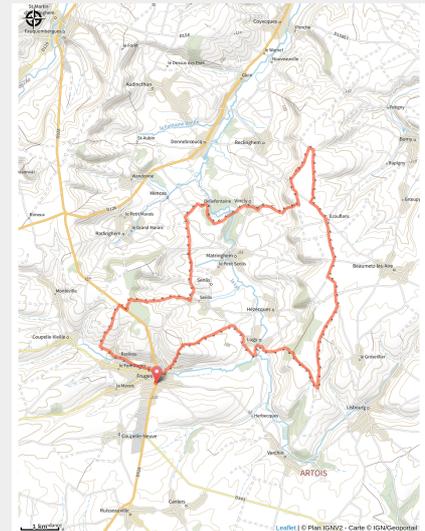


# Les Avesnes

Montreuillois-Ternois - Fruges



(Département du Pas-de-Calais)



*Une jolie boucle pour cyclotouriste averti, dans les campagnes vallonnées autour de Fruges.*

## Infos pratiques

Pratique : Cyclotourisme / VTC

Durée : 3 h

Longueur : 28.9 km

Dénivelé positif : 409 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Boucle

Thèmes : À la campagne, Faune, Flore, Point de vue

# Itinéraire

**Départ** : Mairie de Fruges - 1 D928,  
62310 Fruges

**Arrivée** : Mairie de Fruges - 1 D928,  
62310 Fruges

**Communes** : 1. Fruges

2. Senlis

3. Ligy

4. Verchin

5. Lisbourg

6. Hézecques

7. Beaumetz-lès-Aire

8. Vincly

9. Bomy

10. Reclinghem

11. Mencas

12. Matringhem

## Profil altimétrique



Altitude min 69 m Altitude max 187 m



# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Attention : les boucles cyclotouristiques départementales empruntent les routes ouvertes à la circulation et ne sont pas nécessairement adaptées à un public cycliste débutant ou familial.

Pour les familles avec enfants, privilégier les véloroutes et voies vertes en "site propre" !

## **Lieux de renseignement**

### **Office de Tourisme des 7 vallées**

Place d'Armes - Hôtel de Ville, 62140.0  
HESDIN

[contact@tourisme-7vallees.com](mailto:contact@tourisme-7vallees.com)

Tel : 03 21 86 19 19

[www.tourisme7vallees.com](http://www.tourisme7vallees.com)