

## Bus-cyclistes – contacts

### 1 - Antibes Centre – Sophia

Distance	9,5km
Temps moyen	Aller 30-35mn – retour 20-25mn
Type de trajet	Urbain et piste cyclable dans Sophia
Contact	Colin : <a href="mailto:colin.p.antibes@buscyclistes.org">colin.p.antibes@buscyclistes.org</a>

### 2 - Antibes St-Jean - Sophia

Distance	7,5km
Temps moyen	20-25mn
Type de trajet	Urbain et piste cyclable dans Sophia
Contact	Bruno : <a href="mailto:bruno.r.antibes@buscyclistes.org">bruno.r.antibes@buscyclistes.org</a>

### 3 - Antibes Ouest / Juan les Pins - Sophia

Distance	7,5km
Temps moyen	20-25mn
Type de trajet	Piste cyclable, à part échangeur d'Antibes
Contact	Alexandre : <a href="mailto:alexandre.b.biot@buscyclistes.org">alexandre.b.biot@buscyclistes.org</a>

### 4 - Mougins le Haut – Sophia

Distance	7,5km
Temps moyen	18mn
Type de trajet	Petites routes (Valmasque), piste cyclable
Contact	Karine : <a href="mailto:k.laffont@laposte.net">k.laffont@laposte.net</a>

### 5 - Le Cannet – Sophia

Distance	8,5km
Temps moyen	Aller 30mn – retour 20mn
Type de trajet	Petites routes, peu de voitures sauf sur 1 km
Contact	Nicolas via Karine : <a href="mailto:k.laffont@laposte.net">k.laffont@laposte.net</a>

### 6 - Cannes La Bocca – Sophia

Distance	14,5km
Temps moyen	Aller 50mn – retour 35mn
Type de trajet	Urbain sur la 1 <sup>ère</sup> partie, puis petites routes
Contact	Charles : <a href="mailto:charles.o.cannes-la-bocca@buscyclistes.org">charles.o.cannes-la-bocca@buscyclistes.org</a>

### 7 - Mougins – Sophia

Distance	8km
Temps moyen	35-40mn
Type de trajet	Mixte route et piste carrossable
Contact	Sébastien <a href="mailto:sebastien.g.mougins@buscyclistes.org">sebastien.g.mougins@buscyclistes.org</a>

### 8 - Mouans-Sartoux – Sophia

Distance	10km
Temps moyen	20-25mn
Type de trajet	Routes fréquentées, peu de piste cyclable
Contact	Gabriel : <a href="mailto:gabriel.p.valbonne@buscyclistes.org">gabriel.p.valbonne@buscyclistes.org</a>

### 9 - Mouans-Sartoux – Sophia itinéraire mixte (VTT)

Distance	10km
Temps moyen	20-25mn
Type de trajet	Mixte petites routes/piste/sentier roulant plat
Contact	Rémi : <a href="mailto:remihardy@yahoo.fr">remihardy@yahoo.fr</a>

### 10 - Grasse St-Claude – Sophia

Distance	14km
Temps moyen	35mn
Type de trajet	Routes peu à très fréquentées, itinéraire cyclable
Contact	Nicolas : <a href="mailto:bowlinger@yahoo.com">bowlinger@yahoo.com</a>

### 11 - Opio / Valbonne – Sophia

Distance	11,5km
Temps moyen	45mn
Type de trajet	Mixte petites routes et piste carrossable
Contact	Philippe : <a href="mailto:philippe.l.opio@buscyclistes.org">philippe.l.opio@buscyclistes.org</a>

### 12 - Le Rouret - Sophia

Distance	13km
Temps moyen	Aller 40mn – retour 50mn
Type de trajet	Itinéraire routier, via petite route Bois d'Opio
Contact	Fabien : <a href="mailto:fduclot@gmail.com">fduclot@gmail.com</a>

### 13 - Roquefort les Pins - Sophia

Distance	10km
Temps moyen	35mn
Type de trajet	Mixte route/ piste carrossable
Contact	Fabien : <a href="mailto:fduclot@gmail.com">fduclot@gmail.com</a>

### 14 - Biot Bois Fleuri – Sophia

Distance	3km
Temps moyen	15mn
Type de trajet	Mixte petite route /piste carrossable(Brague)
Contact	Benoit : <a href="mailto:benoit.maire@amadeus.com">benoit.maire@amadeus.com</a>

### 15 - Villeneuve-Loubet - Sophia

Distance	10km
Temps moyen	30-40mn
Type de trajet	Petites routes peu fréquentées, piste cyclable
Contact	Eoin : <a href="mailto:eoin.thomas@inria.fr">eoin.thomas@inria.fr</a>

### 16 - St-Jeannet / La Gaude - Sophia

Distance	27km
Temps moyen	Aller 50mn-1h – retour 1h20mn
Type de trajet	Pistes cyclables ou petites routes.
Contact	Scott : <a href="mailto:c.scott.b.sophia-antipolis@buscyclistes.org">c.scott.b.sophia-antipolis@buscyclistes.org</a>

