



## Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

By Floriane

Aujourd'hui nous vous embarquons avec nous à La Rochelle, une ville que nous avons eu l'occasion de visiter à plusieurs reprises, et nous adorons son ambiance bord de mer. Nichée sur la côte atlantique française, La Rochelle est une destination qui combine à merveille histoire, culture et nature. Connue pour son célèbre Vieux Port gardé par ses imposantes tours, mais pas que cette ville portuaire regorge de trésors à découvrir.

Nous vous partageons dans cet article, **que faire et voir** à La Rochelle, nos **14 incontournables**, notre **itinéraire** en 1 ou 2 jours, le temps d'un week-end, et nos **secrets** pour visiter La Rochelle ! Nous vivons à l'île d'Oléron, La Rochelle est notre escapade citadine préférée.

## Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

### Sommaire détaillé

- [1. Le Vieux Port et ses Trois Tours](#)
- [2. Le quartier colorée du Gabut](#)
- [3. L'Hôtel de Ville](#)
- [4. Le Centre Historique :](#)
- [5. Le Port des Minimes](#)
- [6. Le mythique Fort Boyard](#)
- [7. Le Parc Charruyer : le poumon vert](#)
- [8. Dégustez la gastronomie locale au marché central](#)
- [9. Partez en croisière pour explorer les îles au large](#)
- [10. Le Musée Maritime tout savoir sur l'histoire navale](#)
- [11. Profiter des Plages de sable fin](#)
- [12. L'Aquarium de La Rochelle : l'activité idéale en famille](#)
- [13. Les Festivals et Événements Culturels](#)
- [14. Louer un bateau](#)
- [Itinéraire : Visiter La Rochelle en 1 Jour](#)
- [Itinéraire : que faire à La Rochelle en 2 Jours](#)
- [Nos conseils pour votre visite](#)
  - [Ou dormir ?](#)

- [Où manger ?](#)
- [Nos bonnes adresses sur notre carte](#)
- [Comment venir à La Rochelle ?](#)

## 1. Le Vieux Port et ses Trois Tours

Le Vieux-Port est l'endroit à voir lors de votre séjour à La Rochelle. Flânez le long des adorables quais et admirez les **3 tours médiévales**, classées monuments historiques, témoins de l'histoire maritime de la ville.

- **Tours de la Chaîne** : comme son nom l'indique, elle servait à tendre une chaîne massive, en conjonction avec la Tour Saint-Nicolas, pour fermer l'entrée du port la nuit ou en cas de menace. Cette chaîne empêchait les navires non autorisés d'entrer ou de sortir.
- **Tour Saint-Nicolas** : située à l'entrée du vieux port, est comme évoqué précédemment un édifice militaire servant à protéger le port.
- **Tour de la Lanterne** : unique en son genre avec son toit en forme de lanterne qui servait autrefois de phare.

*Nous vous conseillons de visiter les tours à l'aide d'un billet jumelé (tarif 9,50€) pour avoir une superbe vue sur Le port et la ville de La Rochelle. Dans chaque tour, un petit espace musée présente son histoire. Si vous êtes pressés, la **tour de la Chaîne** se visite plus rapidement que les autres. [Information sur le site officiel.](#)*

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

## 2. Le quartier colorée du Gabut

Le **quartier du Gabut** est situé au sud du port, est l'un de nos coups de cœur à La Rochelle. C'est un espace vibrant et coloré, connu pour ses maisons peintes dans des tons vifs rappelant l'ambiance des pays nordiques, on est à deux doigts de se croire à [Stockholm](#), ville que nous adorons.

Ancienne zone industrielle, ce quartier a été transformés en un lieu branché et artistique, très prisé des locaux. C'est l'endroit idéal pour prendre des photos des belles fresques de street art de La Rochelle.

Pour la petite anecdote, nous adorions prendre un verre à la guinguette « la Belle du Gabut », qui été situé au coeur du quartier, qui a malheureusement fermé après quelques années d'activités. Ce lieu devrait être de nouveau investi par des foodtruck en 2024, pour notre plus grand bonheur !

