



**Flanders**  
State of the Art

# Micro-aventures dans le Parc paysager des Ardennes flamandes

DÉCOUVREZ LA NATURE EN FLANDRE

## Chers amis de la Flandre,

De petites aventures vous attendent au **Parc paysager des Ardennes flamandes**.

Ce paysage surprenant est niché dans le sud de la Flandre orientale, où les forêts, les prairies et les sentiers sinueux se frayent un chemin à travers les collines et les vallées. Entre sources, villages de caractère et vieux moulins, ce paradis pour les cyclistes, les randonneurs et les vrais micro-aventuriers vous attend.

Qu'est-ce qui rend les Ardennes flamandes si particulières? Est-ce la tradition cycliste typique de la région? Certainement! Le Mur de Grammont, le Koppenberg et le Vieux Quaremont attendent tous ceux qui sont prêts à relever le défi, tel un vrai Flandrien. Ou est-ce le calme de la nature? Absolument! Visitez l'un des cinq sites de silence uniques, profitez d'un moment de bien-être dans la verdure ou admirez les jacinthes sauvages en fleurs au printemps, qui recouvrent la forêt d'un tapis violet, comme dans un véritable conte de fées.

Et ce n'est que le début. Des longs sentiers de randonnées pour les amateurs de marche, des activités nautiques aventureuses et de sacrés défis cyclistes vous attendent. Qu'il s'agisse de conquérir les célèbres pavés, de marcher dans des forêts paisibles ou de passer la nuit dans un gîte confortable dans la nature, il y a tant à découvrir dans les Ardennes flamandes.

Laissez-vous inspirer par la suite de cet article et venez expérimenter les plus belles micro-aventures.



# Table des matières

## SITUATION ET ACCESSIBILITÉ 4

---

## UNE JOURNÉE ENTIÈRE DE MICRO-AVENTURE AU PARC PAYSAGER DES ARDENNES FLAMANDES 5

À travers champ et forêt:  
itinéraires pour les coureurs de trail

L'art du bain de forêt

Plaisirs aquatiques &  
aventures forestières

Profitez du calme:  
5 lieux de silence uniques

Du repos, avec un petit plus

---

## DORMIR DANS LA NATURE 14

---

## GÔTEZ LA NATURE 15

---

## CHECK: 3 EXPÉRIENCES À FAIRE AU MOINS UNE FOIS DANS VOTRE VIE 16

Bien-être en forêt

Escapade en deuche!

