Votre guide vélo



Faites du vélo
votre transport du quotidien.

Équipements, règles, sécurité… on vous dit tout !

Granville Terre&Mer
Communauté de Communes

Sommaire

3 Les bonnes raisons de faire du vélo

4 Choisir votre vélo et ses équipements

5 Louer et acheter votre vélo

6 Entretenir votre vélo

7 Sécuriser et assurer votre vélo

Équipements obligatoires ou recommandés 9

8 Les règles pour bien circuler à vélo

10 Traverser un carrefour giratoire en sécurité

Partager l'espace public à vélo et avec un EDPM 11

Penser intermodalité 12

Le vélo : le meilleur rapport qualité-prix et vie pour vos déplacements de moins de 7 km 13

Granville Terre & Mer à vélo
Temps de trajet et carte minutes 14

Aménagements cyclables et panneaux à connaître 16

Le vélo pour tous : un outil d'inclusivité
Randonnées à vélo sur le territoire 18

Voyager à vélo
Les associations locales 19

Néva, les mobilités de Granville Terre & Mer 20

Granville Terre&Mer
Communauté de Communes

Conception : Communauté de communes Granville Terre & Mer
Crédits photo : GTM ; B. Croisy ; MC Vergne OTGTM ; La Ville à vélo
Mise en page : Agitées - Juin 2025

Les bonnes raisons...

... de faire du vélo en tant qu'*usager*

- Aide à se maintenir en forme
- Réduit le risque de maladie chronique
- Améliore les systèmes cardiovasculaire et immunitaire
- Facilite et rend plus rapide la circulation en ville
- Permet de faire des économies
- Participe à une démarche éco-responsable
- Contribue au bien-être mental

... de promouvoir le vélo au sein d'une *entreprise*

- Améliore le bien-être au travail
- Donne une meilleure image de l'entreprise
- Diminue l'absentéisme
- Réduit le stationnement
- Favorise la ponctualité
- Augmente la productivité

30 MINUTES
PAR JOUR

À raison de 30 min. par jour, la pratique du vélo peut engendrer des bienfaits pour la santé. Selon une étude de l'OMS (2005-2008), une pratique de 3 h de vélo par semaine réduit le risque de mortalité de 30 %.

Choisir *votre vélo et ses équipements*

Vous souhaitez acheter un vélo : lequel choisir ?

VTT
Tout terrain, avec des roues larges et crantées pour parcourir les chemins

GRAVEL
*Sportif, polyvalent et confortable sur routes et chemins, avec parfois un équipement complet**

VÉLO DE COURSE
Rapide et léger, pour un usage sportif

VÉLO DE VILLE
*Polyvalent, pour l'environnement urbain, avec un équipement complet**



VTC / VÉLO DE TREKKING
*Polyvalent, pour des trajets du quotidien et des randonnées, avec un équipement souvent très complet**

VÉLO PLIANT
*Polyvalent, pour trajets urbains ou péri-urbains, se plie facilement pour être emporté en train, bus ou covoiturage. Monté le plus souvent avec un équipement complet**

VÉLO CARGO / LONGTAIL
*Idéal pour les familles car il permet d'emporter des enfants et des charges lourdes. Monté le plus souvent avec un équipement complet**

** Garde-boue, porte-bagage et éclairage*

L'ÉQUIPEMENT DU CYCLISTE PAR TOUT TEMPS

Pour réaliser vos trajets à vélo sans être pris au dépourvu et pour que cela reste toujours un plaisir, il suffit de compléter votre tenue de vêtements adaptés à une activité de plein air :

- **coupe-vent imperméable et respirant :** veste polyvalente qui protège du froid et permet de rester au sec
- **cape de pluie :** s'enfile très rapidement et protège votre buste et vos jambes
- **sur-chaussures** pour garder vos pieds au sec
- **pantalon imperméable et respirant :** il vous protègera du froid et de la pluie
- **paire de gants** contre le froid et en cas de chute

Et pour avoir tout cela à portée de main sans vous encombrer au quotidien, faites l'acquisition d'une **sacoche de vélo étanche**, d'une capacité de 20 L minimum. Elle pourra aussi vous servir pour vos courses, vos activités sportives, etc.

« À vélo, il n'y a pas de mauvais temps, il n'y a que des mauvais équipements ! »

Louer *votre vélo*

Vous n'avez pas de vélo et vous souhaitez voir si son usage pourrait convenir à une partie de vos déplacements du quotidien ?

Si vous habitez sur le territoire de Granville Terre et Mer, un service intercommunal de location de vélos à assistance électrique (VAE) vous permet de tester ce mode de déplacement pour 3, 6 ou 12 mois, avant de passer à l'acte d'achat.