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

### 3. L'Hôtel de Ville

Située en plein centre historique, l'**Hôtel de ville** de La Rochelle est notre bâtiment préféré à La Rochelle. Récemment restauré après un incendie, c'est un joyau architectural. Sa façade Renaissance est un incontournable pour les amateurs d'histoire et d'architecture. Vous pouvez entrer gratuitement dans sa cour intérieure pour admirer la façade du bâtiment et les nombreux détails



architecturaux.

## 4. Le Centre Historique :

Le centre historique est connu pour ses charmantes **arcades commerçantes**. C'est également un fascinant labyrinthe de rues pavées et de bâtiments anciens, reflétant la riche histoire de la ville.

Dans cette zone nous vous conseillons de vous arrêter aux édifices / points suivants :

- L'**Hôtel de Ville** de style Renaissance (voir point 3)
- La majestueuse **Cathédrale Saint-Louis**, et ses nombreuses maisons à colombages.
- Le **marché couvert**, apporte une atmosphère vivante et authentique du quartier.

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

## 5. Le Port des Minimes

Le Port des Minimes est le **plus grand port de plaisance de la côte atlantique française**. C'est un lieu dynamique et moderne, foisonnant de bateaux, voiliers et de yachts.

Une promenade permet de relier le port au centre-ville, tout en admirant la vue sur les bateaux à quais et dans l'eau. C'est le moment de choisir votre bateau pour votre exploration des îles autour de La Rochelle.

[De nombreuses croisières pour explorer les îles partent de ce port](#)

## 6. Le mythique Fort Boyard

**Fort Boyard** se trouve sur la côte ouest de la France, dans l'océan Atlantique. Il est situé entre l'île d'**Oléron** et l'**île d'Aix**, dans le **Pertuis d'Antioche**, un détroit séparant l'île d'Oléron du continent.

Fort Boyard n'est pas visible depuis La Rochelle, seulement depuis la cote est de l'île d'Oléron et depuis Fourras au sud de la Rochelle.

L'intérieur du fort ne se visite pas, sauf si vous êtes sélectionné pour le jeu télévisé

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

Fort Boyard, dans ce cas n'hésitez pas à nous envoyer une petite dédicace du **Père Fouras** !

Votre seule option est de **partir en croisière** pour naviguer autour de fort Boyard et en profiter pour admirer les magnifiques paysages côtiers de la région. Pendant votre excursion, votre guide partagera des anecdotes sur l'histoire du fort, de sa construction à son rôle dans la culture populaire. Même si nous avons l'impression de le connaître par cœur, à chaque croisière, nous apprenons de nouvelles anecdotes.

Depuis la Rochelle, comptez **environ 40€ pour une croisière à bord d'un catamaran** d'une durée de 4h. Le départ de cette croisière se situe au sud du port de la Rochelle, en face de la médiathèque de La Rochelle sur la place François Mitterrand. Nous vous conseillons cette croisière plus intimiste que les bateaux Inter-îles.

[Voir les disponibilités pour cette croisière](#)

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables



Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

## 7. Le Parc Charruyer : le poumon vert

C'est un incontournable à La Rochelle, l'immense **Parc Charruyer** d'environ 40 hectares est le lieu parfait pour une pause nature en plein cœur de la ville. Pour les plus petits, un espace a été aménagé avec des animaux (canard, cygnes...). Il y a également une belle aire de jeux pour enfants..

Une agréable balade permet de relier le centre-ville à la plage de la Concurrence (environ 1,5 kilomètre). C'est un excellent endroit pour un pique-nique ou une balade digestive.

## 8. Dégustez la gastronomie locale au marché central

Pour goûter aux saveurs locales, rien ne vaut le **Marché Central** au cœur du centre historique. Un marché vivant, comme on les aime, remplie d'énergie et de beaux produits avec des producteurs locaux. En haute saison, il est ouvert tous les jours.

