



## Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios

By Floriane

Explorar la isla de Oléron en bicicleta es una forma ideal de descubrir **la diversidad de sus paisajes**. La isla está surcada por carriles bici, que serpentean por pinares, salinas centelleantes y playas hasta donde alcanza la vista.

Y eso no es todo: en verano, cuando las carreteras se llenan, la bicicleta es la mejor manera de evitar los atascos y desplazarse más rápidamente.

En este artículo, compartimos contigo nuestras rutas favoritas para desplazarte por la isla, y hemos escrito otro artículo para ayudarte a [organizar tu estancia en Oléron](#). Prepárese para caer bajo el hechizo de estas carreteras que tanto nos gustan.

## ¿Por qué pedalear por la isla de Oléron?

- Los **carriles bici** llevan a casi todas partes y son muy divertidos de recorrer, a través de bosques y marismas, a lo largo de la costa...
- Hay muchos **aparcamientos para bicicletas** en los centros urbanos y a lo largo de las playas (consulta [nuestra selección de las playas más bonitas de Oléron](#)).
- Ten en cuenta que en temporada alta, de mediados de julio a mediados de agosto, te aconsejamos que viajes en bicicleta. Para que te hagas una idea, la isla ha pasado de tener 20.000 habitantes todo el año a varios cientos de miles en la temporada de verano, y es evidente que la infraestructura viaria no está adaptada para acoger a tanta gente.

## Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios

Carril bici en las marismas

## Mapas de rutas ciclistas

Los **carriles bici** de la isla de Oléron **tienen cada uno su propio color**. Las señales son claramente visibles, así que no puedes equivocarte.

Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios

## Nuestros itinerarios favoritos

### Desde el sur hasta el faro de Chassiron en el norte

Este sendero (el azul en el mapa) es imprescindible recorrerlo entero o en pequeños tramos. La salida está en la magnífica **playa de Gatseau**, bordeada de pinos. A continuación, pasará por el encantador **pueblo de Saint-Trojan**, antes de tomar el carril bici a través del magnífico bosque de Saint-Trojan, bordeando toda la costa oeste de la isla.

Recomendamos parar a hacer un picnic en la inmensa **playa de arena de Vert Bois**, una de nuestras favoritas. También es la playa ideal para practicar surf o bodysurf, y con la marea baja es perfecta para las familias. Tras esta breve pausa, continúa hacia el norte, hacia los pueblos típicos de Oléron de La Cotinière (si quieres saber más, hemos escrito un [artículo sobre La Cotinière](#)), **Domino** y **Chaucre**. Antes de llegar al extremo norte de la isla, y por tanto al **faro de Chassiron**, el carril bici atraviesa las marismas llenas de aves que dan al océano. Es una de nuestras raciones favoritas.

- **Distancia:** Aproximadamente 40 km (sendero azul)
- **Puntos de interés:** Fuerte Boyard, playas de Gatseau, Cotinière, luego Domino y Chaucre
- **Punto de salida/llegada :** Saint-Trojan-les-Bains / Faro de Chassiron
- **Tipo de ruta:** principalmente carriles bici de bosques y pantanos, con algunos tramos de carretera.

**Hotel con piscina + acceso directo a la playa Vert Bois:** [ver precios del Hôtel le Vert Bois](#) (habitación doble y familiar)

Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios

Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios



Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios

## Entre mar y bosque - De Boyardville a St Denis d'Oléron

Esta ruta se centra en el noreste de la isla, uniendo Boyardville con Saint Denis. La parte más agradable de esta ruta es la travesía del **bosque nacional de Saumonards**, justo después de salir del puerto de Boyardville. Este es uno de nuestros temas favoritos. Por el camino, tendrá la oportunidad de descubrir el animado puerto deportivo de Le **Douhet** y los pintorescos pueblos de La **Brée Les Bains** y **Saint-Denis**. Por el camino, podrás tomarte un merecido descanso en una de las magníficas playas de la costa este, con vistas a Fort Boyard, la isla de Ré y la ciudad de La Rochelle.

- **Distancia:** Aproximadamente 17 km (ruta verde)
- **Puntos de interés:** Plage de la Boyardville, Plage de la Brée les Bains et la Boirie, pueblo de La Brée y Saint Denis d'Oléron. Port du Douet y Boyardville.
- **Salida/Llegada :** Puerto de Boyardville / Saint Denis
- **Tipo de ruta:** Carril bici con acceso directo a playas y carretera

□ [Información y reserva para el Hotel Île de Lumière junto al puerto de Cotinière](#) con piscina y vistas al mar

## Por las marismas y la ruta de las ostras

Esta ruta le lleva a través de las salinas, un cambio de escenario garantizado. En Oléron, estas marismas se convierten en criaderos de ostras para su maduración. Saliendo de **Dolus d'Oléron**, suba en dirección a Arceau y después a Les Allards, pasando por varios viñedos -sí, también hay viticultores en la isla de Oléron-. A continuación, toma el sendero costero (camino compartido) hasta el pintoresco pueblo de **Château d'Oléron**, explorando las marismas.