DOCUMENTS À FOURNIR
- pièce d'identité valide
- justificatifs de domicile de moins de 3 mois
- attestation de responsabilité civile

CONDITIONS D'ACCÈS
- avoir 18 révolus, ou au moins 16 ans en activité professionnelle ou d'apprentissage, ou mineur émancipé (contrat souscrit par les parents ou le tuteur légal)
- résider à l'année dans l'une des 32 communes de Granville Terre et Mer

TARIFS* DES ABONNEMENTS À LA LOCATION D'UN VAE STANDARDS

	3 mois	6 mois	12 mois
Tarif normal	100 €	200 €	360 €
Tarif réduit**	50 €	100 €	180 €

LA LOCATION D'UN VAE LONGTAIL

	3 mois
Tarif normal	160 €
Tarif réduit**	80 €

Faites votre pré-réservation en ligne sur **granville-terre-mer.fr**

**sous réserve de changements*

***pour les mineurs à partir de 16 ans ayant un travail ou un contrat d'apprentissage, les 18-26 ans et les personnes dont le quotient familial est inférieur à 650 €, sur présentation d'un justificatif.*

Aides financières
pour l'acquisition et la location d'un vélo

LES AIDES VERSÉES PAR L'EMPLOYEUR
Une prise en charge de 50% du forfait de location de vélo par l'Employeur et de 75% pour les agents de la fonction publique est possible.

Tous les abonnements vélos à ce service public pour vos déplacements domicile-travail sont éligibles à cette prise en charge.

Renseignez -vous auprès de votre employeur.

LES AIDES VERSÉES PAR LES COLLECTIVITÉS
Une prime à l'achat peut être versée par votre commune.

Pour connaître les conditions, rendez-vous sur **mesaidesvélo.fr**

LE FORFAIT MOBILITÉ DURABLES (FMD)
La détermination du montant, des modalités et des critères d'attribution se fait par accord d'entreprise.

Le FMD est accessible si vous réalisez votre trajet domicile/travail avec votre vélo personnel, mais aussi en covoiturage, en transport public, ou avec un engin de déplacement personnel, motorisé ou non.

Cumul possible avec la participation de l'employeur à l'abonnement à un service public de location de vélo.

Entretenir *votre vélo*

Il est important de faire un contrôle rapide de votre vélo, pour garantir à la fois sa sécurité et la longévité des pièces mécaniques.



CONTRÔLEZ LES FREINS

Pour les freins à patins, vérifiez que votre étrier de frein est centré par rapport à votre roue. Les rainures verticales sur les patins sont un indice d'usure. Pour les plaquettes, lorsqu'elles sont usées, elles font des bruits de grincement ou de frottement au moment du freinage. Vérifiez aussi l'état des câbles (oxydation, tension).

LE SYSTÈME D'ÉCLAIRAGE

L'éclairage est obligatoire sur un vélo. Vérifiez qu'il fonctionne correctement.

CONTRÔLEZ LA PRESSION DES PNEUS

Rouler avec des pneus sous-gonflés est dangereux, plus fatigant et les abîme. La pression de votre pneu est indiquée sur son flanc en BAR ou PSI.

CONTRÔLEZ LA CHAÎNE

Pour vérifier son usure, positionnez-la sur le plateau moyen et au pignon central pour qu'elle soit droite, puis tirez-la au niveau de l'axe du pédalier, à l'horizontale. Si vous faites apparaître plus de la moitié d'un pignon du plateau, la chaîne présente des signes d'usure. Pour sa longévité, nettoyez-la régulièrement avec un chiffon sec et appliquez une fine couche d'huile.

CONSEILS

Dans votre sacoche vélo, ayez un kit-crevaison, une petite pompe, quelques rustines, un tube de colle, trois démonte-pneus et une paire de gants fins.

Envie d'apprendre à réparer votre vélo ?
La Dépannette et Rejouets proposent des ateliers d'auto-réparation.

ladepannette50@mailo.com

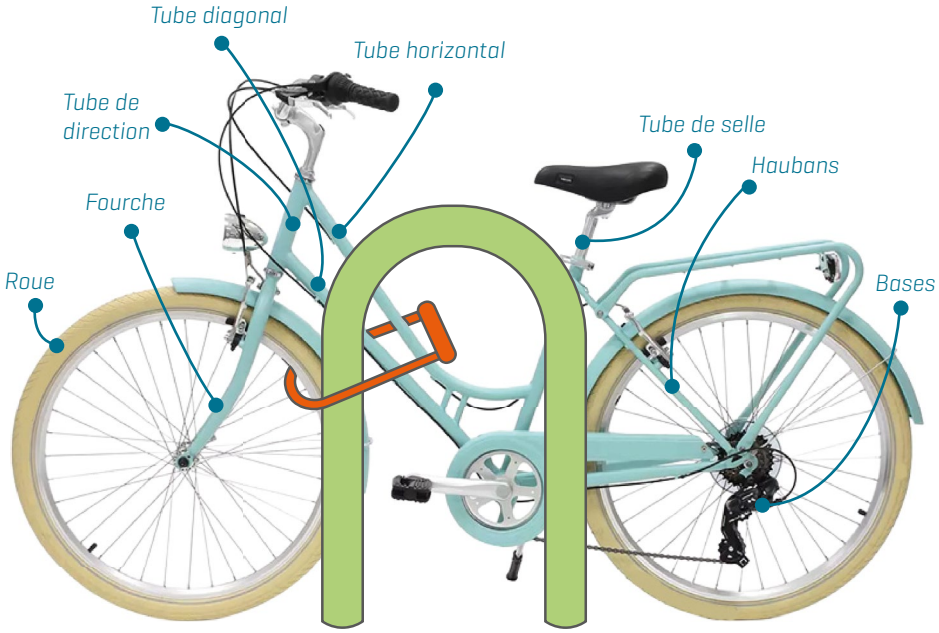
Plus d'infos sur
rejouets.com/la-depannette

Sécuriser *votre vélo*

La sécurisation de votre vélo dans l'espace public dépend d'au moins 3 conditions :

1 **IL DOIT ÊTRE ATTACHÉ À UN POINT FIXE ET SOLIDE,**
en prenant de préférence un arceau pour vélo, le cadre et une roue (3 points). Privilégiez un antivol en U ou pliant, dont la section est supérieure à 20 mm. Les câbles sont à proscrire car peu résistants au coupe-boulons.