Repérer les jacinthes sauvages

---

## POUR CYCLISTES ET MARCHEUR 18

Itinéraires cyclables

Itinéraires pédestres



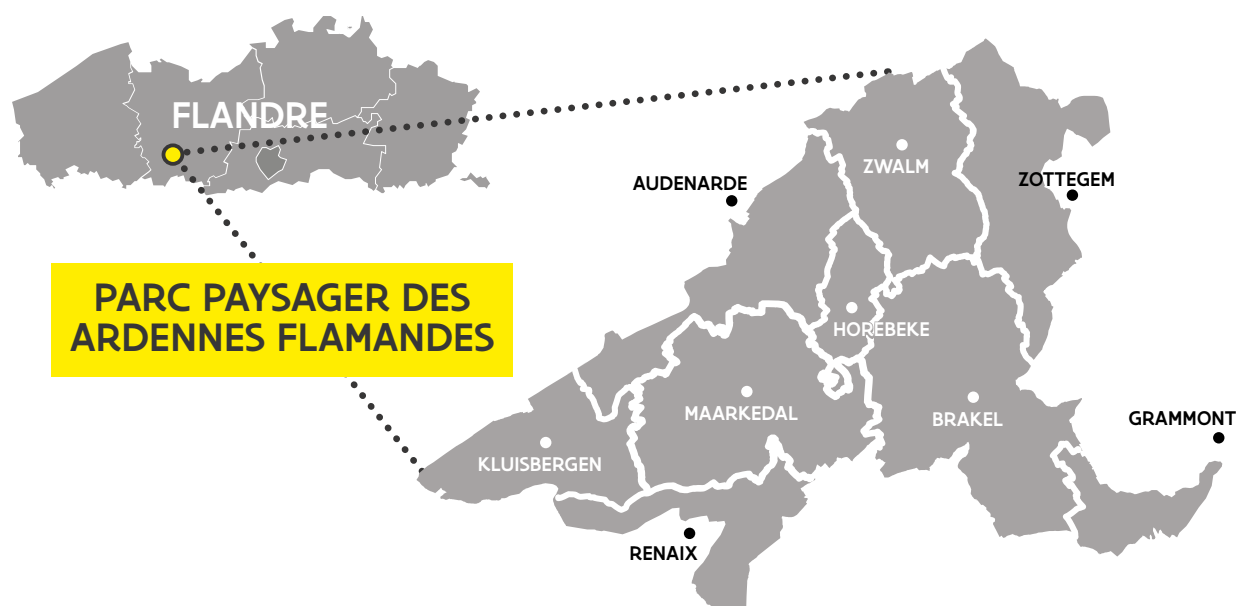


© Toerisme Oost-Vlaanderen

## SITUATION ET ACCESSIBILITÉ

**Le Parc paysager des Ardennes flamandes** est situé dans le sud de la Flandre orientale, à quelques pas des grandes villes comme **Gand**, **Bruges**, **Bruxelles** et **Courtrai**. Sept communes font partie du cœur du domaine: **Renaix**, **Grammont**, **Horebeke**, **Maarkedal**, **Audenarde**, **Zottegem** et **Zwalm**.

Prenez le train pour Audenarde, Grammont ou Renaix et découvrez le calme de la nature. En un rien de temps, vous serez au milieu des collines, des forêts et des villages pittoresques.



# Vivez la nature dans ces forêts

## Le bois de l'Enclus — (Kluisbos)

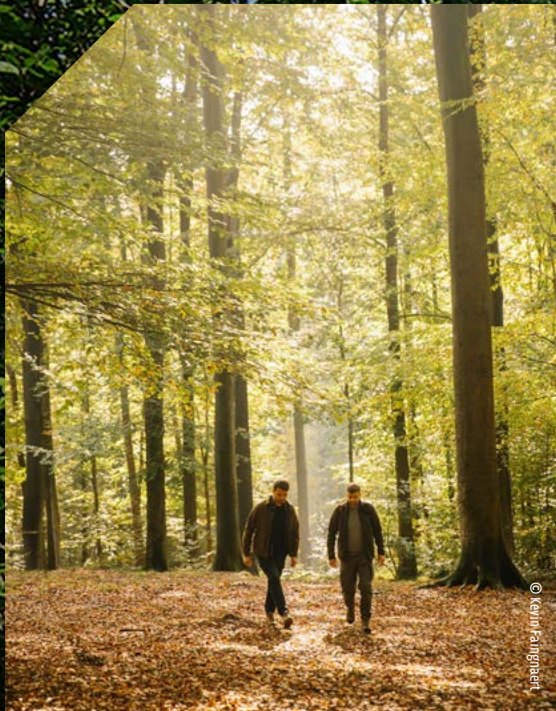
### Conseil

Pendant votre promenade, arrêtez-vous au Peetje et Meetje, deux impressionnants blocs rocheux qui forment les vestiges d'une ancienne table de sacrifices. En plus d'être un super endroit photo, c'est également un lieu historique!

Le bois de l'Enclus est la forêt la plus grande et la plus polyvalente des Ardennes flamandes! Cette **forêt impressionnante** s'étend jusqu'au sommet du Kluisberg, où vous pourrez profiter d'une vue à couper le souffle et d'une flore et d'une faune riches. Avec ses **141 mètres d'altitude**, le bois de l'Enclus est un véritable joyau de la région, idéal pour les randonneurs, les cyclistes et les amoureux de la nature.

En outre, une partie de la forêt est désignée comme réserve forestière, où la nature peut faire son chemin en toute tranquillité. Les arbres abattus sont laissés sur place pour devenir des hôtels à insectes, ce qui entraîne une augmentation de la population d'oiseaux, dont des espèces rares telles que la chouette hulotte et la mésange nonnette. Cette richesse écologique rend votre merveilleuse promenade dans le bois de l'Enclus également instructive!

Vous pouvez explorer le bois de l'Enclus en empruntant le sentier de randonnée Kluisbos.