Estas extensiones de agua salada son fascinantes desde el punto de vista ecológico, donde se pueden ver numerosas aves (cisnes, garcetas, garzas reales...), y también desempeñan un papel crucial en la economía local. Cerca de las coloridas cabañas del canal de **la Baudissière**, le recomendamos detenerse en una de las cabañas ostrícolas para degustar las famosas ostras de Marennes d'Oléron directamente del productor.

En el castillo de Oléron, aparca la bici junto a la ciudadela y explórala a pie, terminando por el puerto y sus coloridas cabañas de artistas.

- **Distancia:** aprox. 20 km (senderos rojo, naranja y verde) – posibilidad de bucle aprox. 40 km
- **Puntos de interés:** Marais aux Oiseaux, marismas, canal de la Baudissière y Château d'Oléron

## Rutas ciclistas en Île d'Oléron y nuestros mejores itinerarios

- **Inicio/fin :** Dolus - Le Chateau d'Oléron
- **Medio ambiente:** marismas, espacios naturales protegidos
- **Tipo de ruta:** Esta ruta cruza carreteras departamentales y consiste en carriles compartidos.

□ [Camping Ostrea](#): un **camping familiar**, situado en el sur de la isla, en **la ruta de las ostras** y junto a las **coloridas cabañas de La Baudissière** (donde compramos nuestras ostras en Chez Mamelou). Una ubicación ideal para acceder fácilmente entre **el sur y el centro de Oléron**, sin pasar demasiado tiempo en el coche.

Matthieu en el sendero del pantano

*Coloridas cabañas en La Baudissière*

## ¿Se puede dar la vuelta a la isla de Oléron en bicicleta?

Para los más aventureros, puedes recorrer toda la isla en bicicleta por los diversos carriles bici (unos 80 km). Este itinerario te permitirá descubrir todas las facetas de Oléron, desde sus tranquilas playas y pintorescos pueblos hasta sus umbríos bosques.

Le aconsejamos que tome esta ruta fuera de temporada, ya que algunos de los senderos de verano están muy transitados y no podrá adelantar con facilidad.

## Recursos y herramientas para ciclistas

- En las distintas oficinas de turismo de la isla encontrará un **mapa de rutas ciclistas**.
- La oficina de turismo ofrece [itinerarios en línea](#) en la aplicación Loopi con mapas interactivos. Esta herramienta te ayudará a navegar por los carriles bici y a descubrir rutas adaptadas a tu nivel y a tus deseos.
- En cuanto a las empresas de alquiler, no podemos recomendarte ninguna, ya que vivimos en la isla de Oléron y, por tanto, tenemos nuestras propias bicicletas para desplazarnos a diario.
- Una última advertencia: de mediados de julio a mediados de agosto los senderos están muy concurridos, por lo que te aconsejamos que te tomes tu

tiempo y tengas cuidado, ya que muchas familias con niños pequeños van en bici en esta época del año.

### Nuestras recomendaciones para dormir durante tu estancia en Oléron :

- **Con piscina y vistas al mar:** [información y reservas del hotel Île de Lumière, junto al puerto de Cotinière](#)
- **Camping familiar:** [Camping Ostrea](#) en el sur de la isla, en la ruta de las ostras
- **Hotel familiar con piscina + acceso a la playa :** [ver precios del Hôtel le Vert Bois](#)

Esperamos que disfrute de su paseo y de su estancia en **la isla de Oléron** . Si este artículo te ha ayudado a encontrar tu ruta ciclista, déjanos **5 estrellas** abajo para animarnos.

No dudes en **escribirnos** para contarnos si estás planeando este viaje o para hacernos cualquier pregunta, aquí o en [Instagram](#), y estaremos encantados de responderte.

Donnez une note à cet article :  
2 avis (5/5)

## **Merci de partager notre article :**

- [Compartir en X \(Se abre en una ventana nueva\) X](#)
- [Comparte en Facebook \(Se abre en una ventana nueva\) Facebook](#)
- [Haz clic en Pinterest \(Se abre en una ventana nueva\) Pinterest](#)
- [Compartir en WhatsApp \(Se abre en una ventana nueva\) WhatsApp](#)
- [Más](#)