2 **IL DOIT COMPORTER LE MARQUAGE BICYCODE,**
obligatoire lors de l'achat d'un vélo neuf depuis le 1er janvier 2021, et d'occasion vendu par un professionnel depuis le 1er juillet 2021. C'est un numéro gravé sur le cadre, unique pour chaque vélo, référencé dans un fichier, auquel la Police nationale a accès. En cas de vol, il permet la restitution du vélo à son propriétaire.



3 Si vous stationnez un VAE plus de 30 min. dans un lieu public, par précaution, **RETIREZ LA BATTERIE**.

L'ASSURANCE VÉLO

Un vélo musculaire et un VAE dont l'assistance ne dépasse pas 250 W ne sont pas soumis à l'obligation d'assurance. Mais elle est recommandée en cas de vol ou d'accident. Renseignez-vous auprès de votre assureur.

Les règles *pour bien circuler à vélo*

Circuler à vélo nécessite souvent de partager la voirie avec les véhicules motorisés, en dehors des aménagements cyclables sécurisés. Comme pour tout usager, le respect de quelques règles est indispensable.



SOYEZ ATTENTIF

- Vérifiez l'état de votre vélo : freins, pneus, éclairage.
- Il est interdit de téléphoner et d'avoir des écouteurs à vélo.
- Privilégiez la file indienne (obligatoire la nuit et lorsque la circulation l'exige). Ne circulez jamais à plus de 2 cyclistes côte-à-côte.
- Dans les virages, serrez au maximum à droite, les voitures ne voient les vélos qu'au dernier moment.
- En ville, évitez de slalomer entre les véhicules. En présence de bandes cyclables et bien que le code de la route l'autorise, il est fortement déconseillé de doubler par la droite.
- Gardez une distance de sécurité d'1 m minimum avec les autres véhicules.
- À l'approche d'un carrefour ou dans un giratoire, regardez le conducteur plutôt que sa voiture, pour être sûr d'avoir été vu.
- Faites attention aux portières, qui peuvent s'ouvrir brusquement.

SOYEZ VISIBLE

- L'éclairage est obligatoire sur un vélo : feux de position avant et arrière, catadioptres.
- Pensez à porter des vêtements clairs.
- Un gilet haute visibilité est obligatoire hors-agglomération et recommandé en agglomération (où il devient obligatoire si la visibilité est mauvaise).
- Indiquez vos changements de direction en tendant le bras.
- Ne restez pas dans les angles morts des bus et poids lourds.

