

PARTAGEZ  
VOTRE EXPERIENCE  
#COCMTOURISME



Côte Ouest Centre Manche Tourisme  
11 place Saint-Cloud - 50430 LESSAY  
Tél. : 02 33 45 14 34 – Mail : [tourisme@cocm.fr](mailto:tourisme@cocm.fr)  
[www.tourisme-cocm.fr](http://www.tourisme-cocm.fr)



Communauté de Communes Côte Ouest Centre Manche  
20 rue des Aubépines - 50250 LA HAYE  
Tél. : 02 33 07 11 79 – Mail : [contact@cocm.fr](mailto:contact@cocm.fr)  
[www.cocm.fr](http://www.cocm.fr)



Retrouvez-nous sur Facebook  
et Instagram

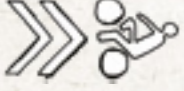
## Mode d'emploi

Suivre :

Les panneaux de signalisation spécifiques pour les vélos (indications de couleur verte sur fond blanc) implantés à chaque changement de destination

Et

Les marquages au sol de couleur blanche comprenant un logo de cycliste précédé d'un double chevron



Pour se rendre à Gefosses depuis Lessay, suivre Prou puis Gefosses  
Pour se rendre à Gefosses depuis Prou-Plage suivre Lessay-Créances puis Gefosses

## Sur votre parcours

A – Lessay

Tous commerces, restaurants, banque, bureau de poste, aire de pique-nique...

A voir : Abbaye de Lessay, Laiterie du Val de l'Ay (payant), Réserve naturelle de la tourbière de Mathon (sur réservation/payant)

B – L'avoir du Pont de la Goutte  
Aire de pique-nique

A voir : Parcours d'interprétation sur le lavoir du Pont de la Goutte

C – Créances-Bourg

Tous commerces, banques, bureau de poste, aire de jeux...

A voir : Église Sainte-Trinité, Grotte de Lourdes (reproduction)

D - Créances-Plage

Plage non-surveillée, restaurant, aire de pique-nique, camping, gîtes

A voir : Dunes de Créances

E – Prou-Bourg

A voir : Église St-Martin, Moulin de la Tortue (à 400m à l'Ouest du bourg en suivant la RD434)

F – Prou-Port

Mairie, Agence postale communale, distributeur de pains

A voir : Le Parc (espace naturel récréatif)

G – Château de Prou

A voir : Château fort bâti au XII<sup>e</sup> siècle (payant)

H – Prou-Plage

Plage surveillée, commerces, restaurants, cinéma, distributeur de billets

A voir : Dunes de Prou, architecture balnéaire

I – Gefosses

Epicerie/boulangerie/Presse, agence postale communale

A voir : Église Saint-Samson, rue du Menhir, observatoire ornithologique du Havre de Gefosses (à 1,3km à l'Ouest du bourg en suivant la RD 53)

## Points de vigilance

- |  |  |                           |   |
|--|--|---------------------------|---|
| 1 – Traversée de la RD 652                   | Trafic important (bonne visibilité, vitesse maximale autorisée: 80 km/h) | 5 - RD 72                 | Trafic pouvant être important (vitesse maximale autorisée: 80 km/h)                   |
| 2 - Chemin de l'ancien pont de chemin de fer | Chemin non goudronné (450 m)   | 6 - Traversée de la RD 72 | Trafic pouvant être important (bonne visibilité, vitesse maximale autorisée: 80 km/h) |
| 3 - Rue du Cotentin                          | Rue étroite (vitesse maximale autorisée: 30 km/h)                        | 7 - Chemin des écoliers   | Chemin non goudronné (500 m)  |
| 4 - Traversée de la RD 650                   | Trafic important (bonne visibilité, vitesse maximale autorisée: 80 km/h) |                           |   |



**Attention routes partagées**  
Bien que les itinéraires cyclables empruntent essentiellement des routes peu fréquentées, tous les usagers (automobilistes, cyclistes, piétons...) doivent avoir un comportement prudent sur la route et partager la chaussée.