L'idéal est d'y déguster des huîtres, ouvertes devant vous. Puis d'y acheter des produits frais pour votre pique-nique ou votre apéro sur la plage ou au parc Charruyer.

## 9. Partez en croisière pour explorer les îles au large

C'est l'activité à faire lors de votre séjour à La Rochelle. Autour de La Rochelle, plusieurs îles sont situées à quelques kilomètres :

- **L'Île de Ré** : la plus proche, est célèbre pour ses villages pittoresques, ses plages de sable fin et ses marais salants. Elle est idéale pour les balades à vélo et les dégustations de produits locaux.
- **L'Île d'Oléron** : que nous connaissons parfaitement, car nous y vivons, plus grande, séduit par ses vastes plages, ses forêts de pins et ses parcs ostréicoles. Elle est parfaite pour les amateurs de nature et de sports nautiques.
- **L'Île d'Aix** : plus petite et plus sauvage, est une invitation à la tranquillité, accessible uniquement par bateau.

Croisière de 2 h au coucher du soleil

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

Une **super idée d'activité**, embarquez sur un catamaran, depuis le **port** de La Rochelle pour naviguer entre les îles de Ré, Aix et Oléron pour admirer le coucher du soleil.

Bref un moment qui vous fera **tout oublier** sans vous **ruiner** (à partir de 29€)

[Voir les prix et disponibilité pour cette croisière](#)

## 10. Le Musée Maritime tout savoir sur l'histoire navale

Le **Musée Maritime de La Rochelle** est un lieu fascinant dédié à l'histoire navale et à la culture maritime de la région. Situé au bord du Vieux-Port, le musée propose une expérience unique avec 3 navires historiques à quai, que les visiteurs peuvent explorer, y compris un sous-marin.

À l'intérieur, des expositions interactives et éducatives présentent l'histoire de la navigation, la construction navale et la pêche en haute mer. C'est un musée idéal à faire avec des enfants, notre fille a adoré.

## 11. Profiter des Plages de sable fin

Lézarder sur l'une des plages de La Rochelle est l'activité à faire pendant votre séjour.

**3 belles plages de sable fin** sont situées à proximité immédiate du centre-ville : la grande **Plage des Minimes**, la **Plage de la Concurrence**, en plein centre ville et la plage plus sauvage du **Chef de Baie**. Le seul bémol, à savoir tout de même, c'est qu'elles sont très fréquentées en été.

Autour de la Rochelle, vous aurez l'embarras du choix pour vous aider à choisir votre plage, nous avons répertorié dans un article les plus **belles plages sauvages et pittoresques** dans les environs de la Rochelle, que vous pouvez consulter [ici](#).

## 12. L'Aquarium de La Rochelle : l'activité idéale en famille

Situé au sud du vieux port, il abrite plus de 12 000 animaux marins représentant 600 espèces, répartis dans 75 bassins. Nous ne sommes généralement pas des inconditionnels des aquariums et des zoo, ici les espaces sont tellement grands,

nous avons passé un agréable moment à **observer les animaux** marins vaquer à leurs occupations.

Nous avons observé une grande variété de faune marine, des fragiles méduses aux imposants requins, en passant par les colorés poissons tropicaux. L'aquarium se distingue aussi par son tunnel à requins et son impressionnante galerie des lumières.

C'est une activité idéale **en famille** qui plaira aux petits et aux grands et encore plus quand il **pleut** à la Rochelle. Astuce en haute saison : visitez-le en début de matinée pour éviter les foules.

## 13. Les Festivals et Événements Culturels

La Rochelle est animée toute l'année par divers **festivals et événements**. Les plus connus sont sans doute le Festival International du Film (qui a lieu fin juin) ainsi

que le festival de musique Les Francopholies (les Franco pour les locaux) qui accueille chaque année les plus grands artistes français (qui a lieu mi-juillet).

## 14. Louer un bateau

L'idéal est évidemment de louer un **bateau privé**, vous pourrez ainsi explorer les **environs de La Rochelle** à votre rythme et vous approcher à distance raisonnable de **Fort Boyard**.