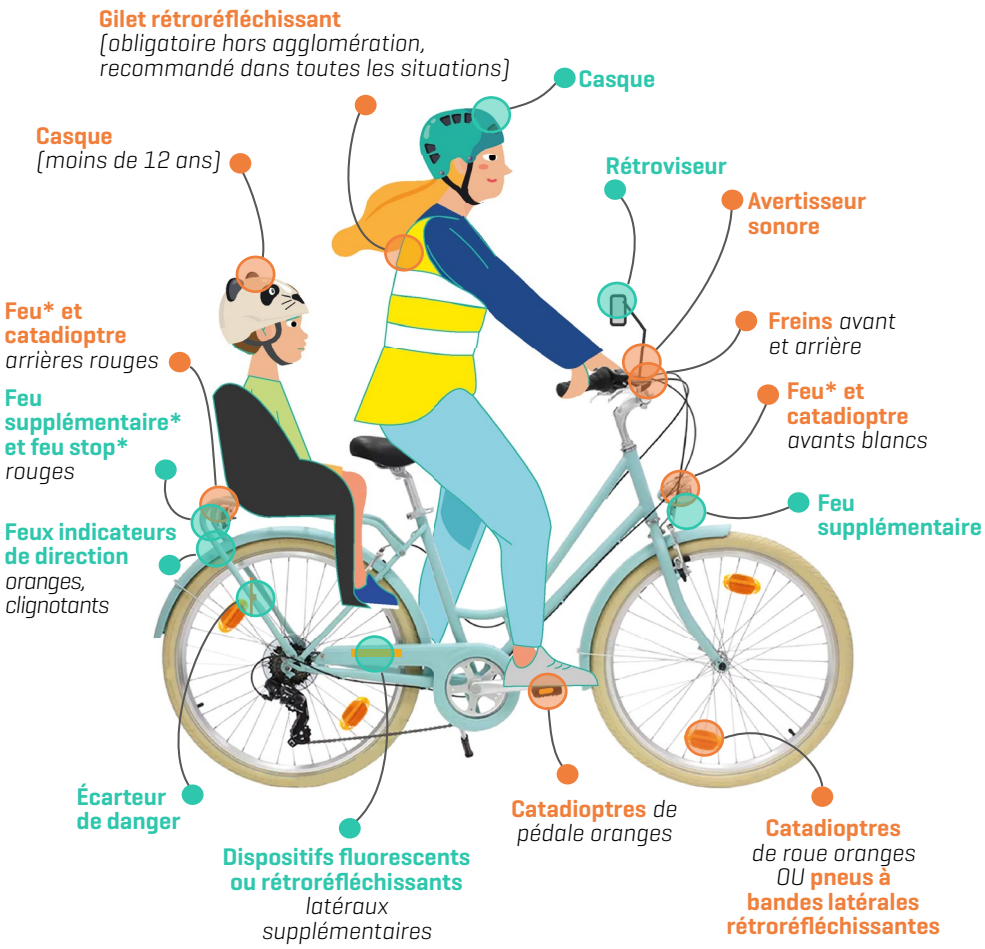


SOYEZ PROTÉGÉ

- **Portez un casque** : bien qu'obligatoire pour les moins de 12 ans et seulement recommandé pour les autres personnes, c'est un équipement indispensable pour votre sécurité.
- **Être bien équipé** vous protège d'une météo capricieuse et vous permet de circuler en toute sérénité (vêtements imperméables, cape de pluie, gants).
- **Avoir un avertisseur sonore** (sonnette) est obligatoire. Cela permet d'être entendu jusqu' 50 m.

Équipements obligatoires *ou* **recommandés** *à vélo*

Pour une meilleure visibilité des cyclistes, le code de la route autorise désormais l'ajout d'éclairages supplémentaires.

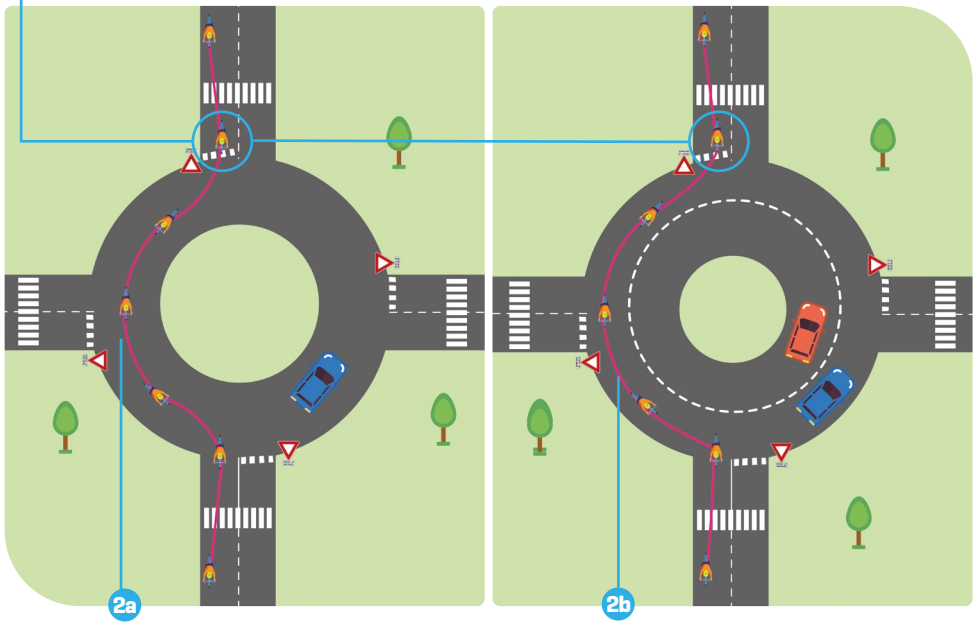


*non clignotant

Traverser *un carrefour giratoire en sécurité*

Pour aborder et traverser en sécurité un carrefour giratoire à une ou deux voie(s) :

1 Dès l'approche du giratoire, essayez d'occuper le centre-droit de la voie, pour montrer votre intention et éviter d'être doublé à l'entrée.



2a Dans les giratoires **à une voie**, vous devez circuler au centre de cette unique voie, pour être vu par les voitures et les bus.

2b Dans les giratoires **à deux voies**, vous devez circuler au centre de la voie extérieure, pour être vu.

3 Dans les deux cas, il est important de signaler suffisamment tôt, par un signe clair de la main, dans quelle direction vous souhaitez vous diriger.

4 Dans un carrefour ou un giratoire, il est préférable de capter le regard du conducteur plutôt que de regarder sa voiture, pour être sûr qu'il vous a vu.





IMPORTANT

À vélo, ne restez pas dans les angles morts des bus et des poids lourds, ce sont des dangers mortels.
N'essayez jamais de vous engager en même temps qu'eux.
Le dépassement par la droite est interdit.

