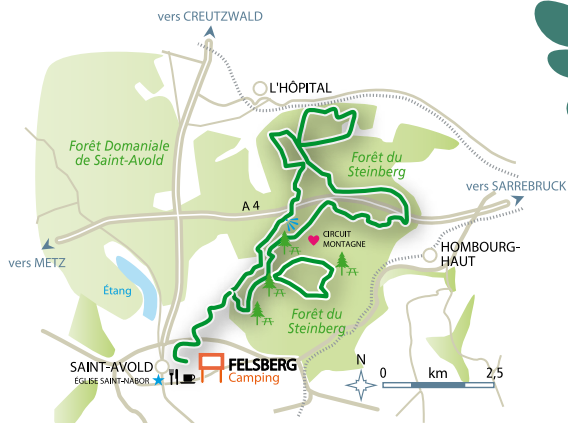
DIFFICULTÉ
● ● ● difficile

Ce circuit au départ de la base d'activité VTT du Felsberg est situé entièrement dans le massif forestier du Steinberg qui sépare Saint-Avold de Freyming-Merlebach et Hombourg-Haut. Même si relativement court, il est réservé à un public sportif tant la succession de montées et de descentes techniques est soutenue.

Un vrai
circuit « de
montagne »



L'église
abbatiale
Saint-Nabor
à Saint-Avold
et ses vitraux
d'Arthur
Schouler





ITINÉRAIRE — DES LACS



COMMUNE Sarralbe

DISTANCE 30 km

DÉPART
Sarralbe → G4

DURÉE 2h30

DÉNIVELLÉE ↗ 550 m

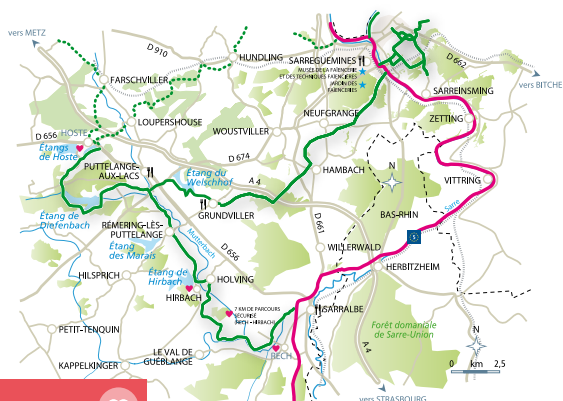
BALISAGE

DIFFICULTÉ
●●● difficile

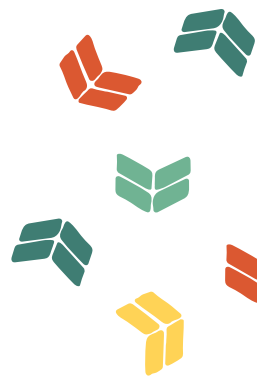
Fortification
de campagne
mise en scène
à Barst

Créé de 1935 à 1940, le secteur défensif de la Sarre, appelé plus couramment ligne Maginot aquatique, utilise des cours d'eau et des rivières naturelles en zone inondable. Cette trouée de la Sarre fut conçue pour combler le vide entre deux régions fortifiées : celle de Metz et celle de la Lauter. Au départ de Sarralbe, célèbre pour son église Saint-Martin surnommée la cathédrale de la Sarre, dont les 2 flèches gothiques culminent à 70 mètres du sol, l'itinéraire se poursuit par les étangs jusqu'à Puttelange-aux-Lacs. Le retour s'effectue par Sarreguemines et le canal de la Sarre.

MOUSL
MUSÉE LOCAL
La Table
Alsacienne à
Farébersviller
Auberge
Saint-Walfrid à
Sarreguemines
Le villageois
à Grundviller



