



Sarlat donne le tempo à La Flow Vélo

Idée séjour sur un air d'autrefois : 3 jours et 106 km au cœur de la Dordogne, au départ de Sarlat-la-Canéda nouvelle ville d'entrée de l'itinéraire

Si le bleu de l'eau la caractérise, c'est bien dans le Périgord noir que La Flow Vélo nous invite ici. À l'est de la Dordogne, Sarlat-la-Canéda vient de succéder au Lardin-Saint-Lazare comme ville d'entrée de cet itinéraire si pluriel qu'il permet à chacun de rouler comme ça lui chante. De Sarlat à Thiviers, ce cyclo-séjour périgordin assez sportif nous fait voyager sur un air d'autrefois tandis que la nature donne le ton. Alors, en selle et en piste : on ouvre le bal !

La Flow Vélo de Sarlat à Thiviers, au cœur du Périgord - 3 jours - 106 km - Niveau : difficile

Jour 1 : Sarlat > Saint-Amand-de-Coly (29 km)

Une valse gourmande au rythme des belles pierres

Le week-end débute par la visite de **Sarlat**, classée ville d'art et d'histoire. Située **entre la vallée de la Dordogne et la vallée de la Vézère, la cité médiévale** est un « hit » incontournable du Périgord noir : maisons à colombages et monuments historiques en composent l'harmonie. Après les pupilles, les papilles se mettent à l'unisson sur le généreux **marché de Saint-Geniès**. Enfin, jamais rassasié d'histoire et de patrimoine, on pédale en rythme jusqu'à **Saint-Amand-de-Coly**, village classé parmi les **plus beaux villages de France**. Ce dernier abrite une **spectaculaire abbatiale** faite de pierres sarladaises et de lauzes typiques du Périgord noir.



Jour 2 : Le Lardin-Saint-Lazare > Excideuil (63 km)

Détendons-nous : la nature donne le ton

Nous voilà à peine en piste que le joli village de **Terrasson-Lavilledieu** nous donne déjà envie de mettre sur pause, et pied à terre. De mai à septembre, on y rembobine le temps en se laissant glisser sur l'eau tandis que **notre guide batelier nous conte l'histoire de la Vézère et des gabarriers**. Depuis notre embarcation, c'est un tout autre regard que l'on porte sur le **patrimoine naturel** : il déroule ici une envoûtante partition. Après quelques coups de pédale, on se laisse charmer par le **domaine du château de Hautefort** : son parc paysager et son jardin à la française mêlent en accords majeurs les beautés de la nature aux splendeurs de l'architecture. Arrivé à **Excideuil** enfin, on pousse non pas la chansonnette mais les portes du château, dont les remparts et la cour se visitent.



Jour 3 : Excideuil > Thiviers (20 km)

Être dans le temps présent, et terminer sans fausse note !

Cette dernière étape peut être assez rock'n'roll pour les mollets mais le jeu en vaut la chandelle. En prélude, à Excideuil, on se met gentiment en jambes **entre géocaching et flânerie gourmande** sur le marché : le ravito sera périgordin sinon rien ! Remis en selle, creusant tranquillement notre sillon à travers la campagne périgordine, on savoure la mélodie des **rivières** tout autant que les multiples **panoramas**. À **Cognac-sur-l'Isle**, on prend le temps de se poser au bord de l'eau pour un interlude de douceur et de fraîcheur. À **Thiviers** enfin, dont l'architecture de la **vieille ville** conserve **son lien avec les chemins de Compostelle**, c'est sur une jolie note d'histoire que se termine notre court cyclo-séjour !



Idée de séjour dans son intégralité, avec suggestions d'hébergements et de bonnes tables, à consulter sur www.laflowvelo.com/la-flow-velo-de-sarlat-a-thiviers-1



Contact Presse pour La Flow Vélo :

Émilie KHAN - 06 66 40 04 74 - ekhan@agence-airpur.fr