Partager l'espace public *à vélo*

En tant que cycliste, vous êtes vulnérable face aux automobilistes et vous devez respecter les piétons. Quelques règles de bonne conduite :

1 Roulez au pas dans une voie piétonne.

2 Aux intersections, respectez les priorités, et au feu tricolore, positionnez-vous dans le sas pour cycliste.

3 Il est interdit de porter un casque audio, une oreillette ou un kit main libre et de tenir son téléphone à la main.

4 Empruntez les aménagements cyclables (pistes, bandes cyclables, chaucidou, etc.), lorsqu'ils sont présents.

5 Dans une rue à double sens cyclable, tenez votre droite et en cas de croisement avec un autre véhicule, personne n'est prioritaire.

6 Il est interdit de rouler sur les trottoirs (seuls les enfants de moins de 8 ans y sont autorisés).

LES RÈGLES POUR BIEN CIRCULER AVEC UN ENGIN DE DÉPLACEMENT PERSONNEL MOTORISÉ (EDPM)

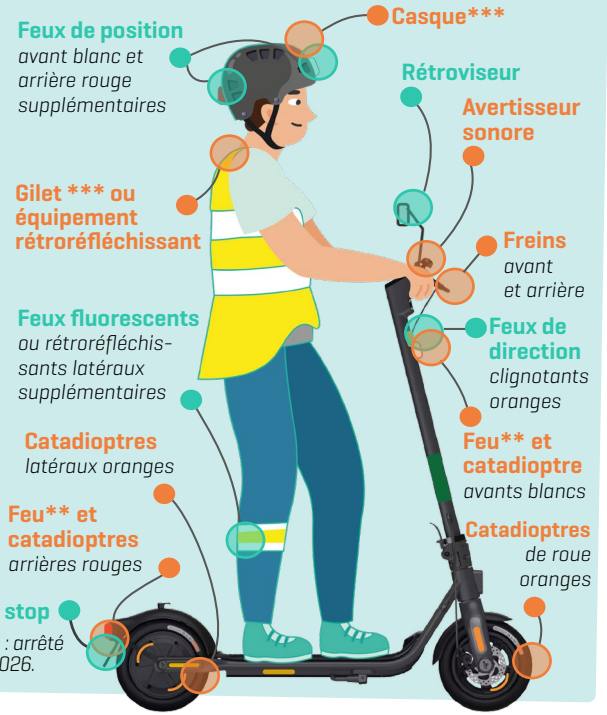
Les règles du code de la route sont aussi valables pour les personnes qui utilisent des trottinettes, gyropodes, gyroskates, gyroroues.

La conduite de ces engins est interdite à toute personne de moins de 14 ans.

Il est interdit d'être à plusieurs sur l'engin[1]. Il est interdit de porter à l'oreille des écouteurs ou d'utiliser le téléphone tenu en main[1].

Il est interdit de circuler sur les trottoirs ou hors agglomération, sauf sur des aménagements cyclables.

Équipements obligatoires *ou* **recommandés**



*135 € d'amende
** non clignotant
***Dans le département de la Manche : arrêté en vigueur à partir du 1er septembre 2026.

Penser
intermodalité

L'intermodalité consiste à utiliser plusieurs modes de transport au cours d'un même trajet.

VÉLO + CAR
Les cars Nomad autorisent aussi l'emport des vélos, en soute ou dans des racks installés à l'arrière du véhicule. Le service est gratuit, mais les places sont limitées. Pensez à réserver votre emplacement vélo lors de l'achat de votre billet.

VÉLO + TRAIN
Dans les TER, il est possible de transporter gratuitement votre vélo, que ce soit pour vous rendre sur votre lieu de travail ou pour partir en voyage.



Retrouvez l'ensemble des conditions d'accès aux transports Nomad avec un vélo sur **ter.sncf.com/normandie/services-contacts/voyage-velo-train.**

VÉLO PLIANT + BUS
L'emport des vélos est autorisé dans les bus Néva, à condition qu'ils soient pliés.

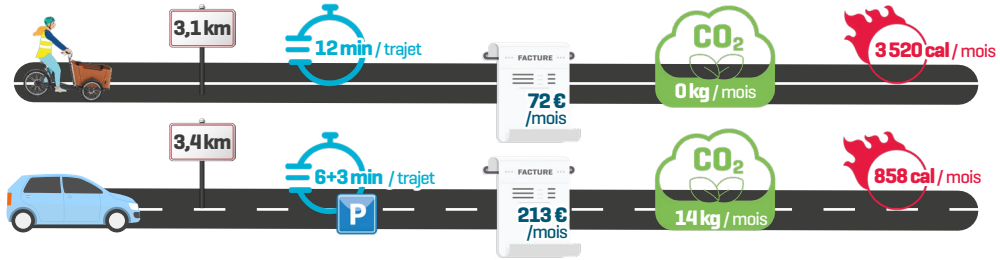
À la gare de Granville, vous pouvez **stationner votre vélo de 24 heures à plusieurs semaines**, en toute sécurité, dans la consigne prévue à cet effet. Informations sur place.



