



Paris, le 12 juin 2025

Mots-clés : VELO, AGENDA, HANDICAP, BRETAGNE, ASSOCIATION

## **À Tour de Bras – La Côte Bretonne 2025**

Vivre TOUS ensemble !

**Du dimanche 7 au lundi 14 septembre, l'association À Tour de Bras embarquera 15 aventuriers en Bretagne, en situation de handicap ou non, pour un périple en handbike.**

**Une aventure sportive, humaine, et profondément inclusive.**

**Vacanciers et bretons, sont invités à venir pédaler avec eux !**

**7 étapes au départ de Saint-Brieuc, pour un parcours qui suit les plus belles côtes bretonnes, de la Côte de Granit Rose aux Abers et jusqu'à Brest.**

### **A l'agenda : 3 moments forts pour les rencontrer et les accompagner**

Saint-Brieuc – 7 septembre 10 h, départ officiel

Roscoff – 10 septembre, visite du centre de rééducation Ildys, échanges avec les patients

Brest – 13 septembre, arrivée dans le cadre de l'événement Brest Culture Sport aux Ateliers des Capucins.

### **A Tour de Bras : un défi collectif pour rendre l'aventure accessible**

L'association À Tour de Bras, créée en 2015, organise des périples sportifs inclusifs en handbike et à vélo. Elle promeut l'accessibilité du voyage à vélo pour les personnes en situation de handicap comme pour les valides. Chaque année, ses membres parcourent plusieurs centaines de kilomètres en France ou en Europe.

L'association milite aussi pour faire évoluer les infrastructures et changer le regard sur le handicap. En dix ans, elle a parcouru plus de 11 000 km à travers 10 pays, au service du vivre-ensemble et de la mobilité douce.

Au fil des années, l'association À Tour de Bras, au travers de l'organisation de ses périples, apporte sa contribution dans un esprit de fête et d'exploit, à trois sujets :

- faire évoluer les infrastructures pour une meilleure accessibilité,
- changer les mentalités,
- montrer que le handicap n'est pas un frein, mais un moteur pour vivre de grands projets.



« Nous proposons chaque année des périple longues distances, pour des personnes en situation de handicap. C'est une aventure humaine et sportive de grande envergure qui développe la confiance en soi, les facultés d'adaptation ! En 10 ans, l'association a parcouru dans ces périple, plus de 11 000 km à travers 10 pays d'Europe. Lorsque l'on se retrouve en situation de handicap, c'est précisément ce genre d'aventure dont on a besoin pour se sentir libre, vivant, et réveiller toutes les cellules d'un corps que l'on redécouvre », s'enthousiasme Yves Pucheral, Président de l'association, entrepreneur et passionné de handbike.

Le **handbike** est un vélo couché à 3 roues et à propulsion manuelle. On le fait avancer **en tournant les manivelles avec les bras**, grâce à un maindallier situé à l'avant du vélo.

Initialement conçu pour les personnes n'ayant pas ou peu de mobilité dans les jambes (paraplégie, amputation...), il est aussi utilisé par des sportifs valides dans certaines disciplines.

Le handbike permet aux personnes en situation de handicap de **reprendre goût à l'effort physique, au voyage, à la liberté de mouvement**. Sur les longues distances, il offre une façon différente de découvrir les paysages, de partager la route avec les autres cyclistes, et de démontrer que **l'aventure à vélo est accessible à tous**.



## Agenda : tout le monde peut participer !

- En les encourageant aux points de départ,
- En les rejoignant à vélo sur la route pour une étape ou plusieurs,
- En les rencontrant pour discuter,
- En les soutenant financièrement : sur leur page [Hello Asso](#), ou en devenant sponsor. Le projet « la Côte Bretonne 2025 » bénéficie déjà du soutien de partenaires privés (Water Connect, ATM Levage), et institutionnels (le Centre de rééducation du groupe Ildys de Roscoff, Paimpol, Trégastel, Lannion ; Brest Métropole / Ville de Brest, dans le cadre de Brest Culture Sport. Et beaucoup de dons de particuliers...

## La Côte Bretonne 2025 en chiffres

425 km à parcourir

7 étapes de Saint-Brieuc à Brest, 8 jours de périple

5 participants en situation de handicap (handbike) et 10 participants non porteurs de handicap (cyclistes, logistique et équipe vidéo)

1 van aménagé pour la logistique et l'assistance

## 7 étapes

- 7 septembre : Saint-Brieuc (départ officiel) → Paimpol
- 8 septembre : Paimpol → Trégastel
- 9 septembre : Trégastel → Plougasnou
- 10 septembre : Plougasnou → Roscoff
- 11 septembre : Roscoff (visite du centre de rééducation Ildys) → Guissény
- 12 septembre : Guissény → Landunvez
- 13 septembre : Landunvez → Brest (arrivée officielle dans le cadre de l'événement Brest Culture Sport aux Ateliers des Capucins)

Le périple embarque quinze sportifs, personnes en situation de handicap ou non, dont :

- Dominique Brun : formateur en pâtisserie, handbiker, militant du sport pour tous
- Samuel Nyamsi Mambo : artiste camerounais et auxiliaire de vie, sportif, cycliste et membre de l'équipe logistique
- Paul Mousny : 30 ans d'ancienneté dans le domaine du handicap auditif, bikepacker chevronné et membre historique de l'association
- Yves Pucheral : président de l'association, entrepreneur et passionné de handbike,
- Maxence Mattioli : porteur de projet de l'association, musicien et passionné de handbike

« L'arrivée de notre périple à Brest Culture Sport renforcera la visibilité de notre action et favorisera les échanges avec les partenaires associatifs locaux », conclut Maxence Mattioli, musicien et membre actif, engagé dans l'organisation du périple. « Chaque périple est l'occasion de collecter des retours terrain sur les obstacles





*rencontrés, et de dialoguer avec les collectivités et acteurs du tourisme et de l'hébergement sur les besoins des personnes en situation de handicap. »*

Pour en savoir plus :

- Instagram : [https://www.instagram.com/atour\\_debras/](https://www.instagram.com/atour_debras/)
- Facebook : <https://www.facebook.com/ATDB2017>
- Youtube : : [Vidéo Projet Côte Bretonne 2025](#)
- Sur helloAsso : [Projet "À Tour de Bras" 2025 : La Côte Bretonne en Handbike](#)