© Kevin Feingarten

## — Muziekbos

Le **Muziekbos** à Renaix est plus qu'une simple forêt. C'est un lieu où l'histoire, la nature et les mythes se rencontrent. Promenez-vous le long de la mystérieuse **Geuzentoren**, où le nom de « Ardennes flamandes » a été inventé, et laissez-vous envoûter par l'océan violacé de jacinthes sauvages au printemps. Le nom « Muziekbos » ne fait pas référence à la musique, comme on pourrait le penser. « Muz » est en fait un mot celtique pour « marécage », une référence au sol humide que l'on trouvait autrefois ici.

Cela pique votre curiosité? Suivez l'itinéraire **Muziekboswandelroute** grâce aux point-nœuds de randonnée.



© Toerisme Oost-Vlaanderen

## — Brakelbos

Ce joyau caché forme, avec le Bos ter Rijst et le Pottelbergbos, un **ensemble impressionnant de plus de 200 hectares!** Le **Brakelbos** se dresse sur le flanc du « Mont de Rhode » (Modderode) décapité. Dans cette forêt, le hêtre et le houx prédominent, certains arbres étant même vieux de 100 ans.

Et ce n'est que le début! En vous promenant dans la forêt, vous pourrez peut-être apercevoir quelques chevreuils majestueux ou des écureuils mignons. En effet, ils sont en abondance ici. Et qui sait, si vous cherchez bien, vous pourrez peut-être trouver quelques myrtilles juteuses!

Pendant votre promenade, vous entendrez sans aucun doute le bruit du **Sassegembeek** qui serpente à travers la forêt. Des centaines de sources assurent un approvisionnement constant en eau douce, qui s'écoulent à travers des gorges escarpées et une vallée idyllique jusqu'au Zwalm.

Curieux? Parcourez le magnifique **sentier de randonnée (coriace) Dwaallicht** en une seule fois, ou en plusieurs étapes, à votre guise.

# Natuurgebieden

## BURREKEN

- Situé à la frontière de Brakel, Maarkedal et Horebeke
- Un des endroits les plus pittoresques des Ardennes flamandes
- Des forêts printanières fleuries, le clapotis des ruisseaux, des prairies et des chemins creux vous attendent

Explorez le Burreken via  
LA PROMENADE 'T BURREKEN

---

## GROOTMEERS

- Réserve naturelle au cœur de la vallée de l'Escaut
- Découvrez les nombreux pâturages et de vastes panoramas avec l'Escaut en arrière-plan
- Lieu de nidification pour des milliers d'oiseaux migrateurs et aquatiques

Explorez Grootmeers via  
LE SENTIER DE RANDONNÉE WANNENLAPPERS

---

## DE KAAIMEERSEN

- Zone naturelle à la périphérie des Ardennes flamandes
- Une réserve naturelle luxuriante, aux arbres splendides et aux plans d'eau apaisants
- Vous pourriez apercevoir un canard pilet, une sarcelle d'hiver ou un héron cendré

Explorez les environs par  
LES VILLAGES DE LA VALLÉE DU ZWALM

# Une journée entière de micro-aventure au Parc paysager des Ardennes flamandes

À la recherche d'une dose d'aventure, de détente ou d'une pure expérience dans la nature? Le Parc paysager des Ardennes flamandes a tout pour plaire! Cette région époustouflante offre une multitude de micro-aventures excitantes qui éveilleront vos sens. Que vous soyez un coureur de trail passionné, à la recherche de quiétude pour profiter des bains de forêt ou un aventurier prêt à vous amuser sur l'eau, vous trouverez votre bonheur. Qu'attendez-vous?

## À travers champ et forêt: itinéraires pour — les coureurs de trail

Le trail, c'est plus qu'une simple course à pied, c'est une découverte aventureuse de la nature. Loin de l'agitation de la ville, vous explorez des sentiers de terre qui vous emmènent le long de forêts luxuriantes, de collines vallonnées et de champs fleuris. Chaque course est une expérience unique, pleine de surprises et de défis qui vous invitent à repousser vos limites. Sentez le vent dans vos cheveux, la terre sous vos pieds et la liberté que vous ressentez en courant à travers le paysage. Que vous soyez un coureur expérimenté ou un débutant, le trail offre une façon excitante de faire du sport et de profiter de la beauté de la nature. Découvrez les Ardennes flamandes d'une toute nouvelle manière et laissez-vous surprendre par la variété de sentiers.