Pas de panique si vous êtes novice en navigation, vous pouvez louer un bateau **avec ou sans permis** et avec ou sans skipper. Vous trouverez forcément une formule adaptée à vos besoins.

Pour louer votre bateau, nous vous recommandons de passer par la plateforme [Samboat](#). C'est bien simple, ils ont l'offre la plus complète de location de bateau et leur site est très simple d'utilisation.

Vous rentrez votre localisation, puis vos dates, ensuite vous pouvez filtrer par type de bateau (à moteurs, péniches, petits bateaux...), avec ou sans permis, avec ou sans skipper : bref, vous avez l'embarras du choix.

[Tout savoir sur la location de bateau](#)

## Itinéraire : Visiter La Rochelle en 1 Jour

Visiter La Rochelle en une journée demande une organisation efficace pour profiter au maximum de ce que la ville a à offrir. Voici notre idée d'itinéraire :

### **Matinée**

- **Le Vieux Port** : commencez votre journée au Vieux-Port, le cœur de La Rochelle. Prenez le temps d'admirer les célèbres Tours qui gardent l'entrée du port, notamment la Tour Saint-Nicolas et la Tour de la Chaîne. Puis explorez le quartier coloré du Gabut.
- **Un musée** : poursuivez avec l'**Aquarium de La Rochelle**, ou le **Musée Maritime**, situés juste à côté.
- **Marché Central ou Restaurants Locaux** : profitez du marché central pour

## Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

un déjeuner rapide avec des produits locaux, ou choisissez l'un des nombreux restaurants autour du Vieux-Port pour une pause gourmande. (*notre sélection ci-dessous*)

### Après-midi

- **Balade dans le Centre Historique** : après le déjeuner, explorez le **centre historique de La Rochelle**. Promenez-vous dans les ruelles pavées, les arcades commerçantes et admirez l'Hôtel de Ville.
- Puis balade jusqu'à la plage en traversant le parc **Charruyer**

### Soirée

- **Détente au Port des Minimes** : terminez votre journée au Port des Minimes. C'est l'endroit parfait pour une promenade en fin d'après-midi, avec une vue imprenable sur les bateaux et la mer.



Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

## Itinéraire : que faire à La Rochelle en 2 Jours

Pour votre deuxième journée à La Rochelle, nous vous recommandons de visiter l'un des deux musées que vous n'avez pas eu le temps de faire le premier jour. Puis de partir explorer l'**île de Ré** en voiture ou en transport en commun ou de partir faire une **croisière** pour explorer les îles et / ou le mythique Fort Boyard.

## Nos conseils pour votre visite

### Où dormir ?

Vous cherchez dans quel quartier dormir pendant votre séjour ? Pour faciliter vos recherches, nous vous avons détaillé dans un article **les quartiers les plus intéressants** pour vous [loger à La Rochelle](#) ainsi que nos **adresses insolites**.

N'oubliez pas de réserver votre séjour à l'avance, surtout en haute saison, La Rochelle est une ville prisée des vacanciers et on vous comprend !

Notre top 3 hébergements

1. **Notre coup de coeur** : l'[Hôtel Saint Nicolas](#) nous avons séjourné dans ce

## Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

magnifique hôtel lors de notre séjour à La Rochelle. Il est idéalement situé dans le quartier Saint-Nicolas, le port et le centre-ville sont accessibles à pied. La décoration est soignée, et cosy idéal. Nous nous sentions comme à la maison. Bref, foncez-y !

2. **Logement insolite** : [La Rochelle sur L'eau](#) : la Rochelle est une ville au bord de la mer, profitez en pour dormir sur un bateau dans le port de la Rochelle.
3. **Bon rapport qualité / prix €** : [Le Manoir Hôtel](#) est un bel hôtel trois-étoiles situé à proximité du centre-ville. Cet ancien hôtel particulier a été entièrement rénové pour offrir des chambres intimistes et pleines de charme. C'est un excellent rapport qualité prix.