### 17 - Nice – Sophia

Distance	23km
Temps moyen	1h10
Type de trajet	Piste cyclable et petite route
Contact	Richard : <a href="mailto:richard.r.nice@buscyclistes.org">richard.r.nice@buscyclistes.org</a> Fabien : <a href="mailto:fduclot@gmail.com">fduclot@gmail.com</a>

# Plan des pistes cyclables à Sophia Antipolis et contacts Bus-cyclistes



Avec le soutien de :



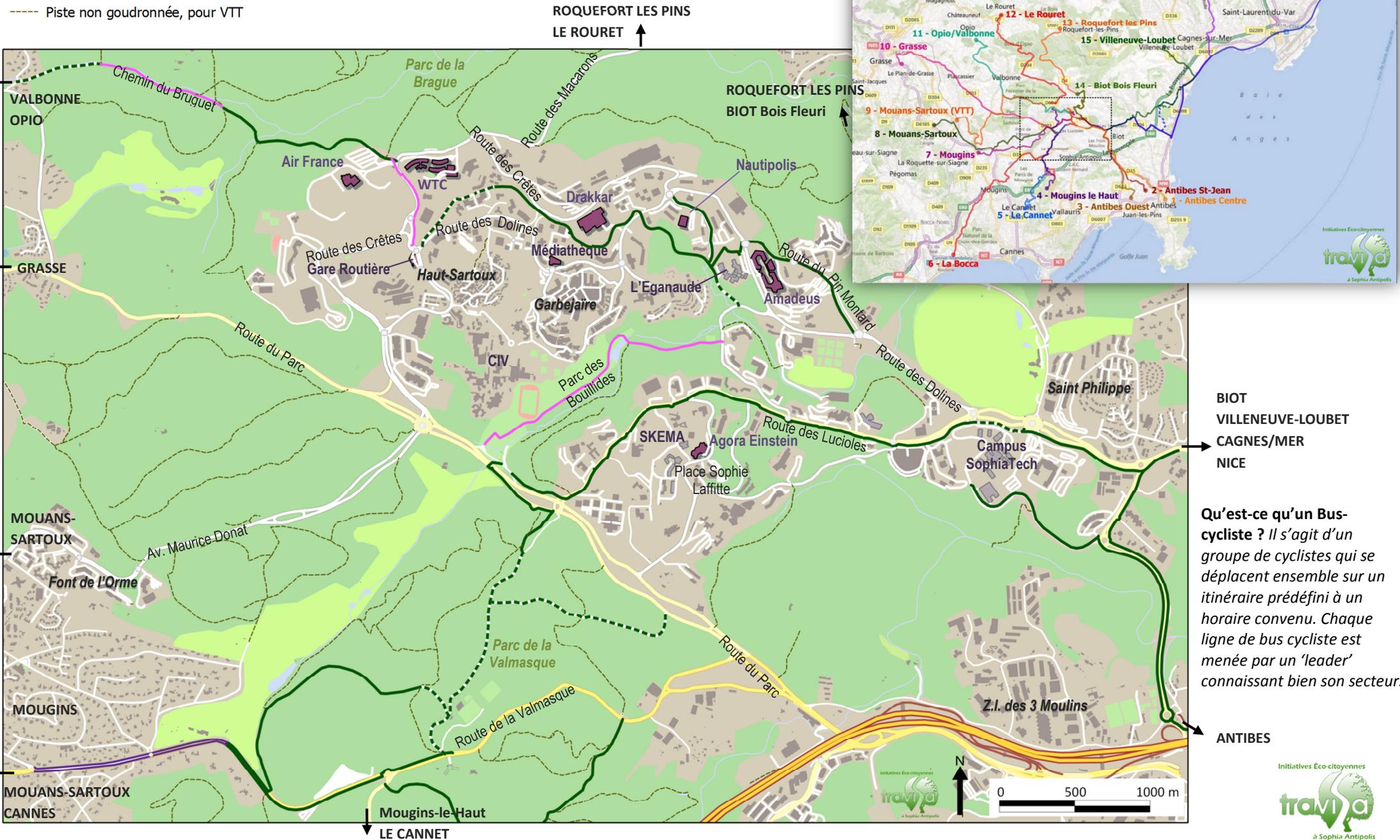
## Légende

### Pistes et itinéraires cyclables

-  Piste cyclable, voie verte ou fermée aux voitures
-  Route tranquille partagée
-  Bande cyclable
-  Chemin cyclable, parfois cabossé
-  Piste non goudronnée, pour VTT

## Pistes cyclables à Sophia Antipolis

Envie de venir à vélo à Sophia Antipolis ? N'hésitez pas à contacter les 'leaders' des bus-cyclistes !  
(détails au dos)



BIOT  
VILLENEUVE-LOUBET  
CAGNES/MER  
NICE

Qu'est-ce qu'un Bus-cycliste ? Il s'agit d'un groupe de cyclistes qui se déplacent ensemble sur un itinéraire prédéfini à un horaire convenu. Chaque ligne de bus cycliste est menée par un 'leader' connaissant bien son secteur.

ANTIBES

Initiatives Eco-citoyennes  
**travisa**  
à Sophia Antipolis