7 km de
parcours
sécurisé
entre Rech
et Hirschbach



SARREGUEMINES — ET LA VALLÉE DE LA BLIES

COMMUNE

Sarreguemines

DISTANCE

39 km

DÉPART

Sarreguemines → G3

DURÉE

3h

DÉNIVELLÉE

450 m

BALISAGE



DIFFICULTÉ



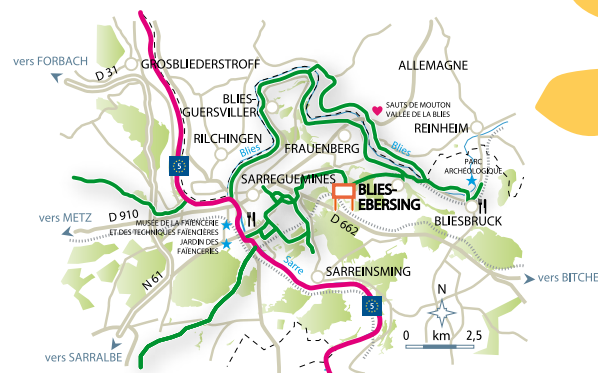
facile



Parc
Archéologique
Européen de
Bliesbruck-
Reinheim

Musée de la
Faïence, des
Techniques
Faïencières
à Sarreguemines

Sarreguemines et ses environs... le paradis du cyclotourisme. Les nombreux aménagements cyclables proposés raviront les adeptes de la petite reine : le long du canal de la Sarre, dans la riante vallée de la Blies, près du site archéologique de Bliesbruck-Reinheim ou du côté de chez nos voisins allemands, vous apprécierez la qualité des cheminements et les nombreuses découvertes qui vous surprendront.



Les sauts
de mouton
de la frontière
dans la vallée
de la Blies

Auberge
Saint-Walfrid
à Sarreguemines

Dimofski à
Woelfling-lès-
Sarreguemines





SARREGUEMINES - SARRALBE

PAR LE CANAL

COMMUNE

Sarreguemines-
Sarralbe

DISTANCE 48 km

DÉPART

Centre-ville
Sarreguemines → G3

DURÉE 3h

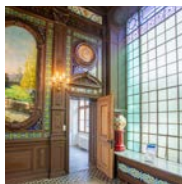
DÉNIVELÉE 200 m

BALISAGE

DIFFICULTÉ

● ● ● **moyen**

Une balade inédite vous attend. Ce tronçon de la véloroute du canal de la Sarre, entièrement enrobé et sécurisé, est idéal pour pédaler tranquillement en famille. Vous traverserez les villages de Remelfing, Zetting et Wittring accrochés à leurs berges. Vous profiterez de la nature au gré du passage des bateaux de plaisance et pourrez tout connaître de l'histoire du canal grâce aux panneaux explicatifs posés le long du parcours. Enfin, pour couronner cette balade, vous passerez sur le pont canal de l'Albe, ouvrage qui permet de faire passer les bateaux au-dessus de la rivière Albe, un spectacle étonnant.





VOIE VERTE PAYS DE BITCHE

COMMUNE

Walschbronn

DISTANCE

32 km

2 DÉPARTS

→ Bitche,
Lemberg → I4
→ Walschbronn → I3

DURÉE

2h

DÉNIVELLÉE

563 m

BALISAGE

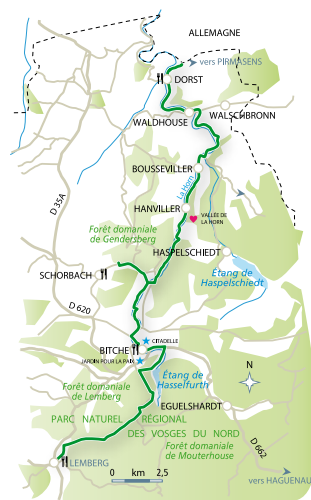
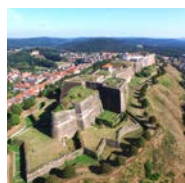
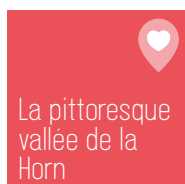


DIFFICULTÉ



moyen

Du nord au sud, découvrez le Pays de Bitche à vélo. La voie verte, aménagée à partir de Pirmasens en Allemagne, entre en France à Walschbronn et emprunte la pittoresque vallée de la Horn ceinturée de forêts et où se succèdent de charmants petits villages. À Bitche, l'imposante citadelle mérite une visite. La balade se poursuit ensuite vers le sud à travers les profondes forêts du Parc Naturel Régional des Vosges du Nord, jusqu'à Saint-Louis-lès-Bitche.