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

[Hébergements les mieux noté à La Rochelle](#)

## Où manger ?

- **Koya** : un restaurant japonais avec des plats originaux et savoureux à deux pas du vieux port dans un cadre magnifique. Nous nous sommes régalés.
- **Le Comptoir Saoufé** : c'est l'endroit idéal pour déguster des fruits de mer en plein centre historique.
- **Le Jardin du Marché** : un restaurant qui met en valeur les produits locaux, souvent issus du marché voisin, une excellente adresse à la Rochelle
- **Les Frangins** : le burgeur de La Rochelle à tester absolument.
- **Christopher Coutanceau** : c'est l'étoilée de La Rochelle. Situé en face de la plage de la concurrence. Si vous avez un événement à fêter, c'est le lieu pour les grandes occasions :

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables



Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

## Nos bonnes adresses sur notre carte

Comme vous le savez, nous adorons noter toutes **nos bonnes adresses et notre itinéraire** sur une carte afin de faciliter le séjour de nos lecteurs. Évidemment, nous **partageons cette carte ci-dessous avec vous** :

## Comment venir à La Rochelle ?

- **Depuis Paris** : La Rochelle est facilement accessible en TGV depuis Paris (environ 3 heures). C'est une destination idéale pour un weekend au bord de mer.
- **Depuis Bordeaux** : Un trajet en voiture ou en train vous mènera à La Rochelle en environ 2 heures.
- **Depuis l'île de Ré et l'île d'Oléron** : le réseau de bus est bien développé pour l'île d'Oléron vous pouvez consulter les lignes et horaires sur le site internet de la [cdc-oléron](#) En haute saison, vous pouvez prendre un **ferry** pour relier Boyardville en environ 50 minutes (sur la cote est de l'île d'Oléron) ou l'île de Ré. Les bateaux circulent entre avril et début novembre, avec 1 départ quotidien en haute saison. Les **vélos sont autorisés** sur ces liaisons maritimes. C'est l'idéal pour ensuite explorer ces 2 îles en utilisant les nombreuses pistes cyclables. Retrouvez toutes les informations nécessaires sur les horaires et prix des bateaux sur le [site de la compagnie](#). (environ 18,50€ par personne)

## Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

La Rochelle est une ville riche en histoire et en culture. Vous l'avez compris nous aimons beaucoup cette ville élégante et arborée, encore préservée du tourisme de masse, et nous avons déjà hâte d'y retourner. Nous mettons régulièrement cet article à jour puisque nous venons régulièrement en escapade à La Rochelle. Nous espérons que ce guide vous aidera à planifier votre visite et à profiter pleinement de ce joyau de la côte atlantique française.

Si vous avez d'autres suggestions à nous faire, n'hésitez pas à laisser un commentaire ci-dessous. Nous les ajouterons à notre liste de choses à visiter à La Rochelle.

Si vous préparez un séjour sur l'île, vous pouvez aussi compléter votre lecture avec nos autres articles pour organiser vos vacances en Charente-Maritime :

- [Que faire sur l'île d'Oléron ? Notre guide complet](#)
- [Nos idées d'activité à faire en famille sur l'île d'Oléron](#)
- [Les plus belles plages de l'île d'Oléron](#)
- [Que faire à Rochefort avec des enfants ?](#)
- [Où dormir sur l'île d'Oléron ? Nos hébergements préférés](#)

N'hésitez pas à nous laisser un **petit mot** ci-dessous pour nous dire si vous prévoyez ce voyage, à **poser** toutes vos questions ou à **partager** sur les réseaux sociaux ([notre Instagram](#)) nous vous répondrons avec grand plaisir !

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités  
incontournables

Visiter La Rochelle en 1 ou 2 jours : nos activités incontournables

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

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

- [Partager sur X\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) X](#)
- [Partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) Facebook](#)
- [Partager sur Pinterest\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) Pinterest](#)
- [Partager sur WhatsApp\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) WhatsApp](#)
- [Plus](#)