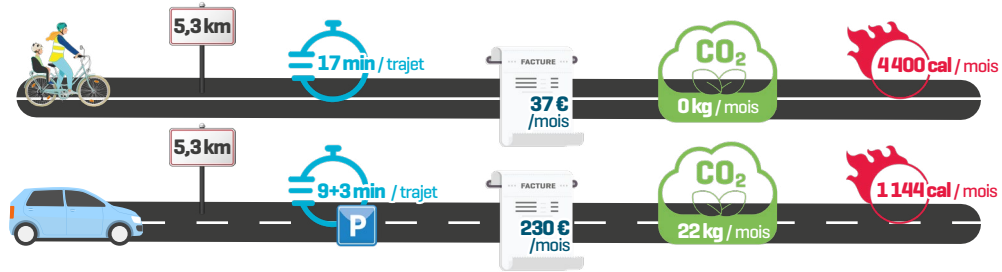
Le vélo : le meilleur rapport qualité-prix et vie
pour vos déplacements de moins de 7 km

Pour des trajets de moins de 7 km, le vélo est un mode de transport économique, écologique, qui favorise l'activité physique et permet d'être aussi rapide que la voiture. Quelques exemples de trajets, sur le territoire de Granville Terre et Mer :

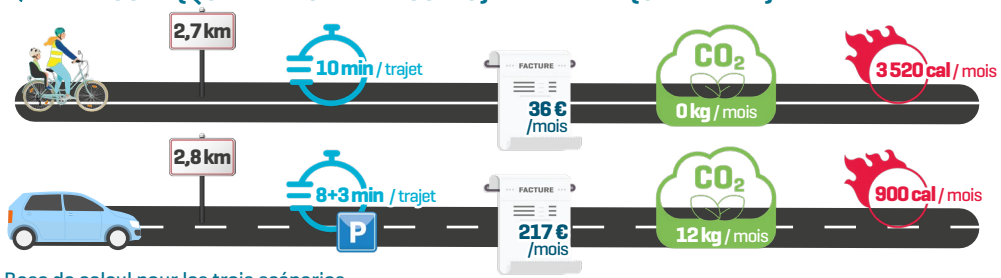
DE BRÉVILLE-SUR-MER À DONVILLE-LES-BAINS



DE SAINT-PAIR-SUR-MER À JULLOUVILLE



DE L'AGORA (QUARTIER SAINT-NICOLAS) À LA MAIRIE (GRANVILLE)



Base de calcul pour les trois scénarios

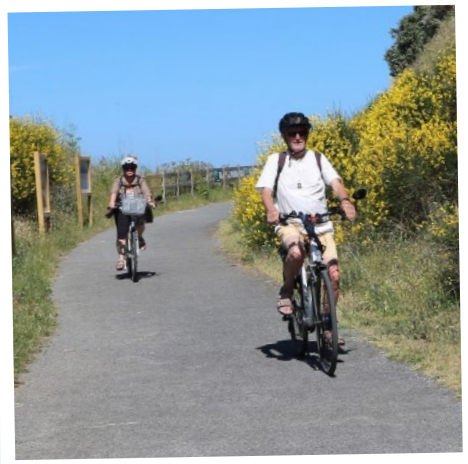
- Voiture thermique : valeur 15 000€ - 300 €/an d'entretien – 7l/100km-1,7€/l
- Vélo cargo à assistance électrique (trajet 1) : valeur 5 000 € - 800 kw - 150 €/an d'entretien
- Vélo à assistance électrique (trajets 2 et 3) : valeur 2 000 € - 500 kw - 150 € / an d'entretien
- Coût recharge électrique 0.21 €/kwh
- Amortissement sur 7 ans pour l'achat du vélo et de la voiture
- Estimation trajet effectué 2 fois par jour, 22 jours par mois, 10 mois dans l'année
- 96 g CO_2/km obtenu par le calculateur « empreinte carbone » Ademe
- Dépense énergétique de 400 cal/h pour un cycliste, 300 cal/h pour un marcheur, 130 cal/h pour un automobiliste.