EUROVELO5 CANAL DE LA SARRE

DISTANCE 75 km

2 DÉPARTS

→ Grosblierstroff

→ G3

→ Gondrexange

→ G6

DURÉE 5h

DÉNIVELÉE 80 m

BALISAGE

DIFFICULTÉ

● ● ● **moyen**

Retrouvez les
partenaires
Accueil vélo sur
accueilvelo.mosl.fr

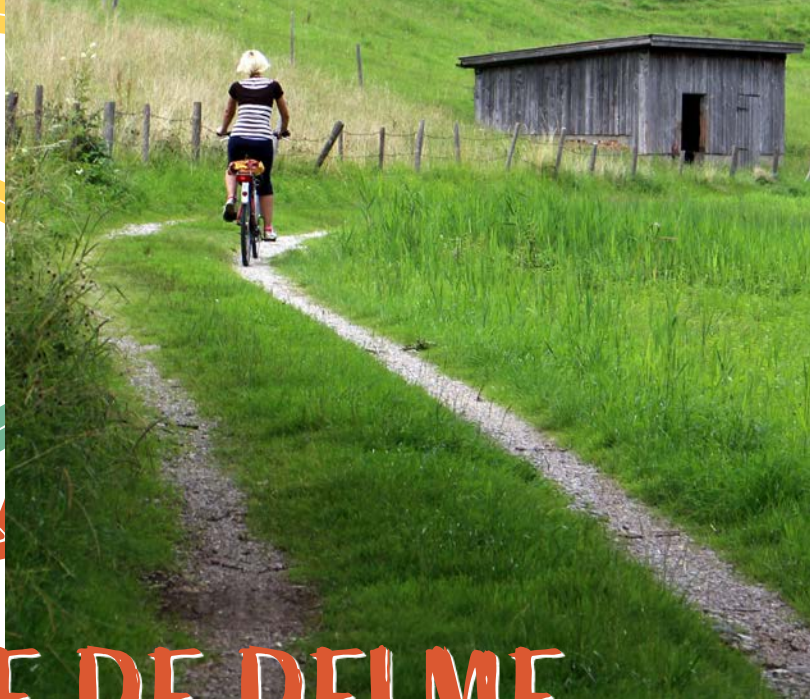
Cafés et restaurants
Qualité Moselle
à retrouver sur
destinationmoselle.fr

Sur une longueur de 75 km entre Grosblierstroff et Gondrexange, cet itinéraire 100 % nature vous mène de Sarreguemines, cité de la faïence à la vallée de la Sarre, en passant par le secteur boisé des Grands étangs du Pays de Sarrebourg (Mittersheim, Stock, Gondrexange). La véloroute du canal de la Sarre s'inscrit dans l'itinéraire européen EuroVelo 5 qui rejoint Londres à Brindisi au Sud de l'Italie.

Étangs du
Pays de
Sarrebourg et
Sarreguemines

Tracé
entièrement
sécurisé en
pleine nature





CÔTE DE DELME

COMMUNE Delme

DISTANCE 37,5 km

DÉPART
Delme → D5

DURÉE 2h

DÉNIVELÉE ↗ 459 m

BALISAGE
«Circuit de
la côte de Delme»

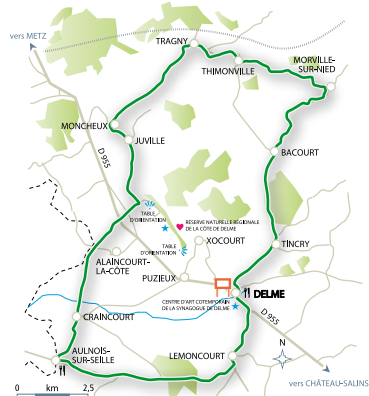
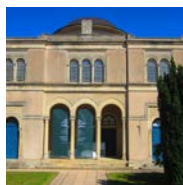
DIFFICULTÉ
● ● ● difficile