Découvrez [ici](#) 9 itinéraires à travers les Ardennes flamandes.



## — L'art du bain de forêt

Les bains de forêt dans les Ardennes flamandes sont une manière unique de se détendre et de se connecter à la nature. Ce concept japonais, aussi connu sous le nom de « shinrin-yoku », consiste à plonger dans l'atmosphère sereine de la forêt. Dans les Ardennes flamandes, avec ses vastes forêts et ses paysages vallonnés, les bains de forêts sont un véritable moment de plaisir.

Imaginez-vous vous promener calmement dans la forêt, respirer l'air frais et écouter le bruissement des feuilles et le chant des oiseaux. Vous sentez le stress vous quitter en ouvrant vos sens à l'environnement naturel. C'est une expérience qui profite à la fois au corps et à l'esprit.

Que vous choisissiez une séance guidée ou que vous partiez à la découverte par vous-même, les bains de forêt dans les Ardennes flamandes offrent une évasion parfaite à l'agitation de la vie quotidienne. Laissez-le calme et la sérénité de la nature vous envahir et détendez-vous complètement. Cela donne envie, pas vrai?



## Plaisirs aquatiques & — aventures forestières

Vous aimez l'aventure? Dans ce cas, le parc plein air des étangs Donkviijvers à Audenarde est un must absolu. Ce parc de loisirs de 40 hectares, exploité par **The Outsider**, promet non pas une, mais sept attractions incroyables: les « Seven Summits ». Une expérience complète pour toute la famille à deux pas du centre.

- **Parcours en hauteur:** Relevez le défi de cet impressionnant parcours en hauteur avec des cordes et des obstacles
- **Épreuve du marécage:** L'équilibre et l'agilité sont essentiels pour naviguer dans le marais
- **Sentier aux pieds nus:** Sentez la nature sous vos pieds sur ce sentier unique
- **Kayak & pédalo:** Partez à l'aventure sur l'eau du Donkviijver en kayak ou en pédalo
- **La boîte de spéléologie:** Rampez et grimpez à travers ce temple du jeu souterrain
- **Trottinettes hors piste:** Foncez à toute vitesse à bord de trottinettes tout-terrain
- **Stand-up Paddle:** Le stand-up paddle constitue un défi amusant sur l'eau





## Profitez du calme: — 5 lieux de silence uniques

Les Ardennes flamandes sont le refuge parfait pour ceux qui veulent échapper à l'agitation de la vie quotidienne. Vous sentez qu'il est temps de faire une pause? Visit Vlaamse Ardennen a sélectionné cinq lieux de silence uniques où vous pouvez vraiment vous détendre. Chaque endroit est accessible par une promenade relaxante qui vous mènera dans les plus beaux coins et recoins de la région.

1. **RASPAILLEBOS:** Une vaste zone forestière remplie de flore et de faune variées, avec un itinéraire de randonnée vers le centre d'éducation à la nature De Helix.
2. **RÉSERVE NATURELLE BURREKEN:** Cette zone dispose d'une tour d'observation, d'un jardin de mûres et d'une forêt dense, avec différents sentiers de randonnée.
3. **GROOTMEERS:** Une zone naturelle calme créée par l'élargissement de l'Escaut, avec une grande variété d'oiseaux sauvages et des sentiers de randonnée à travers la région.
4. **DUIVENBOS:** Une mystérieuse zone boisée avec de jolies sources et un parcours de randonnée aventureux, parfait pour ceux qui recherchent le silence et la nature.
5. **PETEGEMBERG:** Une colline avec vue panoramique, accessible par un sentier de randonnée qui vous mène au sommet pour une vue à couper le souffle.
- 6.

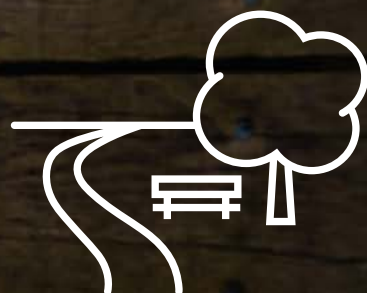




## Du repos, avec un petit plus

Découvrez les Ardennes flamandes d'une toute nouvelle manière avec Z+. Z+ signifie littéralement « s'asseoir avec un plus ». Promenez-vous dans 6 lieux instagrammables sur le sentier de Maarkedal et découvrez des lieux de repos uniques avec une histoire, conçue par des designers et réalisée par des créateurs locaux. Vous verrez ainsi entre autres un moulage des jambes de Tom Boonen au sommet du Taaienberg. Petit plus: en chemin, vous profiterez de magnifiques panoramas.