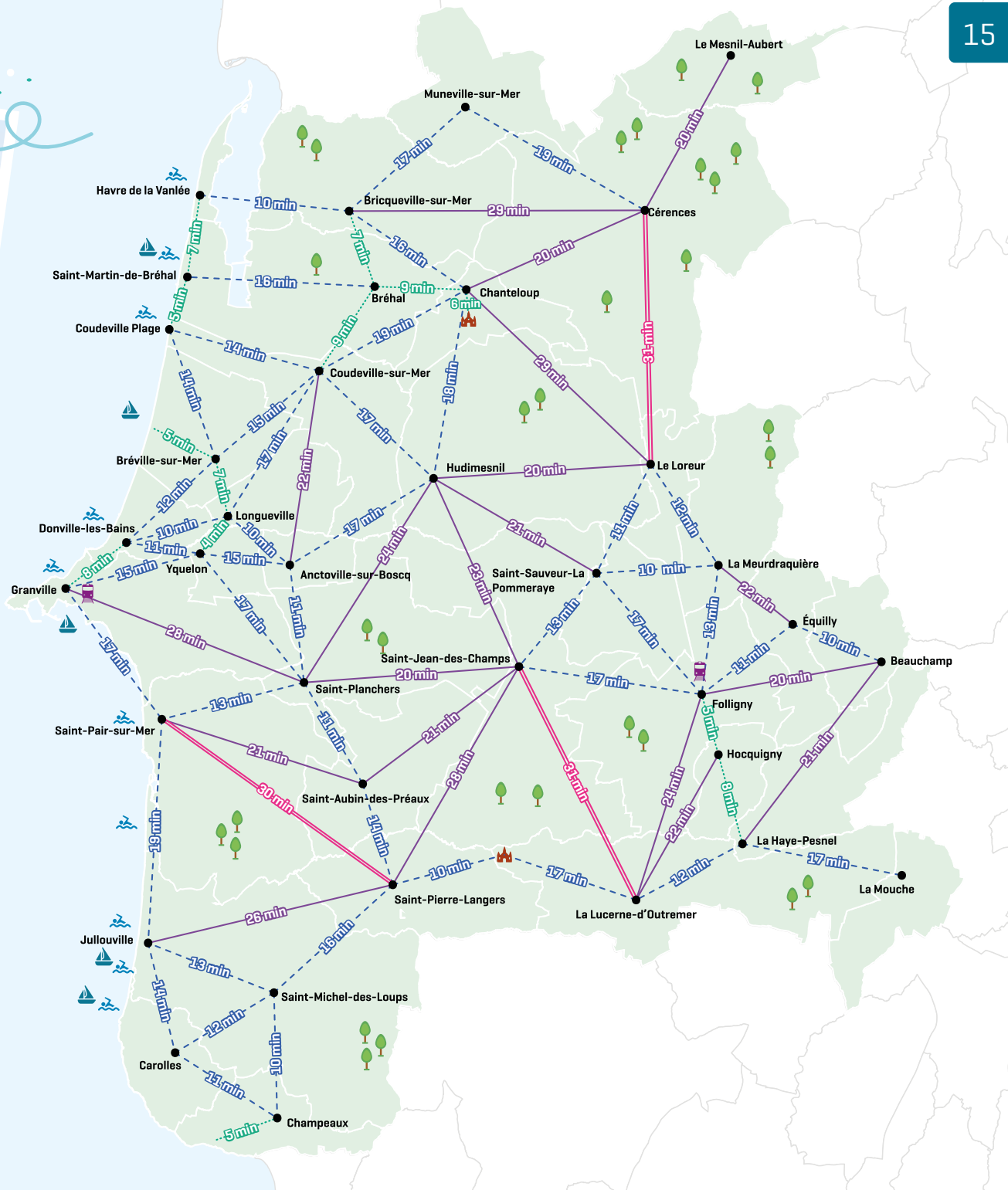
Granville Terre et Mer

à vélo









TEMPS DE TRAJETS EN VÉLO

- Moins de 10 minutes
- Moins de 20 minutes
- Moins de 30 minutes
- 30 minutes et plus

Les temps de parcours en minutes sont estimés à partir du calculateur d'itinéraire Géovélo (geovelo.app/fr) avec un vélo musculaire.
Les distances indiquées entre communes sont pour information et ne présagent pas la présence d'aménagements cyclables.

- Gare
- Base Nautique
- Plage avec zone de baignade
- Site touristique

Aménagements cyclables
et panneaux à connaître

Les aménagements de voirie pour les vélos sont de plus en plus présents dans les rues et sur les routes des communes de Granville Terre et Mer. Chaque aménagement a sa dénomination, selon ses caractéristiques techniques.



PISTE CYCLABLE
Aménagement séparé de la chaussée par un élément physique de type terre-plein, bordure en béton, traverses. Il vous permet de circuler hors du trafic motorisé, en toute sécurité.



BANDE CYCLABLE
C'est un espace réservé aux cyclistes le long de la route, matérialisé sur la chaussée par des lignes en pointillés (largeur 25 cm). Il n'y a pas d'élément physique qui le sépare de la chaussée. Les véhicules ont interdiction d'y circuler et d'y stationner.



DOUBLE SENS CYCLABLE
C'est une voie à double sens dont un sens est exclusivement réservé à la circulation des cycles non motorisés (les cyclomoteurs y sont interdits).

Attention : Même si le double sens cyclable (DSC) est autorisé pour toutes les rues situées en zone 30 et zone de rencontre (ZR), en l'absence de panonceau "sauf vélo", le cycliste ne doit pas emprunter la rue. En effet, l'autorité détentrice du pouvoir de police peut interdire le DSC en zone 30 et ZR par la mise en place d'un arrêté.



VOIE VERTE
Aménagement dédié aux mobilités douces. Les cyclistes, les piétons, les patineurs, doivent cohabiter. Les véhicules motorisés (y compris les deux- roues) sont interdits, à l'exception des engins agricoles et des riverains du bord de la voie. La vitesse est limitée à 30 km/h.

Dans certains cas, les cavaliers et les attelages sont autorisés, avec le panonceau "cheval ".



CHAUCIDOU pour CHAUssée à CIrculation DOUce OU CVCB pour Chaussée à Voie Centrale Banalisée
Aménagement matérialisé sur la chaussée par deux bandes latérales pour les piétons, les cyclistes et les deux-roues motorisés et une voie centrale pour les véhicules motorisés. Les véhicules peuvent circuler sur les bandes et y stationner provisoirement.



LE CÉDEZ-LE-PASSAGE CYCLISTE
Au feu rouge, le cycliste est autorisé à passer pour aller tout droit ou tourner à droite, après avoir cédé le passage à tous les autres usagers ayant le feu vert (piétons et voitures).