MO SL
MUSEE D'ART CONTEMPORAIN
À la 12
à Delme

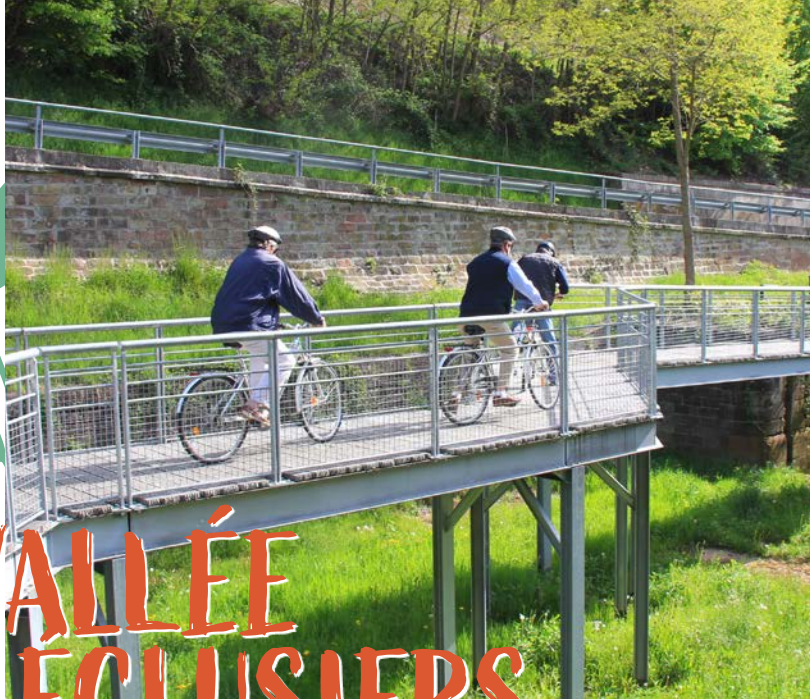
Cet itinéraire est une vraie leçon de géographie et de botanique. Le relief de côte typique de la région prend ici toute sa signification. Les points de vue sur les côtes de Moselle toutes proches vous accompagneront tout au long de la balade, tandis que la côte de Delme, butte témoin massive, vous étonnera par la richesse de ses pelouses à orchidées. Un sentier d'interprétation et des tables d'orientation vous aideront à comprendre ses paysages et à apprécier la flore rare et fragile que l'on y trouve. Les charmants villages typiques du Pays du Saulnois et les petites routes tranquilles, que vous emprunterez, vous feront apprécier cette région attachante loin de l'agitation des grandes villes.

La réserve
naturelle
régionale
de la côte
de Delme

Centre d'art
contemporain
à l'ancienne
synagogue
de Delme







LA VALLÉE DES ÉCLUSIERS

COMMUNE Niderviller

DISTANCE 16 km

DÉPART
Auberge Altenburger
à Niderviller → H6

DURÉE 1h

DÉNIVELÉE ↗ 176 m

BALISAGE

DIFFICULTÉ
● ● ● facile

La voie verte de la vallée des Éclusiers parcourt l'ancienne échelle de 17 écluses, qui permettait au canal de la Marne-au-Rhin de passer les Vosges, avant que le plan incliné, mis en service en 1969, ne vienne la remplacer. Sur une grande partie du parcours, les falaises de grès vosgien affleurent tandis que les maisons éclusières fleuries donnent au paysage un côté insolite. À découvrir absolument !