VOUS TROUVEREZ L'ITINÉRAIRE  
DE RANDONNÉE [ICI](#)



# Dormir dans la nature



Des premiers rayons de soleil qui glissent dans les feuilles au chant des oiseaux saluant la journée qui commence, il n'y a rien de plus apaisant que de se réveiller au cœur de la nature. Dans les Ardennes flamandes, vous trouverez de nombreux lieux d'hébergement originaux pour une nuit de rêve.

## NOUS VOUS DONNONS QUELQUES IDÉES DE LIEUX À DÉCOUVRIR:

### **Ijismolenhoeve (Renaix)**

- Dormez dans une tente safari, un lodge ou une maison de vacances
- Lieu unique pour les familles avec parc d'aventure
- Ferme pour enfants

### **Hotond Sporthotel (Kluisbergen)**

- Idéal pour les randonneurs ou les grimpeurs aventureux
- Brasserie accessible avec sanitaires adaptés
- Superbe situation avec magnifiques panoramas



### **Fiertelmeers Boutique Hotel (Renaix)**

- Situé au pied du Hoogberg-Hotond
- 5 chambres uniques et espace bien-être privé
- Possibilité de glamping « boutique »
- Environnement naturel & slow living

### **B&B Lozer Kasteel (Kruisem)**

- Chambres d'hôtes exclusives
- Dans la dépendance rénovée du château
- Idéal pour les amateurs de vélo, de randonnée et les cavaliers

### **B&B Kasteel van Leeuwergem (Zottegem)**

- Passez une nuit unique dans un château du 18e siècle
- Vaste domaine
- Belle orangerie

### **BosbĀĀr (Kluisbergen)**

- Profitez d'un calme absolu
- Entouré de la forêt
- Promenades avec des ânes
- Dispose aussi de locations de vacances plus grandes pour les familles

### **Glamping Modest & Kamiel (Audenarde)**

- Ferme bio agro-écologique
- Glamping entre les cochons et les arbres fruitiers
- Profitez du calme de la vie paysanne

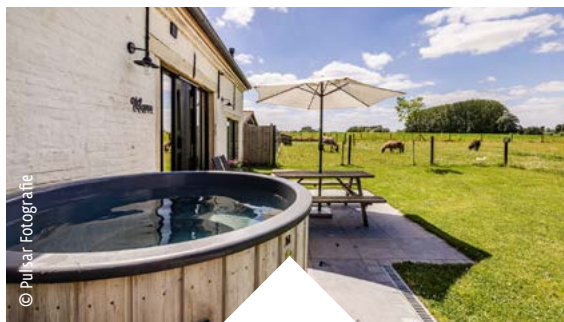
### **De Gavers**

- Maisons de vacances et camping
- Au Domaine provincial De Gavers
- Idéal pour les familles



### **B&B De Groene Weg (Brakel)**

- Ferme rénovée
- Chambres d'hôtes avec vue sur la nature
- Camping près du verger



### **Maison de vacances Op 't Roth (Audenarde)**

- Maison de vacances avec bain à remous
- À distance de vélo du centre d'Audenarde
- Entouré de verdure et avec vue sur l'Escaut



### **Hof ter Heidje (Maarkedal)**

- Ferme du 18e siècle
- Environnement magnifique
- Idéal pour les cyclistes



# GOÛTEZ LA NATURE

Goûtez les différents saveurs que la nature a à offrir aux alentours du Parc paysager des Ardennes flamandes. Nous avons établi cette liste pour vous donner un peu d'inspiration:

## Produits du terroir

### TARTE AU MATON DE GRAMMONT

La célèbre tarte au maton doit son nom à son ingrédient particulier, le « maton »: du lait de vache cru, caillé et égoutté. Un goût unique à tester absolument. Pendant votre promenade, faites une halte chez un boulanger local et découvrez par vous-même pourquoi cette pâtisserie est si appréciée.