## Cercueils possibles

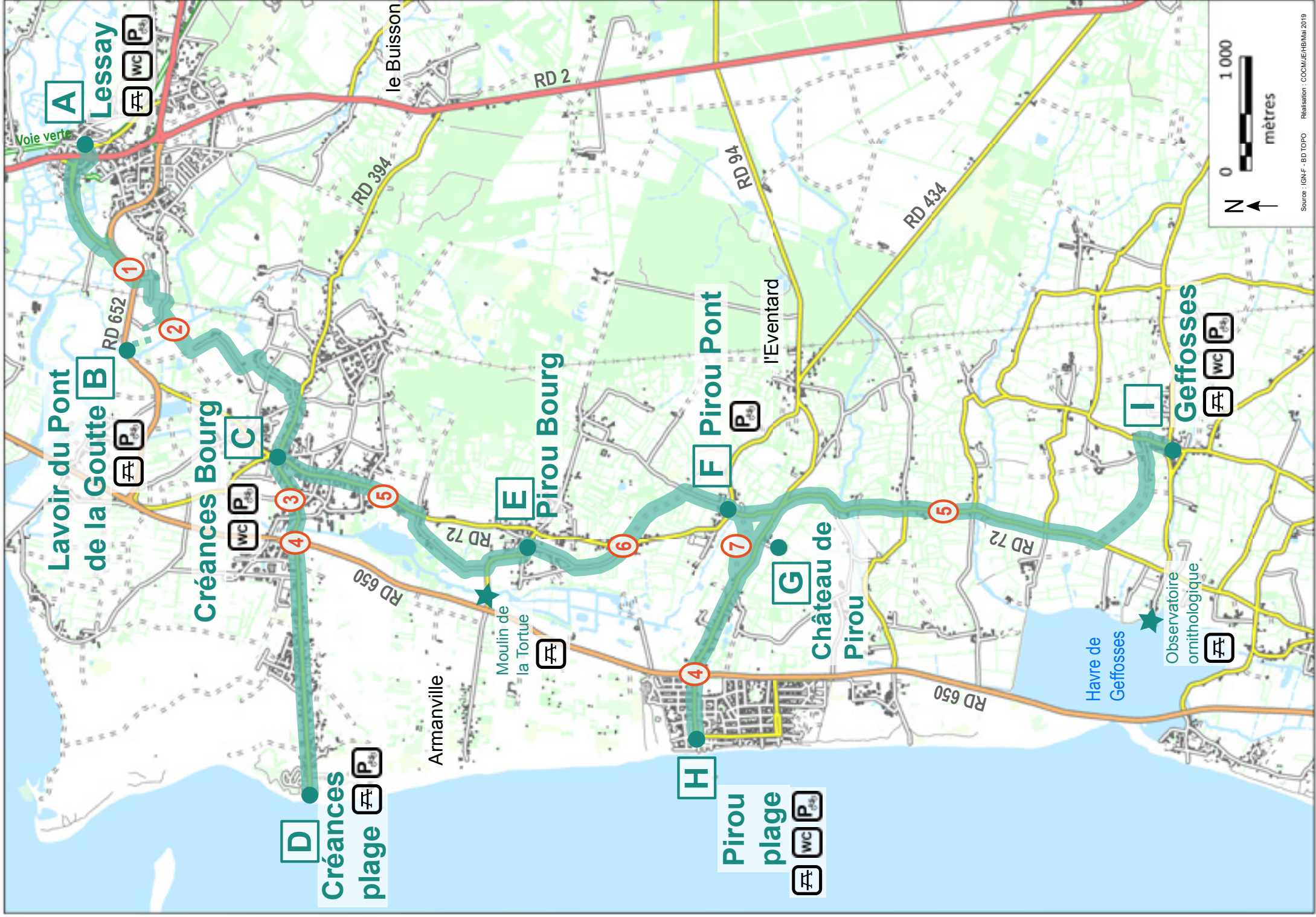
Lessay

- Boucle vélo «Les Vents de Huppelande» : 24 km
- Itinéraire cyclable « Lessay/Vesly » : 5 km
- Voie verte Coutances-Briquebec : La Haye (8,5km), Périers (9,5km)
- Circuit VTT «La lande de Lessay» : 29 km
- GR 223 «Tour du Cotentin»

Prou-Port

- GR 223 «Tour du Cotentin»

Puis d'information dans la Carte web disponible dans les lieux d'informations habituels ou sur [www.cocm.fr](http://www.cocm.fr) et [www.tourisme-cocm.fr](http://www.tourisme-cocm.fr)



**A** Lessay

Lavoire du Pont  
**B** de la Goutte

Créances Bourg  
**C**

**D** Créances  
plage

**E** Pirou Bourg

**H** Pirou  
plage

**F** Pirou Pont

**G** Château de  
Pirou

**I** Geffosses

Havre de  
Geffosses  
Observatoire  
ornithologique