Les maisons éclusières, cheminement piétonnier au cœur du canal

MOSL
Le plan incliné de Saint-Louis-Arzviller



Auberge Altenburger à Guntzviller
Papar Hasard à Arzviller



CIRCUIT — DES ÉTANGS

COMMUNE Rhodes

DISTANCES
31 & 68 km

DÉPART
Rhodes → F6

DURÉE 2h & 4h

DÉNIVELLÉE ↗
441 m & 531 m

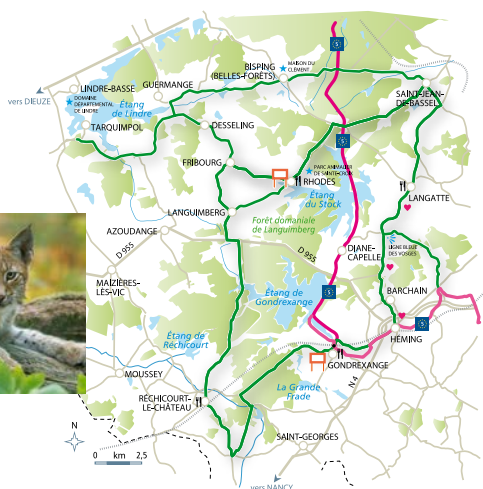
BALISAGE

DIFFICULTÉ
● ● ● moyen

MO SL
MOUSSEY
Parc animalier
de Ste-Croix
à Rhodes

Le pays des Étangs est le paradis du cyclotourisme tant les paysages sont attachants, reposants et les routes vraiment sympathiques à parcourir à vélo. Au départ du petit village de Rhodes, au bord de l'étang du Stock, vous suivrez les douces ondulations du paysage qui vous mèneront, à travers la campagne et la nature très préservées de ce coin de Moselle, dans le Parc Naturel Régional de Lorraine, réserve de Biosphère. Deux possibilités s'offrent à vous : une version courte de 31 km et une version longue de 68 km jusqu'à Réchicourt-le-Château.

Les routes tranquilles
avec vue sur
la ligne bleue
des Vosges



MO SL
MOUSSEY
Chez Michèle
à Languimberg
À la Croix de
Lorraine à
Loudrefing
Les Pâquis
à Rhodes



CIRCUIT — DU DONON



COMMUNE

Abreschviller

DISTANCE

50 km

DÉPART

Abreschviller → H7

DURÉE

3h

DÉNIVELÉE ↗

900 m

BALISAGE

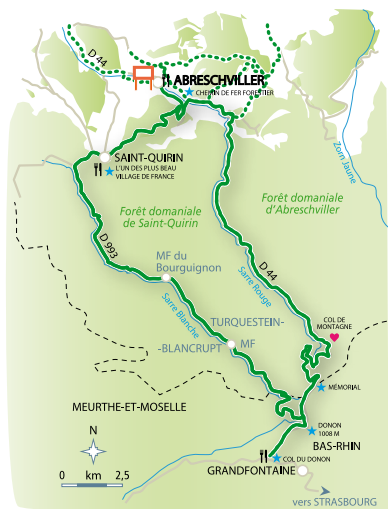
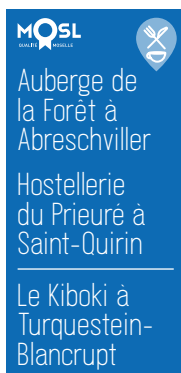
«Circuit
du Donon»



DIFFICULTÉ

●●● difficile

Un véritable défi sportif que la montée au col du Donon ! Plusieurs fois déjà, dans l'histoire du Tour de France cycliste, ce col a été franchi par le peloton. Il a la particularité de proposer une dénivellée positive de près de 900 m ! Autant dire que l'objectif est de se hisser au sommet pour en redescendre la tête pleine d'images de panoramas fabuleux.





CIRCUIT — DES DEUX VALLÉES

COMMUNE

Abreschviller

DISTANCE

32 km

DÉPART

Abreschviller → H7

DURÉE

2h

DÉNIVELLÉE ↗

475 m

BALISAGE

«Circuit des deux vallées»



DIFFICULTÉ

● ● ● difficile

Ce circuit est un condensé de paysages et de types de pratique. De la vallée de la Sarre par des pistes cyclables accessibles en famille, le circuit se poursuit vers les Vosges mosellanes par de petites routes sinueuses réservées à un public entraîné. Une version plus accessible par Voyer permet d'éviter le col de Saint-Léon.

Chemin de fer forestier d'Abreschviller

La grotte St-Léon



Restaurant M à Niderviller

Auberge de la Forêt à Abreschviller

Hostellerie du Prieuré à Saint-Quirin



Pistes cyclables sécurisées



CIRCUIT VTT — DE LA ZORN

COMMUNE Dabo

DISTANCE 20,5 km

DÉPART
Place de l'église
à Dabo → H6

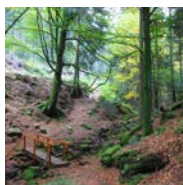
DURÉE 2h

DÉNIVELLÉE ↗ 450 m

BALISAGE
6D 

DIFFICULTÉ
● ● ● difficile


Le point
de vue du
Sickertkopf




Le Rocher
de Dabo

Situé sur les hauteurs de Dabo, ce circuit offre des panoramas époustouffants sur le rocher de Dabo et le plateau lorrain notamment à partir du rocher du Sickert, magnifique piton de grès rose qui culmine à 508 m d'altitude. L'itinéraire longe la Zorn, rivière vosgienne qui coule dans une vallée pittoresque et sauvage.