### GEUTELING D'ELST

Le geuteling est un produit régional ancestral des Ardennes flamandes. L'aspect du geuteling est quelque peu comparable à celui d'une crêpe épaisse et moelleuse. La texture est cependant aérée et mousseuse.

Curieux? Vous trouverez [ici](#) tous les points de vente.

### GENIÈVRE DE BALEGEM

Visitez la [Stokerij Van Damme](#), où vous pourrez déguster leur genièvre artisanal. Profitez des différentes variantes tout en dégustant une pâtisserie salée et sucrée. C'est une occasion unique de goûter aux produits locaux dans un cadre chaleureux.

VUE D'EN HAUT  
LE KOPENBERG



© Bjorn Sijnders

TARTE AU MATON  
DE GRAMMONT



© Breandán Kearney of Belgian Snaak

BRASSERIE  
LIEFMANS



© Brouwerij Liefmans - Toerisme Oost-Vlaanderen



## — Produits de ferme

- **Ferme de chèvres bio De Volle Maan:** Visitez cette charmante ferme où vous pourrez déguster du fromage artisanal bio, à base de lait de chèvre cru. Jetez un coup d'œil au magasin de la ferme et passez la nuit dans l'agréable B&B.
- **Magasin de ferme De Vierhoekhoeve:** Découvrez des produits faits maison et artisanaux comme des fromages, des confitures, de la charcuterie et du miel.
- **Ferme du Paillart:** Ce magasin de ferme propose une large gamme de fromages artisanaux de différentes fermes de la région.
- **Hof ter Roode Zee:** Vous y trouverez des produits laitiers frais, des pommes de terre, du miel et des œufs! Un endroit idéal pour découvrir les produits de la ferme locale.

## — Brasseries

### BRASSERIE ROMAN

Depuis 1545, cette brasserie familiale, la plus ancienne de Belgique, brasse des bières à l'histoire riche. Goûtez le goût intemporel d'une Brune d'Audenarde et découvrez les secrets du processus de brassage traditionnel lors d'une visite guidée.

### BRASSERIE LIEFMANS

Dégustez les bières (fruitées) uniques avec une palette de saveurs acidulées et sucrées, produites à Audenarde. Cette brasserie est réputée pour son respect de la tradition, combinée à des techniques innovantes.

### BRASSERIE VAN DEN BOSSCHE

Envie d'une expérience de découverte de bière inoubliable? Ne manquez pas de visiter la Brasserie Van Den Bossche à Herzele. Goûtez leurs délicieuses bières, comme la Pater Lieven et la Buffalo, et découvrez la passion derrière chaque verre. Réservez vite votre visite guidée et apprenez-en plus sur le brassage!

### BRASSERIE DE RYCK

Découvrez les saveurs locales de cette brasserie familiale artisanale. Goûtez leurs différentes bières, chacune avec sa propre histoire et une touche de tradition locale.

## Conseil

Goûtez ici la « Steenuilke ». Née d'une collaboration pour la protection des chouettes, cette bière artisanale associe des épices locales à une légère saveur de malt et à un fruité subtil.

# **CHECK:** 3 expériences à faire au moins une fois dans votre vie

Les Ardennes flamandes n'attendent que vous. Que vous choisissiez la détente pure et simple lors d'un après-midi bien-être dans la nature, que vous vous promeniez le long des jacinthes sauvages ou que vous partiez à l'aventure en 2CV classique, c'est à vous de choisir.

Découvrez nos expériences à faire au moins une fois dans votre vie, cochez-les une à une sur votre liste et créez vos propres souvenirs inoubliables.



## **1. ESCAPADE EN DEUCHE!**

Prenez le volant d'une emblématique 2CV pour un road trip inoubliable à travers le paysage vallonné des Ardennes flamandes. Suivez l'un des itinéraires soigneusement balisés qui vous mènera le long des rives de l'Escaut, à travers des forêts luxuriantes et des collines cyclistes légendaires. En chemin, vous pouvez opter pour des activités supplémentaires, comme des arrêts dans des cafés de village conviviaux, des pique-niques dans la verdure ou de courtes promenades pour vivre la nature de près. Laissez-vous emporter par le charme de la région, la liberté de la route et la nostalgie des 2CV. Plus d'infos [ici](#).