SAS VÉLO AU FEU
On retrouve cet aménagement aux feux tricolores. Il s'agit d'un espace strictement réservé aux cyclistes, afin qu'ils puissent se placer devant les véhicules motorisés pour redémarrer en toute sécurité.

PANNEAUX ASSOCIÉS...



Piste ou bande conseillée
pour les cyclistes et les EDPM



Piste ou bande obligatoire



Double sens cyclable



Voie verte



Chaucidou



Cédez-le-passage cycliste

... et à connaître !



Aire piétonne
Les vélos y sont autorisés à l'allure du pas

Le vélo pour tous
un outil d'inclusivité

Le vélo est un mode de déplacement accessible au plus grand nombre. Que l'on soit jeune ou non, il n'y a pas d'âge pour faire du vélo. Plus on commence tôt et continue tout au long de sa vie, plus les risques d'accident sont limités. Une pratique régulière permet de conserver les bons réflexes.



Départ d'une boucle de 5 km en vélo-pousseur avec les résidents de la Maison d'accueil spécialisé de Saint-Planchers
Fête du vélo, 21 mai 2024 – © B. Croisy GTM

Avec le développement et l'évolution de la pratique du vélo ces dernières années, de nouveaux véhicules apparaissent et viennent s'adapter aux personnes à mobilité réduite.

Que l'on soit senior en perte d'autonomie, jeune en situation de handicap ou convalescent, conserver ou retrouver une mobilité individuelle et indépendante est synonyme de liberté et de bien-être. Le vélo est un formidable moyen d'inclusion et de partage.

Le site internet **handivelo.fr** vous permettra de retrouver toutes les informations nécessaires sur les caractéristiques techniques, les fabricants et l'achat de vélos adaptés.

Randonnées-découverte *à vélo*

Du havre de la Vanlée jusqu'aux panoramas de la Baie du Mont-Saint-Michel, à travers un bocage façonné par de nombreux cours d'eau, Granville Terre et Mer abrite bien des richesses à découvrir à vélo.

Les circuits vélo ainsi que la carte d'itinéraires de découverte à vélo et à cheval sont disponibles à l'office de tourisme ou sur **tourisme-granville-terre-mer.com**

Téléchargez les circuits vélo en scannant ce QR code



Voyager *à vélo*

Partir en voyage à vélo, c'est parcourir les territoires à vitesse humaine, aller à la rencontre des habitants, vivre des moments forts au cœur de la nature.
La France, qui a l'ambition de devenir la première destination mondiale du tourisme à vélo, vous offre tout cela, grâce à une grande diversité de paysages et de cultures.

France vélo TOURISME

Pour organiser un week-end ou des vacances à vélo, sur des itinéraires sécurisés, jalonnés et desservis par des professionnels labellisés "Accueil vélo", rendez-vous sur le site **francevelotourisme.com**

LE LABEL "ACCUEIL VÉLO"

Cette marque nationale garantit un accueil, des services et des équipements spécifiques, répertoriés et adaptés aux besoins des touristes à vélo, le long des itinéraires cyclables de France.

L'office de tourisme de Granville Terre et Mer est labellisé "Accueil vélo" depuis janvier 2025 et fait la promotion du voyage à vélo.



Voyager à vélo I Destination Granville Terre et Mer

Retrouvez l'ensemble de ces informations sur **tourisme-granville-terre-mer.com**

Les associations
sur le territoire de Granville Terre et Mer

LA VILLE À VÉLO
Affiliée à la Fédération des usagers de la bicyclette
50400 Granville I vilavelo@gmail.com
Propose des ateliers de remise en selle, des balades à vélo sur Granville et alentour. Elle réalise aussi, en partenariat avec l'association Advocaci, des balades pour les personnes à mobilité réduite.

VÉLO CLUB GRANVILLAIS
Affiliée à la Fédération française de cyclisme
50400 Granville I 06 76 69 14 67
Encadrement des jeunes pour la pratique du vélo (VTT) en compétition

CYCLOTOURISME GRANVILLAIS
50400 Granville I 06 35 36 53 78
Pratique d'un cyclisme de loisir. Les objectifs sont la santé, la convivialité et la connaissance géographique de notre région.

BRÉHAL CYCLO
Affiliée à la Fédération française de cyclotourisme
50290 Bréhal I 02 33 59 58 63
j.rainfroy@wanadoo.fr
Pratique du vélo de loisir

Néva
Les Mobilités de Granville Terre et Mer

Pour vous déplacer, Néva vous offre un bouquet de solutions durables :

- un réseau de bus régulier gratuit
- tous les transports scolaires gratuits
- des vélos à assistance électrique en location de longue durée
- un service de location solidaire en faveur de l'insertion professionnelle
- des parkings vélo et horaires de bus adaptés pour les grands évènements
- et bientôt un transport à la demande pour le secteur rural



Retrouvez toutes les infos sur **granville-terre-mer.fr/mobilites**

SCAN ME

Soutenu par
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité
ADEME
AGENCE DE LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE
CEE Les certificats D'ÉCONOMIES D'ÉNERGIE