Auberge Katz
à Dabo





CIRCUIT VTT — DU CHAT NOIR

COMMUNE Dabo

DISTANCE 10,5 km

DÉPART
Place de l'église
à Dabo → H6

DURÉE 1h30

DÉNIVELÉE ↗ 265 m

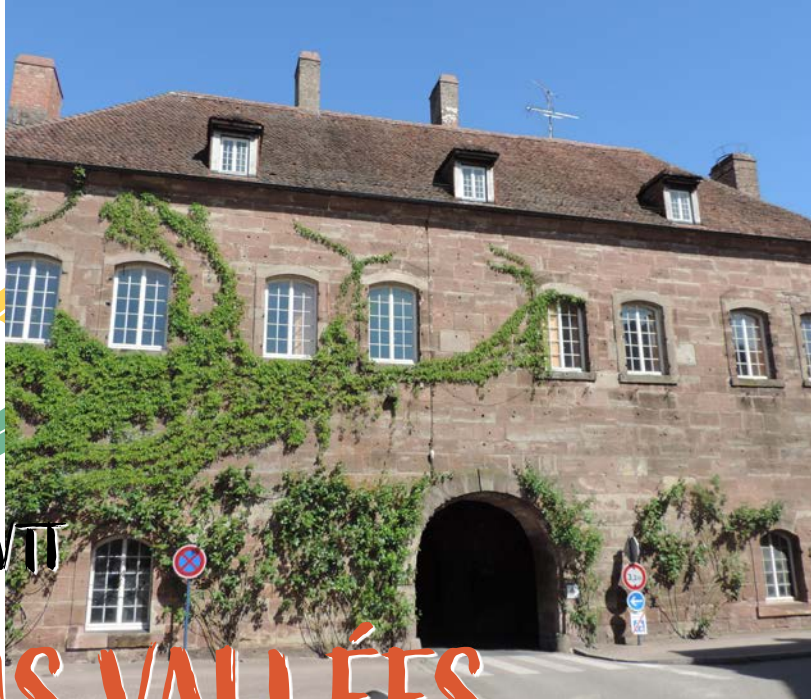
BALISAGE
2D

DIFFICULTÉ
● ● ● moyen

Au départ de la place centrale de Dabo, le circuit pénètre dans les profondes futaies de la forêt domaniale. À partir de la maison forestière Jaegerhof, une montée de 3,5 km vous attend jusqu'à la Croix du Loup d'où vous profiterez d'un magnifique point de vue sur le rocher de Dabo par son côté le moins connu.



CIRCUIT VTT — DES TROIS VALLÉES



COMMUNE Phalsbourg

DISTANCE 14 km

DÉPART
Centre européen
Phalsbourg → H6

DURÉE 1h30

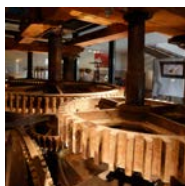
DÉNIVELLÉE ↗ 205 m

BALISAGE
1P

DIFFICULTÉ
● ● ● moyen

Sentier
botanique

Vallée du
Stutzbach



MOSL
MUSEE
OSL
Le Hameau
des Sens à
Trois-Maisons
/ Phalsbourg

Musée de
Phalsbourg

Ce circuit sans difficulté serpente comme son nom l'indique à travers trois vallées encaissées des Vosges mosellanes : la vallée du Brunnenthal, la vallée de la Zorn au fond de laquelle coule le canal de la Marne-au-Rhin et la vallée sauvage du Stutzbach connue pour ses affleurements de grès rose.