## 2. REPÉRER LES JACINTHES SAUVAGES

Beaucoup de gens pensent qu'il faut se rendre au Bois de Hal pour profiter du spectacle de couleurs des jacinthes sauvages en plein essor. Rien n'est moins vrai, car dans les Ardennes flamandes aussi, le tapis violacé fleuri recouvre chaque printemps plusieurs forêts. Heureusement, il y a beaucoup d'endroits calmes dans la région où vous pouvez admirer ce spectacle de manière optimale.

Voici **quelques-uns des plus beaux sentiers de randonnée** pour profiter pleinement de cette floraison:

- **La Dwaallichtwandelroute:** Une balade vallonnée à travers des forêts florissantes avec une vue magnifique depuis Chapelle Saint-Christophe. (16,6 km)
- **Entre Helix et Bosberg:** Balade relaxante à travers les ruisseaux et les fleurs sauvages, avec vue sur la vallée de la Dendre et la Markvallei. (20 km)
- **Route du Kluisbos:** Itinéraire court le long des majestueux hêtres, du village d'artistes de Quaremont et de la légendaire source Liefdesbron. (6,4 km)
- **Langs de Hellingen van de Ronde:** Parcours difficile pour les aventuriers, avec des pentes abruptes et des tranchées historiques. (15,5 km)
- **Route du Muziekbos:** Itinéraire familial avec des aires de jeux et l'ascension du Muziekgberg. (11 km)



## 3. BIEN-ÊTRE EN FORÊT

Dans la zone sereine d'**EcoSnooze**, un vaste domaine de 12 hectares sur le Berendries près de Brakel, vous échappez complètement à l'agitation du quotidien pour vous plonger dans des activités de bien-être uniques. Promenade avec les alpagas ou promenade aux herbes avec un herboriste, il y en a pour tous les goûts.

Plongez dans l'étang d'eau de source avant de profiter du sauna, du bain à remous ou d'un massage relaxant. Terminez la journée en toute décontraction avec le yoga nidra ou osez plonger dans un bain de glace revigorant.



# POUR LES PÉDALEURS ET LES MARCHEURS: SUR LA ROUTE DANS LE PARC PAYSAGER DES ARDENNES FLAMANDES

## Conseil

Vous n'avez pas peur d'un défi? Tentez le Challenge des Ardennes flamandes et découvrez ce qui rend les Ardennes flamandes si particulières.

La meilleure façon de découvrir les Ardennes flamandes? À pied ou à vélo. Remplissez vos poumons d'air frais et découvrez en chemin les plus beaux endroits ainsi que des panoramas spectaculaires. Pour vous aider à choisir, nous vous proposons de chouettes itinéraires cyclables et pédestres.



## Itinéraires cyclables

### **Itinéraire cyclable de l'Escaut entre Audenarde et Kluisbergen**

Sur cet itinéraire cyclable le long de l'Escaut, vous parcourrez en grande partie le chemin de halage. De temps en temps, vous pourrez également découvrir la magnifique nature le long de la rivière, comme l'Avelgemse Scheldemeersen, le domaine De Ghellinck et le Donkvijver.

- **Distance:** 42,8 km
- **Point de départ:** Audenarde
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

### **Route cyclable de Grammont**

Entre Ninove et Grammont, la Dendre est la plus belle. Mais avant de vous balader sur le chemin de halage plat le long de la rive, faites une petite ascension à travers le paysage vallonné des Ardennes flamandes.

- **Distance:** 38,7 km
- **Point de départ:** Grammont
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

### **Land van Rode**

Cet itinéraire cyclable vous permettra de mieux connaître cette région, le Land van Rode, avec ses villages pittoresques, ses magnifiques points de vue et ses anciens moulins à vent.

- **Distance:** 43,6 km
- **Point de départ:** Sint-Lievens-Houtem
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

### **Itinéraire cyclable entre Kruisem et l'Escaut**

Plongez dans le paysage légèrement vallonné entre Kruisem et l'Escaut, avec ici et là une ascension corsée. Sur votre itinéraire: des routes flamandes authentiques, des châteaux entourés de parcs magnifiques, des vues époustouflantes et des restaurants conviviaux pour reprendre des forces.

