



## Via Fluvia, un trait d'union entre la Loire et le Rhône

Au cœur de la Haute Loire et de ses villages, une voie verte de plus de 40 km relie la Loire au Rhône : la Via Fluvia. Elle permet de se balader tranquillement en vélo dans la campagne tout en découvrant quelques curiosités locales. Cette promesse a titillé notre curiosité.

Cette voie verte se situe près de là où nous nous étions posés pour découvrir la Haute Loire. Au programme de cette balade il y a bien sûr le vélo, mais aussi une pause détente au Lac de Lavalette ainsi qu'un sentier pieds nus sensoriel et espiègle qui nous attendaient.

## Vélo électrique et bonne humeur sur la Via Fluvia, LA voie verte de Haute Loire

Je ne sais pas si vous avez déjà testé le vélo électrique. Sur moi, il a un effet assez singulier. Il me donne le sourire. Tout comme le trot du cheval, l'allure du vélo électrique au démarrage et à chaque fois que l'assistance se remet en marche me provoque cette joie enfantine qui ne peut être réprimée. C'est un sourire béat qui accompagne donc mes embardées.

Hélio quant à lui apprivoise sa carriole d'un air d'abord méfiant. Il faut dire que dans [les Ardennes](#), il n'avait guère apprécié la balade, préférant faire le grand et monter sur le vélo. A grands renforts de voitures, tracteurs et autres jouets, cette fois-ci il s'installe avec plaisir dans son véhicule de la journée. Ses fous rires et « allez papa » viendront confirmer son amusement.

Seb remonte la selle au maximum tandis ce que je fais l'inverse. Je me sens toujours comme Laurel et Hardy à ce moment précis. C'est parti pour un itinéraire sur la via fluvia, pour des instants simples et régressifs.

Un long ruban d'asphalte de la via fluvia nous guide. Je préfère des matières moins artificielles, mais cela permet aussi aux rollers, fauteuils roulants, poussettes et piétons de se promener confortablement. Qui plus est en toute sécurité puisque cette voie « verte » est coupée de la circulation. Les vaches nous regardent passer avec un air impassible. Le soleil éclaire leur robe qui se détache alors distinctement du vert intense des prés et des forêts. Les sucs, ces volcans endormis, dessinent une toile de fond dans un voile lumineux. Ces rondeurs sont apaisantes pour une raison qui m'échappe.

Sur le chemin, nous traversons Raucoules. A cet endroit, notre regard est happé par une vieille locomotive. C'est ici que part le Velay express, un train historique. Un cheminot rentre justement un de ces engins pour sa maintenance. Je le regarde manipuler ce monstre de fer avec une insistance enfantine. Si les trains fascinent autant c'est peut être qu'ils invitent au voyage.

Un peu plus loin le long de la via fluvia, c'est un moulin qui se dresse et fend la campagne. Il laisse la place à une imposante église, à Lapte, que par notre ignorance, nous avons confondu avec l'Abbaye locale.

## Pause fraîcheur sur la voie verte via fluvia en Haute-Loire au lac de Lavalette

Si vous voulez vous poser pour pique niquer, vous baigner ou faire une pause lors de votre itinéraire sur la via fluvia en vélo, nous vous conseillons de faire un crochet par le lac de Lavalette. Il vous faudra quitter la voie verte un moment mais cela vaut la peine car le lieu est très sympa. Malheureusement pour nous, la météo n'était pas extraordinaire lors de notre passage. Mais cela n'a pas entamé notre détermination à passer un joli moment en famille. Le vent faisait danser les herbes hautes, les nuages obscurcissaient la forêt tandis que nous nous amusions à courir dans le sable, à y dresser de formidables châteaux et escalader un caillou devenu forteresse imprenable. Au loin, un monsieur profite de la désertion du lieu pour glaner quelques pièces égarées grâce à son détecteur de métal. Nous sommes quasi seuls, et cette solitude renforce ce sentiment de chance que nous avons. Pour nous, c'est l'école buissonnière dans toute sa splendeur.

Cette nouvelle liberté nous rend maîtres du temps.

La canoës se balancent pendant que les bateaux sont sur les rives. Signes d'activités estivales qui battent leurs pleins durant les vacances. Il faudra revenir pour l'ambiance estivale. A l'extrémité du lac se dresse un impressionnant barrage. Il forme un arc gris que l'on peut traverser pour mieux se rendre compte de l'ingéniosité des hommes.

## Le sentier pieds nus de Montfaucon, reprendre contact avec son corps, entre conscience et espièglerie

Avant de terminer notre escapade en vélo en Haute-Loire, nous faisons une halte au Jardin du Mirandou aussi appelé jardin des bêtises. Il s'agit d'un sentier pieds nus. Comme son nom l'indique, le but du jeu est de libérer ses petons de l'emprise de ses chaussures et de se promener. **Nous avons déjà testé ce type d'activité dans une ferme en Belgique.** Là, le sentier pieds nus se situe dans le jardin d'un gîte. Mais attention, pas n'importe quel jardin ! Car pour pouvoir libérer ses panards, il faut aussi les stimuler, raviver leur sensibilité, voir les maltraiter un peu. Pour cela de nombreuses matières jalonnent le jardin. Quand la pelouse chatouille, la paille tiraille et les galets réveillent. A d'autres endroits, c'est le bois qui caresse et les billes d'argile qui déroutent.

Nous apprécions les moindres recoins du jardin et surtout son côté espiègle. Le tunnel de bambou, la remontée d'un toboggan à l'envers ou bien encore le lit où l'on à le droit (et même le devoir !) de sauter nous font retomber en enfance immédiatement. Hélio s'amuse autant que nous ou l'inverse.

Les propriétaires ont vraiment eu de jolies idées pour leur jardin car au delà des matières et obstacles trouvés pour stimuler les pieds, le jardin est aussi superbement agencé et les yeux sont gâtés.

Nous avons effectué la visite libre, mais il est possible d'avoir une approche différente en étant guidé par Madeleine qui est professeure de Yoga. Ce doit être une expérience intéressante pour mieux prendre conscience de son corps.

[su\_divider top= »no » size= »2? margin= »50?]

**Guide tourisme : circuit vélo sur la Via fluvia en Haute Loire**

## Se rendre à Tence en Haute Loire

Le joli village de Tence était notre base en Haute Loire pour explorer les environs. Un point de départ idéal pour explorer le Haut Lignon et ses nombreuses attractions, telles que le pic de Lizieux, la via fluvia, le sentier pieds nus, le lac de Lavalette... Depuis Lyon, il faut compter 1h30 de route pour rejoindre Tence et 1h45 pour le Puy en Velay.

## Loger en Haute Loire près de Tence

Pour notre séjour nous avons testé une formule de glamping, c'est à dire du camping grand confort. Nous étions au camping « [Les murmures du Lignon](#) » dans un chalet qui avait la particularité d'abriter un immense hamac idéal pour bouquiner, se relaxer ou faire des roulades.

A noter les efforts en terme d'écologie sur l'utilisation des matériaux et un poêle à granulés pour se chauffer toute l'année !

## Louer des vélos électriques pour la Via Fluvia

Il existe différents prestataires le long de la Via Fluvia pour la location de vélo. Vous pouvez les retrouver [sur le site de l'Office de Tourisme de Montfaucon](#) en Velay.

## Circuit vélo de la Via Fluvia, la voie verte de Haute-Loire

Pour connaître le détail du parcours, les points d'intérêts à proximité et toutes les informations pratiques relatives à la Via Fluvia, [un site lui est consacré](#).

## Tester le sentier pieds nus du jardin du Mirandou

Le sentier pieds nus au [jardin du Mirandou](#) se situe à Montfaucon en Velay. Le parcours se fait en version guidée avec Madeleine la propriétaire qui est aussi professeur de Yoga (8€/personne) ou de manière libre (4€/personne). Vous pourrez rester le temps que vous souhaitez. Pour notre part, nous sommes restés une grosse heure.

Épingle moi sur Pinterest !

*Ce voyage a été réalisé en partenariat avec la [Maison du tourisme de Haute Loire](#), que nous remercions chaleureusement pour son accueil. Nous avons co-construit un parcours sur mesure dans la droite lignée de ce que nous adorons : nature et belles rencontres.*

---

Vous planifiez un voyage en Haute Loire ? [Lisez notre article sur le pic de Lizieux !](#)

---