MOSL
MUSEE
OSL
Notre Dame
de Bonne
Fontaine à
Danne-et-
Quatre-Vents
Les Vosges
à Lutzelbourg



CIRCUIT VTT — DE LA

VALLÉE DE LA SARRE



COMMUNE

Sarrebourg

DISTANCE

17,5 km

DÉPART

Base de loisirs
de Sarrebourg → G6

DURÉE

2h30

DÉNIVELLÉE ↗

150 m

BALISAGE

2S



DIFFICULTÉ

● ● ●

moyen



Après une visite de Sarrebourg par les bords de la Sarre, le circuit se poursuit dans la campagne par d'agréables chemins ruraux. Dans un écrin de verdure, vous apercevrez les vestiges de la villa gallo-romaine Saint-Ulrich, l'ancien couvent devenu Centre International des Chemins du Baroque, avant de rejoindre tranquillement Sarrebourg en passant à proximité de son golf.



CIRCUIT VTT — DU CIMETIÈRE GALLO-ROMAIN

COMMUNE Walscheid

DISTANCE 13 km

DÉPART
Plan d'eau de
Walscheid → H6

DURÉE 2h

DÉNIVELÉE ↗ 300 m

BALISAGE
3W

DIFFICULTÉ
●●● difficile

Moyenne
montagne

Le rocher du
Hohwalsch



Café de la
Grotte à
Walscheid

La grotte de
Walscheid

Retour en moyenne montagne avec ce circuit qui vous obligera à bien gérer votre effort dans les 4 premiers kilomètres jusqu'au rocher du Hohwalsch. Puis une longue descente vous conduira jusqu'à Walscheid. N'oubliez pas de vous arrêter pour admirer les points de vue et le patrimoine militaire et religieux remarquables.



CIRCUIT VTT D'ABRESCHVILLER- SAINT-LÉON

COMMUNE
Abreschviller-
Saint-Léon

DISTANCE 11,5 km

DÉPART
Centre
d'Abreschviller → H7

DURÉE 1h30

DÉNIVELÉE ↗ 293 m

BALISAGE
N°2 bleu

DIFFICULTÉ
● ● ● moyen

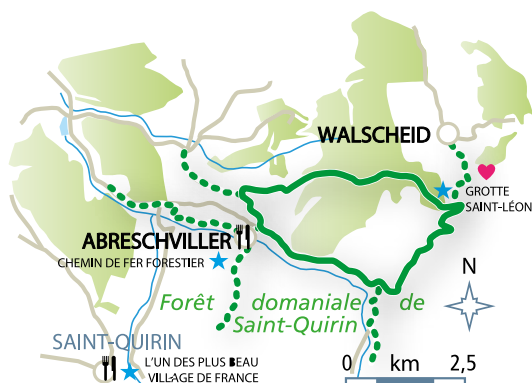
MOUSL
MUSEE
OISEAUX
SAINT-LEON
Auberge de
la Forêt à
Abreschviller

La grotte
Saint-Léon

MOUSL
MUSEE
OISEAUX
SAINT-LEON
Chemin de
fer forestier
d'Abreschviller



À partir du centre d'Abreschviller, prenez la petite route qui monte à Voyer avant de tourner en direction du hameau de la Valette où le circuit entre en forêt pour en ressortir au col de Saint-Léon. À cet endroit, se trouve la plus grande cavité naturelle des Vosges et le panorama y est saisissant. Le chemin se poursuit toujours par d'agréables sentiers forestiers parsemés de rochers dont l'un des plus imposants, le rocher du diable offre un point de vue remarquable sur Abreschviller et la forêt vosgienne.



Pour vos étapes : ayez le réflexe **ACCUEIL VÉLO**

Une marque au service du voyageur à vélo



**4 raisons de suivre
la marque de référence
pour vos itinéraires**



1

À moins de 5 km
d'un itinéraire vélo
référéncé

2

Abri vélo sécurisé
pour la nuit

3

Accueil adapté :
infos pratiques et
flexibilité des horaires
d'accueil

4

Services dédiés :
table d'hôtes,
petit-déjeuner copieux,
lavage de votre tenue,
outillage...



www.francevelotourisme.com



Retrouvez les partenaires Accueil vélo sur accueilvelo.mosl.fr

ALLEMAGNE





2-4 RUE DU PONT MOREAU F-57 000 METZ
+33(0)3 87 37 57 80

EDITION RÉALISÉE AVEC LE SOUTIEN FINANCIER DU DÉPARTEMENT DE LA MOSELLE



destinationmoselle.fr



10-31-3435 / Certifié PEFC / Cet imprimé est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. / pefc-france.org