- **Distance:** 55,6 km
- **Point de départ:** Kruisem
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

## Conseil

Le paysage vallonné des Ardennes flamandes offre de nombreuses possibilités pour les amateurs de VTT de montagne ou de terre battue. Découvrez [ici](#) les meilleures routes de VTT.

## Vivez votre propre Ronde van Vlaanderen

Pour les cyclistes sportifs, Toerisme Oost-Vlaanderen a développé 3 belles boucles inspirées du parcours du Ronde van Vlaanderen. Idéal pour vous occuper pendant trois jours.

- **La boucle bleue:** Le plus court, mais certainement pas le plus facile. Une balade avec des ascensions comme le Vieux Quaremont et le Koppenberg.
- **La boucle rouge:** Le parcours le plus long et le plus complexe. Avec des classiques comme le Mur de Grammont et le Bosberg.
- **La boucle jaune:** Parcourez la région vallonnée du Zwalmb. Moins d'ascensions, mais tout de même un parcours difficile de 102 km.



## VÉLOROUTES ICONIQUES

Les véloroutes iconiques sont des itinéraires de longue distance qui sillonnent toute la Flandre et rejoignent d'autres pays comme les Pays-Bas et la France. De longues distances, donc idéal pour des vacances à vélo de plusieurs jours. Chaque itinéraire relie les plus beaux paysages de Flandre par des voies cyclables attrayantes autour d'un thème central.

L'étape la plus difficile de ce parcours longue distance est la **Route Vallonnée**. L'itinéraire traverse la Flandre d'ouest en est. Le trajet commence à Poperinge, en Flandre occidentale, traverse les Ardennes flamandes et se termine à Homburg.

## TREINSTAPPERS

Avec les Treinstappers, vous vous promenez de gare en gare sur les chemins des GR flamands. Ça vous intéresse? Attendez, ce n'est pas tout! Des treinstappers vous

guideront également à travers les Ardennes flamandes. Voici un exemple en détail:

### Audenarde – Renaix

Depuis Renaix, traversez Maarkedal en passant par le



## Itinéraires pédestres

### Cotthem et Oude Heerweg

Des chemins ruraux, forestiers et des routes creuses préservées vous mènent à travers la vallée du ruisseau de Cotthem, le cœur vert de Sint-Lievens-Houtem. Un itinéraire parfait pour les amateurs de calme et de sérénité!

- **Distance:** 10,8 km
- **Point de départ:** Sint-Lievens-Houtem
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

### Sentier pédestre Kordaal

Envie d'une courte promenade mêlant nature, culture et un charmant village aux portes des Ardennes flamandes? Ne cherchez plus!

- **Distance:** 6,3 km
- **Point de départ:** Nokere
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

### Sentier Langs berg en kapel

Collines boisées, pavés, villages du Ronde et sentiers verdoyants... Explorez à pied les trésors des Ardennes flamandes. Près d'Audenarde, cet itinéraire traverse des collines emblématiques et trois chapelles « miraculeuses ».

- **Distance:** 13,1 km
- **Point de départ:** Audenarde
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

### Promenade Panorama

Les villages de Quaremont et Zulzeke, le Paterberg, les chemins creux, les sentiers non asphaltés, les forêts, les ruisseaux et un éventail de panoramas rendent ce voyage d'aventure le long du toit de la Flandre orientale inoubliable.

- **Distance:** 15,8 km
- **Point de départ:** Quaremont
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**

fabuleux Muziekbos et les paysages vallonnés jusqu'au cœur historique d'Audenarde.

- **Distance:** 20,1 km
- **Point de départ:** Renaix
- **Voir l'itinéraire [ici](#)**



**Flanders**  
State of the Art

## COLOPHON

### EDITEUR RESPONSABLE

Peter De Wilde, VISITFLANDERS,  
Rue du Marché aux Herbes 61  
1000 Bruxelles, Belgique

### DÉPOT LÉGAL

D/2024/5635/62

### PLUS D'INFORMATIONS

[nature@visitflanders.com](mailto:nature@visitflanders.com)  
[www.visitflanders.com](http://www.visitflanders.com)

### COPYRIGHTS

Tous les droits sont réservés. Sous réserve des exceptions expressément prévues par la loi, rien de cette publication ne peut être reproduit, enregistré dans un fichier automatisé ou rendu public de quelque manière que ce soit sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur.