

# MON VOYAGE À VÉLO PAS CHER !

Le guide pour partir avec un tout petit budget !

Lucie Cuadrado et Maxime Courtoison

# Important – À lire

Le simple fait de lire le présent livre vous donne le droit de **l'offrir en cadeau à qui vous le souhaitez**. Vous êtes autorisé à l'utiliser selon les mêmes conditions commercialement, c'est-à-dire à l'offrir sur votre blog, sur votre site web, à l'intégrer dans des packages et à l'offrir en bonus avec des produits, mais PAS à le modifier sans l'autorisation de ses auteurs ni à le vendre directement, ni à l'intégrer à des offres punies par la loi dans votre pays.

Ce livre est sous licence Creative Commons 4.0 «Attribution + Pas d'Utilisation Commerciale + Pas de Modification», ce qui signifie que vous êtes libre de le distribuer gratuitement à qui vous voulez, à condition de ne pas le modifier, et de toujours citer les auteurs Lucie Cuadrado et Maxime Courtoison comme les auteurs de ce livre, et d'inclure un lien vers <http://www.en-echappee.fr>.



« Mon voyage à vélo pas cher » par Lucie Cuadrado et Maxime Courtoison est mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons **Attribution + Pas d'Utilisation Commerciale + Pas de Modification (BY NC ND)** 4.0 International. Vous pouvez en savoir plus sur la licence à cette adresse : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

# Les auteurs



## Maxime Courtoison

Maxime est né en 1992 à Saumur. C'est dans cette ville d'amoureux du vin et du vélo qu'il a grimpé ses premières côtes à l'âge de six ans. En grand fan du Tour de France, Maxime a pratiqué le cyclisme sur route pendant cinq ans, avant de se mettre au football. Passionné de cinéma, il tient un blog de critiques de films avec deux amis d'enfance : L'Agence Touriste ([www.agencetouriste.fr](http://www.agencetouriste.fr)). Actuellement en école d'ingénieurs à Nantes, il se spécialise dans la gestion de production. C'est d'ailleurs à l'école qu'il a rencontré Lucie, future partenaire de voyage et dans la vie. Ils ont fait leur premier long voyage à vélo en juillet 2015, en ralliant les capitales scandinaves pendant un mois. Depuis juin 2015, ils tiennent un blog sur le voyage à vélo : En Echappée ([www.en-echappee.fr](http://www.en-echappee.fr)).

## Lucie Cuadrado

Lucie est née en 1992 en Essonne. Elle se passionne d'abord pour la danse et la musique, qui sont toujours ses passe-temps. Elle redécouvre le vélo à Copenhague et en fait son moyen de transport fétiche. Rêvant de grandes randonnées, elle envisage finalement le voyage à vélo pour lequel Maxime est très enthousiaste. Actuellement ingénieure spécialisée dans le domaine des eaux urbaines, Lucie consacre une partie de son temps à l'ONG indienne HEEALS ([www.heeals.org](http://www.heeals.org)), œuvrant pour la réduction de la pauvreté par l'éducation et l'assainissement. Affectionnant l'écriture, elle tient, avec Maxime, un blog de conseils, inspirations et témoignages sur le voyage à vélo, pour les passionnés de voyage, débutants ou confirmés : En Echappée ([www.en-echappee.fr](http://www.en-echappee.fr)).



# Sommaire

---

<b>Introduction.....</b>	<b>4</b>
<b>Destination.....</b>	<b>7</b>
<b>Hébergement et alimentation.....</b>	<b>9</b>
<b>Matériel.....</b>	<b>13</b>
<b>Budget et financement.....</b>	<b>19</b>
<b>Conclusion.....</b>	<b>20</b>

# Introduction

Ça y est c'est le grand départ ! La route défile sous vos roues, les paysages se dévoilent sous vos yeux ébahis, le vent balaie votre visage qui rayonne d'épanouissement. Le monde est à vous, avec ses couleurs, ses odeurs, ses saveurs et ses habitants, toutes vos futures rencontres de voyageur !

Vous prenez votre temps, découvrez des villages pittoresques, renouez avec la nature, explorez la face cachée des régions, des pays, du monde ! Quelle liberté !

Vous roulez au grés de vos envies. La routine ? Qu'est-ce que c'est déjà ? Votre quotidien est fait d'aventure et de rencontres !



*La liberté ! (source : En Echappée)*

Problème ! Ce voyage à vélo, vous en rêvez...mais votre budget laisse vraiment à désirer. Et avec tout le matériel nécessaire et l'hébergement tous les soirs, ça doit coûter une fortune... Tant pis, ce sera pour une prochaine fois...

NON ! Vous allez partir quand vous le souhaitez. Et nous allons vous dire comment.

Notre histoire ressemble à la vôtre : en janvier 2015, les deux petits Nantais habitués du climat tempéré que nous sommes partent s'installer pour cinq mois dans le Grand Nord, au Danemark (c'est le début du Grand Nord non ?).

Nous y découvrons le vrai froid, les pâtisseries à la cannelle, la petite sirène et...le coût de la vie exorbitant qui caractérise les pays scandinaves.

Nous y découvrons aussi les joies du vélo urbain à Copenhague, capitale mondiale du vélo, où nous habitons. Nous nous équipons de deux vélos d'occasion bon marché (90 et 150 euros, par cher pour le marché danois). Et comme la moitié des Copenhagois pur jus, nous faisons tous nos déplacements à vélo, tous les jours et par tous les temps.

C'est alors que l'idée germe dans l'esprit cycliste de Maxime : comme nous avons déjà parlé de voyager à vélo (par exemple en Irlande), pourquoi ne pas profiter d'être au Danemark pour explorer les pays nordiques à vélo ?

# Introduction

Le projet se précise : nous allons rallier Oslo, Stockholm et Helsinki en partant de Copenhague. Nous avons deux mois devant nous pour parcourir les 1690 kilomètres indiqués par Google Maps. Soit une trentaine de kilomètres par jour minimum. C'est large !

Comme nous imaginons rouler une cinquantaine de kilomètres par jour, c'est même faisable en un mois et demi, en se gardant même quelques jours pour du tourisme dans les capitales !

Problème ! Les cinq mois passés au Danemark ont eu raison de nos économies et nous laissent avec un budget très limité. Nous calculons donc une estimation de notre budget prévisionnel.

En prenant en compte **l'hébergement et l'alimentation dans chaque pays et le billet d'avion de retour**, nous atteignons une somme trop élevée pour notre budget : **1040 € par personne**. Et cela, sans avoir pris en compte les dépenses de matériel ni de loisirs ! Pourtant, nous avons opté pour une alternance entre camping et camping sauvage pour nos trajets.

Afin de réduire les dépenses d'hébergement, nous remplaçons les auberges de jeunesse dans les capitales par Airbnb, ce qui nous emmène à **940 € par personne**, mais c'est toujours beaucoup.

Nous décidons de réduire notre voyage et de nous arrêter à Stockholm. Sans passer par la Finlande, le voyage durera finalement un mois. Nous le renommons « Le tour des capitales scandinaves » ! Notre budget prévisionnel (sans matériel ni loisirs) vaut maintenant **655 € par personne**, c'est beaucoup mieux !

Au cours de nos préparatifs, nous découvrons la plateforme d'hébergement solidaire entre cyclistes Warm Showers. Super, nous allons pouvoir être hébergés gratuitement dans les capitales, ce qui va alléger notre budget. Mission accomplie sauf à Oslo où nous n'avons pas trouvé d'hôtes, mais un camping bon marché.

Au niveau du matériel, nous décidons de partir avec nos vélos qui, bien que n'étant pas de la première jeunesse, ont été des fidèles compagnons pendant notre séjour à Copenhague : Jolly Jumper et Tornado seront donc de la partie ! Pour le reste du matériel, nous nous limitons à l'essentiel et choisissons les produits les moins chers du marché.

**En rentrant de voyage, nous avons fait le bilan de nos dépenses, qui se sont révélées inférieures à nos prévisions :**

- **587 € / personne, sans compter matériel et loisirs.**

**À cette somme se sont ajoutés :**

- **143 € / personne pour les loisirs (restaurants et tourisme) ;**
  - **435 € / personne pour le matériel (en comptant les vélos).**
- POUR UN MOIS DE VOYAGE, en Scandinavie ;-)**

# Introduction

On peut retenir de notre histoire que, face à la première estimation du coût de notre voyage, bien trop élevée, nous avons cherché à réduire les dépenses de différentes natures (Destination, Hébergement et Matériel), jusqu'à atteindre un coût total raisonnable pour un mois de voyage et pour nos économies !

On peut aussi remarquer que la façon dont nous avons estimé notre budget s'inscrit dans la logique de la démarche en six étapes présentée dans notre article de blog « [Mon voyage à vélo, du rêve à la réalité](#) ».

En revoyant notre destination, la durée du périple et notre hébergement, nous avons pratiquement **divisé par deux les coûts associés aux pôles « Destination » et « Hébergement et Alimentation »** !

Notre volonté, en écrivant ce guide, est de permettre à d'autres voyageurs à très petit budget de bénéficier de notre expérience et de prendre la route à leur tour.

**Un voyage à vélo peut coûter très cher, mais ce n'est pas obligatoire ! Tout dépend des choix que vous faites et du niveau de confort que vous tolérez.**

**Ce guide va vous donner les clés pour réduire vos dépenses dans les pôles « Destination », « Hébergement et Alimentation » et « Matériel », qui jouent fortement sur votre budget.**

**Il se conclue par des conseils pour estimer le budget nécessaire pour votre voyage et pour le financer.**



*Notre démarche en 6 étapes pour concrétiser votre projet de voyage*

# Destination

Avec le choix de votre date de départ (et donc des types de climats que vous allez rencontrer) et de votre objectif de voyage (voir la démarche en six étapes), le choix de votre destination influencera fortement vos décisions quand à l'hébergement, l'alimentation et le matériel.

**Nous vous proposons quatre axes pour choisir une destination qui fera plaisir à votre porte-monnaie.**

## 1. Transport

Pour réduire le plus possible vos dépenses de transport... ne prenez pas les transports : ne vous déplacez qu'à vélo et prévoyez un circuit qui commence et se termine chez vous. Solution testée et approuvée lors de notre premier voyage de quatre jours, au Danemark.



*Notre premier circuit de quatre jours (source : Google Maps)*

Mais si vous voulez élargir vos horizons un peu plus, vous aurez peut-être besoin de prendre le train, l'avion, le bateau ou l'autocar. Dans ce cas, prenez le temps de comparer les tarifs proposés par les différentes compagnies et pour les différents moyens de transports possibles.

Remarque : La prise en charge de votre vélo peut induire des frais plus ou moins élevés. Cela peut être un critère de choix.



*Jolly Jumper prêt à décoller (source : En Echappée)*

## 2. Coût de la vie

Vos économies sont ce qu'elles sont. Cependant, votre pouvoir d'achat peut beaucoup varier d'un pays à un autre.

Le coût de la vie dans un pays influencera fortement vos dépenses d'hébergement et d'alimentation. Il peut donc être intéressant de choisir une destination selon ce critère.



# Destination

*La Bible du Grand Voyageur* regroupe les pays du monde en quatre zones correspondant au coût de la vie :

- Très bas : Inde, Asie du Sud-Est...
- Bas : Amérique du Sud, Amérique centrale, Afrique...
- Elevé : Europe, Amérique du Nord, Australie...
- Très élevé : Scandinavie, Suisse, Japon, Russie, Islande, îles du Pacifique...

Le site internet [Numbeo](#) (en anglais) propose une carte du monde des coûts de la vie. La couleur verte représente un coût de la vie très bas et la couleur rouge un coût très élevé. Dans la rubrique « Cost of living », puis « Food prices », le site présente le coût d'un panier alimentaire de 2000 kcal, ce qui donne une idée des dépenses alimentaires nécessaires. Ces coûts peuvent être un peu surestimés. Pensez à regarder le prix proposé pour votre propre pays et à le comparer avec vos dépenses habituelles.

## 3. Coûts administratifs

Les coûts administratifs comprennent les assurances de voyage, les passeports, les visas et les vaccins. Ces coûts peuvent difficilement être réduits et il faut s'y soustraire quand cela est nécessaire et/ou obligatoire pour que le voyage ne tourne pas mal.

Cependant, cela peut être un critère de choix de destination : le budget vaccins et le coût des assurances et des visas varient selon les pays traversés.

## 4. Itinéraire

Un dernier moyen pour réduire les dépenses du pôle Destination est d'adapter son itinéraire. Par exemple, en prévoyant un parcours moins long, comme nous l'avons fait en retirant la Finlande de notre voyage (cf. Introduction), vous diminuerez à coup sûr vos budgets d'hébergement et d'alimentation, ce qui réduira considérablement le coût total de votre voyage.

Vous pouvez aussi adapter votre itinéraire à votre stratégie d'hébergement, par exemple en le faisant passer par des lieux propices au camping sauvage, ou par des villes regroupant beaucoup d'hôtes Warm Showers (cf. Hébergement). Ou encore en ralliant des terrains de camping, ou des zones rurales où l'hébergement spontané vous semble plus facile.

### *Je réduis mes dépenses par mon choix de destination :*

- **Transport** : 100% vélo ou comparateurs en ligne ;-)
- **Coût de la vie** : plus il est bas, plus votre pouvoir d'achat est élevé et moins vous paierez en hébergement et alimentation.
- **Coûts administratifs** : ils varient fortement selon les pays, et peuvent être un critère de choix de destination.
- **Itinéraire** : un parcours moins long et/ou passant par des lieux d'hébergement bon marché allégera vos dépenses.

**Il s'agit maintenant pour vous de trouver le bon équilibre entre ces quatre axes de dépense !**

# Hébergement et Alimentation

Hébergement et alimentation constituent un pôle de dépense à deux facettes : d'un côté, ces dépenses couvrent des besoins quotidiens et indispensables, de l'autre côté, elles peuvent vraiment être réduites au strict minimum en s'y prenant bien !

## Hébergement

Dans cette partie nous allons vous conseiller sur les solutions les plus économiques uniquement. Il peut cependant rester intéressant pour vous de vous renseigner sur le prix des hôtels, auberges de jeunesse et locations saisonnières qui longeront votre trajet. Vous pouvez trouver des informations sur les sites suivants par exemple : site du [Routard](#), [Hostelworld](#), [AirBnb](#)...

### 1. Hébergement gratuit

#### a. Camping sauvage / Bivouac

Notre premier conseil est de vous renseigner sur le statut légal du camping sauvage dans les régions que vous souhaitez traverser. Vous pourrez ainsi vous éviter des déconvenues du type amendes ou interventions policières dans les pays les plus stricts.

Attention ! Les règles concernant le camping sauvage peuvent être très localisées et un lieu peut l'interdire alors que c'est autorisé quelques centaines de mètres plus loin.



*Dans une forêt suédoise (source : En Echappée)*

Le camping sauvage peut sembler un peu impressionnant au début, c'est ce que nous ressentions pour notre part avant notre voyage d'un mois en Scandinavie. Cependant, une fois sur place, cela devient assez naturel :

- Une à deux heures avant le coucher du soleil, commencez à vous mettre en quête d'un lieu adapté, isolé des habitations ;
- Si un endroit vous inspire, posez votre vélo et cherchez un emplacement adéquat pour votre tente, bâche ou autre. Si vous passez **plus de dix minutes** sans trouver d'emplacement, reprenez la route et trouvez un autre endroit ;

Une voyageuse que nous avons rencontrée en Scandinavie nous a raconté qu'elle dormait parfois à la belle étoile **en ville**, sous des porches ou dans la rue. Avis aux plus téméraires !

Quoi qu'il en soit, le plus important est de toujours respecter les riverains et les lieux occupés.

# Hébergement et Alimentation

## b. Hébergement spontané chez l'habitant

Une alternative au camping sauvage amplement utilisée par les voyageurs à vélo à petit budget est l'hébergement spontané chez l'habitant. Nous n'avons pas encore eu l'occasion de tester cette possibilité, mais nous avons eu l'occasion d'en discuter beaucoup avec d'autres voyageurs.

Là encore, il est conseillé de s'y prendre bien avant la tombée du jour, pour maximiser ses chances de rencontrer des hôtes volontaires pour vous accueillir.

Voici les conseils d'un voyageur que nous avons hébergé chez nous, pour se faire inviter chez l'habitant :

- Essayez et ayez une attitude positive ;
- La peur est naturelle, mais ne la laissez pas gagner ;
- Pensez à ce que VOUS feriez si un voyageur à vélo vous demandait de l'héberger ;
- Sonnez chez les gens ;
- Ayez des demandes modestes (par exemple un emplacement dans le jardin, le garage, le salon...) et sachez accepter ce que l'on pourra vous offrir avec gratitude.

Mais surtout, suivez votre instinct, restez prudent et accordez vous le droit de faire demi-tour à tout moment si vous ne sentez pas la rencontre. Tout comme vous pouvez penser à des phrases d'approche à l'avance, ayez aussi une phrase d'échappatoire en réserve.

## c. Hébergement solidaire / Couch Surfing

Le couch surfing (« dormir d'un sofa à l'autre » en français) consiste à rentrer en contact avec des hôtes via une plateforme en ligne pour demander l'hébergement solidaire et gratuit pour une nuit ou plus.

La plateforme internationale [Warm Showers](#) propose un hébergement solidaire entre voyageurs à vélo. Nous l'avons testée en tant qu'invités et en tant qu'hôtes et avons fait de superbes rencontres, très variées.

Le service est simple d'utilisation (voir notre [tutoriel](#)) et flexible. Par exemple, vous n'êtes pas obligés d'héberger des voyageurs à votre tour (mais c'est plus sympa ;-)).



*Chez nos hôtes en Suède (source : En Echappée)*

**N'hésitez pas à montrer votre gratitude à vos hôtes spontanés ou organisés en leur offrant un petit cadeau (chocolats, objet souvenir, préparer un repas, faire de la musique...).**

# Hébergement et Alimentation

## d. Hébergement contre travail

Il peut être spontané ou organisé. En spontané, vous pouvez proposer votre aide comme argument pour être hébergé ou bien en guise de remerciement après avoir été invité.

Un exemple connu est le WWOOF (*World-Wide Opportunities in Organic Farms*), dont dérive l'expression « wwoofing », un réseau de fermes bio hôtes proposant connaissances, gîte et couvert en échange d'une participation aux travaux agricoles. Sites internet : [WWOOF International](#), [WWOOF France](#).

Quand vous êtes hébergés chez l'habitant, imaginez-vous comme des ambassadeurs de la communauté des voyageurs recherchant l'hospitalité. Si vous êtes exemplaires, vos hôtes seront plus à même de continuer à héberger des voyageurs.

## 2. Camping urbain

On n'y pense pas toujours, mais il peut exister des terrains de camping en périphérie des grandes villes.

Contrairement aux autres moyens d'hébergement dont nous vous avons parlé précédemment, cette solution n'est pas gratuite. Mais elle reste souvent bien moins chère que les autres possibilités urbaines (location, auberge, hôtel).

Ne trouvant pas d'hôtes à Oslo, nous nous sommes rabattus sur un camping à neuf kilomètres du centre-ville, bien desservi par les transports en commun et bon marché (pour la Norvège : 17 euros la nuit en tente).

## Alimentation

Aller au restaurant et/ou acheter des produits frais tous les jours a un coût extrêmement variable selon les régions du monde et peut même s'avérer intéressant, mais peut devenir assez coûteux sur le long terme. Dans cette partie, nous vous proposons deux solutions très économiques et pertinentes partout dans le monde.

### 1. Cuisiner soi-même



Notre réchaud à gaz (source : En Echappée)

Pour réduire le plus possible vos dépenses alimentaires en voyage à vélo, rien de tel que de vous constituer des réserves peu périssables, peu chères et qui n'ont pas besoin d'être gardées au frais : riz, pâtes, semoule, conserves par exemple.

Il vous faudra peut-être alors vous procurer un réchaud pour cuisiner ces aliments. Nous vous en parlons plus en détail dans le chapitre « Matériel ». Si vous maîtrisez le sujet et que c'est autorisé, vous pourrez aussi faire des feux de camp.

# Hébergement et Alimentation

## 2. Se procurer de la nourriture gratuitement

Quelques idées en vrac :

- Vous nourrir dans la nature, mais en faisant attention aux réglementations (cueillette, chasse et pêche) et à bien repérer ce qui est comestible (En cas de doute laissez tomber ! Cette pratique est réservée aux vrais connaisseurs.) ;
- Vous nourrir en ville, en récupérant des mets encore consommables mais qui vont être ou ont été jetés. Les lieux adaptés à cette pratique sont les marchés, restaurants, boulangeries, boucheries, supermarchés... La règle d'or est de toujours être poli et de respecter les commerçants.

### *Je réduis mes dépenses d'hébergement et d'alimentation :*

#### **Hébergement :**

- **Hébergement gratuit** : camping sauvage, nuit chez l'habitant (spontané, organisé, contre travail). Dans tous ces cas, veillez à respecter vos hôtes, qu'ils soient humains ou Mère Nature ;
- **Camping urbain** : payant mais souvent bon marché, on n'y pense pas toujours dans les grandes villes.

#### **Alimentation :**

- **Cuisiner soi-même** : faites des réserves de riz, pâtes, semoule, conserves... c'est bien moins cher que les produits frais et le restaurant.
- **Se procurer de la nourriture gratuitement** : servez-vous dans la nature si vous savez ce qui est comestible ou en ville en récupérant ce qui va/ ce qui a été jeté.

# Matériel

La liste du matériel pour un voyage à vélo est un sujet plus complexe. En effet, elle va différer selon les régions du monde traversées (variations climatiques et de terrain), la durée du voyage, vos choix d'hébergement et d'alimentation et les types de réparations et d'imprévus que vous voulez pouvoir couvrir.

Quand vous constituerez votre liste, nous vous conseillons de:

- Toujours vous demander si vous pouvez vous passer d'un objet ou non ;
- Toujours remettre en question les objets que vous prenez « au cas où » ;
- Vous interroger sur les risques qui pourraient gâcher votre voyage, voir l'arrêter, et que vous voulez pouvoir pallier ;
- « Penser minimaliste », cela allégera votre budget et vos bagages.

Pour notre part, nous sommes partis pour un voyage d'un mois avec uniquement des sacoches arrière de 30 litres, une tente et du matériel de couchage. Nous paraissions très peu équipés par rapport aux voyageurs que nous avons croisés ou rencontrés sur le trajet. Certains nous ont félicités d'avoir su ne prendre que l'essentiel, sans nous encombrer d'« au cas où » (cf. notre [liste de matériel](#) et notre [retour d'expérience](#)).

Pour 435 € de matériel par personne (vélos inclus), nous n'avons manqué de rien, mis à part d'un pneu de rechange et d'une clé à molette **que nous avons finalement empruntée** chez un Suédois pour une réparation rapide.

Si la liste de matériel vous inquiète, gardez en tête que vous pourrez souvent la compléter en route ou bien demander de l'aide aux habitants.

Dans ce chapitre, nous vous partageons nos conseils pour minimiser vos dépenses liées aux équipements « incontournables » : vélo, sacoches, tente/bâche, réchaud et matériel de réparation.

## 1. Le vélo

[Nous vous avons raconté](#) sur le blog comment s'était passé le voyage avec nos vélos d'occasion bon marché (Tornado, 90 € et Jolly Jumper, 150 €, des vélos « Centurion », une très bonne marque danoise). Finalement, pas si mal que ça !



*Nos vélos (source : En Echappée)*

Pour 100 € par exemple, nous pensons qu'il vaut mieux acheter un vélo d'occasion (qui était sûrement beaucoup plus cher au départ) qu'un vélo neuf (qui est certainement d'assez mauvaise qualité pour ce prix).

# Matériel

Si vous aussi envisagez de partir avec un vélo d'occasion bon marché, ou votre vieux vélo, voici notre retour d'expérience :

Partir en voyage avec un vélo d'occasion bon marché ?	
Avantages	Inconvénients
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partir malgré un petit budget</li> <li>• Ne pas freiner sa spontanéité</li> <li>• Avoir moins peur du vol de vélo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perdre plus de temps en réparations</li> <li>• Dépenser plus pour la maintenance</li> <li>• Risquer plus de devoir abandonner</li> <li>• Sacrifier un peu de confort</li> </ul>

Pour un voyage réussi avec un vélo d'occasion bon marché :

**Avoir le bon matériel d'entretien** : Prenez le temps d'envisager les différents types de pannes potentielles, pour prévoir le bon jeu d'outils. Nous vous conseillons notamment d'emporter avec vous une chambre à air et un pneu (version pliable) de rechange.

**Avoir de bons pneus** : Rien de plus frustrant que de réparer sa chambre à air à chaque étape ! Nous vous recommandons de vous équiper de pneus solides et durables, c'est le minimum. Il existe aussi des pneus anti-crevaisson, n'hésitez pas à vous renseigner dans un magasin de vélos.

**Choisir un vélo adapté à votre parcours** : Ou un parcours adapté à votre vélo ! Avec nos vélos de ville, les passages

caillouteux dans la forêt étaient un peu difficiles. Nous vous conseillons de vous renseigner sur la nature des routes que vous emprunterez, pour choisir un vélo adapté (vélo de ville, vélo de course, vélo de randonnée, VTC, VTT...).

**S'assurer un minimum de confort** : Votre selle est inconfortable ? Envisagez de la changer, ou équipez-vous d'un couvre-selle. Votre position sur le vélo est mauvaise ? Pensez à régler si possible la taille de votre potence, la hauteur et l'avancement de la selle.

**Ne pas oublier la sécurité** : Nous vous déconseillons de partir avec une épave toute rouillée, dont le cadre menace de rompre...et assurez-vous que les freins ne vous lâcheront pas dans un moment critique. Ne négligez pas le casque. Il est aussi recommandé (et souvent obligatoire) d'avoir des lumières et dispositifs réfléchissants, les circonstances peuvent vous amener à pédaler de nuit.

## *Voyager avec un vélo d'occasion bon marché*

**Avoir le bon matériel d'entretien**, votre vélo aime se faire bichonner.

**Avoir de bons pneus**, pour ne pas finir à pied.

**Choisir un vélo adapté à votre parcours**, pour ne pas être pris de court.

**S'assurer un minimum de confort**, c'est les vacances tout de même.

**Ne pas oublier la sécurité**, jamais.

# Matériel

## 2. Les sacoches

Si vous vous dites « pas besoin de sacoches, j'ai un sac à dos »... Oubliez ! Pour un voyage de plus d'une journée ou deux, le sac à dos (même très léger) va vous faire souffrir inutilement et risque de gâcher votre plaisir.

Nous savons de quoi nous parlons, nous avons nous-mêmes fait l'erreur de stocker nos sacs de couchage et nos tapis de sol dans des sacs à dos. Finalement, Lucie a fini par harnacher son sac sur son porte-bagage, mais Maxime a été dérangé par le sien pendant tout le périple... C'est dommage !

Comme nous le disions dans [notre article sur le matériel](#), la prochaine fois nous nous équiperons de sacoches avant, ou nous attacherons le matériel de couchage sur le porte-bagage arrière.



*Le sac à dos à fini sur le porte-bagage (source : En Echappée)*

Vos sacoches vont contenir la majorité de votre équipement. Les critères de choix sont donc les suivants :

- **La contenance** : choisissez le volume nécessaire uniquement, des sacoches trop grandes « au cas où » risquent de vous faire emporter trop de matériel « au cas où » ;
- **La résistance** : évaluez la solidité des coutures et l'épaisseur du tissu ;
- **La facilité d'attache** : certaines sacoches s'attachent sur le vélo à vide, ce qui n'est pas très pratique pour les (ré)installer sur le vélo une fois remplies ;
- **L'imperméabilité**, nous voyons ici trois options :
  - Des sacoches 100 % imperméables, sans coutures : les meilleures, leur prix est assez élevé ;
  - Des sacoches équipées de housses anti-pluie : un bon compromis ;
  - Des sacoches toutes simples (non imperméables, en général au niveau des coutures). Notre astuce « système D » pour garder vos affaires au sec : emballez tout dans des sacs plastiques imperméables (par exemple des sacs de congélation) que vous avez testés préalablement dans votre douche !



# Matériel

## 3. La tente/bâche

Nous l'avons vu précédemment, les solutions d'hébergement les plus économiques sont : le camping sauvage/bivouac, les différents types d'hébergements chez l'habitant et le camping.

Si vous prévoyez de dormir uniquement chez l'habitant, pas besoin de vous encombrer d'une tente ou d'une bâche. Mais dans ce cas, vous devrez trouver des hôtes tous les jours ou dormir à la belle étoile, si vous ne voulez pas dépenser.

Pour ceux qui préfèrent avoir toujours la possibilité de s'abriter en camping, il existe différentes possibilités :

- **La bâche** : imperméable, que vous pourrez monter comme une tente (cf. *La Bible du Grand Voyageur*) et sous laquelle vous pourrez même tendre un hamac ;
- **La tente** : il en existe des modèles très variés aux prix tout aussi variés ! Pour notre part, nous avons une tente toute simple à moins de 90 euros (Forclaz 3 Quechua : cf. [notre test](#)).

Les critères minimum pour choisir votre tente :

- **Imperméabilité et aération** : fiez-vous aux commentaires des clients. Nous vous recommandons d'en lire beaucoup pour avoir de nombreux avis ;
- **Espace** : nous vous conseillons de prendre une tente de deux places si vous êtes seul, de trois places si vous êtes deux, etc. Le prix sera en effet plus important, mais cela vaut le coup pour pouvoir stocker vos affaires au sec dans la tente !

- **Poids** : une tente de 4 kg est bien moins chère qu'une tente d'1 ou 2 kg ! Il est vrai qu'en voyage à vélo, il est important de se charger le moins possible. Mais par exemple, nous avons compensé notre tente de 4 kg en prenant très peu d'affaires (sacoche arrière uniquement) et nous n'étions finalement pas si chargés que cela ;
- **Facilité de montage** : le temps de montage varie beaucoup selon les modèles. Les tentes autoportantes sont souvent plus rapides à monter, en plus d'être plus pratiques sur des sols difficiles (pas de sardines à planter), mais elles risquent de plus subir le vent que les modèles classiques.



Notre tente 3 places (source : En Echappée)

# Matériel

## 4. Le réchaud

Comme nous vous en parlions dans notre chapitre sur l'alimentation, cuisiner vous-même en voyage vous permettra de faire des économies conséquentes.

Les différents réchauds existants sont :

- **Les réchauds à gaz** : propres, légers, efficaces. Un réchaud léger peut coûter cher. Les bouteilles de gaz ne sont pas toujours faciles à trouver et sont interdites en avion ;
- **Les réchauds à essence** : fonctionnent par grand froid et haute altitude. L'essence est facile à trouver partout ;
- **Les réchauds à bois** : plus lourds et moins efficaces, mais plus économiques car on peut trouver du bois facilement et gratuitement ;
- **Les réchauds à essence** : l'alcool est facile à trouver, *La Bible du Grand Voyageur* propose un mode d'emploi pour fabriquer un réchaud avec une simple canette.

## 5. Le matériel de réparation

L'étendue de votre matériel de réparation dépend à la fois :

- **Des régions que vous voulez traverser** : au milieu de nulle part, vous aurez besoin de pouvoir parer toute panne ou casse mécanique par vous-même. Dans des zones plus densément peuplées et urbanisées, vous aurez plus de chance de trouver du matériel, voire un réparateur ;
- **De votre niveau de connaissances en mécanique vélo** : il peut-être encombrant d'emporter avec vous tout un établi dont vous ne savez pas vraiment vous servir.

Une idée pour ne pas s'encombrer outre-mesure : se faire livrer ou envoyer le matériel manquant, à l'occasion d'une pause, si on ne le trouve pas sur place. C'est ce qu'ont fait Alexandre Poussin et Sylvain Tesson, à plusieurs reprises, lors de leur tour du monde en 1994.

Pour notre part, lors de notre voyage d'un mois, nous nous étions limités au matériel nécessaire pour changer une chambre à air, un pneu et pour faire des réglages. En effet, quoi de plus frustrant que de devoir arrêter le voyage à cause d'une simple crevaison dont les réparations sont à la portée de tous. Nous vous conseillons d'ailleurs de vous entraîner à changer une chambre à air et un pneu avant de partir.

Voici la liste de notre matériel de réparation. Tous les éléments ont servis lors de notre voyage en Scandinavie :

- Une chambre à air de rechange ;
- Un pneu de rechange (version pliable préférable) ;
- Un jeu de démonte-pneus ;
- Plusieurs rustines, du dissolvant à caoutchouc et un morceau de papier de verre (pour préparer le pneu avant de poser la rustine) ;
- Une pompe ;
- Un jeu de clés plates de tailles correspondant aux écrous de nos vélos ;
- Un jeu de clés Allen pour régler la selle et l'écartement des plaquettes de frein ;
- Une clé à molette pour dévisser certains boulons ;
- Du gros scotch et de la super glue.

# Matériel

Une astuce économique pour prolonger la vie de vos pneus : dans leur livre *On a roulé sur la Terre*, on voit souvent Alexandre Poussin et Sylvain Tesson recoudre leurs pneus. C'est une option intéressante à considérer, surtout si votre trajet emprunte des routes difficiles (par exemple, des routes caillouteuses).

## *Je réduis mes dépenses de matériel :*

- **Vous pouvez voyager avec un vélo d'occasion bon marché ou votre vieux vélo** : à condition d'avoir le matériel d'entretien adapté, de bons pneus et de faire attention à la sécurité ;
- **Il existe des sacoches à bas prix** : tant pis si elles ne sont pas imperméables, vous pourrez toujours y fixer une housse anti-pluie, ou emballer vos affaires dans des sacs plastiques (de type congélation). Ne visez pas des sacoches trop grandes ;
- **Vous pouvez dormir à la belle étoile ou uniquement chez l'habitant** : mais si vous préférez pouvoir bivouaquer, pourquoi ne pas opter pour une bâche ? Il existe aussi des tentes assez bon marché ;
- **Un réchaud vous permettra de cuisiner vos repas, et donc de faire un maximum d'économies alimentaires** : vous pouvez même le fabriquer vous-même ;
- **Votre matériel de réparation dépend de votre trajet et de vos capacités** : prenez au minimum de quoi changer une roue.

**Rappel** : [notre liste complète de matériel](#) pour un mois de voyage en Scandinavie l'été.



*Le contenu de nos sacoches (source : En Echappée)*

# Budget et Financement

Les chapitres précédents vous ont aidés, nous l'espérons, à choisir des solutions économiques en ce qui concerne votre destination, vos hébergements, votre alimentation et votre matériel.

## 1. Estimer votre budget

Vous êtes donc maintenant en mesure de calculer une estimation de votre budget voyage, vous permettant de :

- Réfléchir de nouveau sur vos choix si le budget est trop élevé ;
- Voir la marge que vous avez pour les loisirs/tourisme (non traités dans ce guide) ;
- Etablir une stratégie pour financer votre voyage, si besoin.

Pour vous aider à estimer rapidement un budget grossier pour votre voyage, nous avons créé une fiche Excel qui fait les calculs pour vous, à partir des différentes dépenses que vous avez repérées à l'aide de ce guide.

Le total que vous obtiendrez avec cette fiche sera augmenté : vous y ajouterez sûrement de nombreuses petites dépenses, un budget loisirs/tourisme, et un « coefficient d'imprévu » (*La Bible du Grand Voyageur* conseille d'ajouter 10 à 20 % du budget final).

**Cependant, ce premier total vous permet de constater si votre voyage est faisable, si vous avez de la marge ou non et si vous allez devoir chercher des fonds pour le réaliser.**

## 2. Financer votre voyage

Différentes possibilités s'offrent à vous pour financer votre voyage. Nous ne les avons pas testées, mais en avons beaucoup entendu parlé sur les blogs de voyage, les forums et dans les livres.

Quelques idées en vrac :

- Les bourses de voyage proposées par certaines collectivités ou associations ;
- Les concours de projets de voyage avec financements à la clé ;
- Le sponsoring pour obtenir du matériel, ou plus rarement des fonds, en échange de donner de la visibilité à la marque ;
- Travailler à distance si votre métier vous le permet (freelance, contrat de télétravail...) ;
- Travailler sur place à l'occasion de longues pauses.

Ou tout simplement, vous pouvez économiser sur votre train de vie habituel avant de partir, si possible. L'envie de voyager est une fantastique source de motivation !

### *Budget et financement*

- **Estimer votre budget** : vous pouvez télécharger notre fiche de budget dans la barre de droite de [notre blog](#).
- **Financer votre voyage** : si vous n'avez pas le budget pour partir, ne baissez pas les bras, vous pouvez obtenir des fonds de différentes manières.

# Conclusion

---

Merci d'avoir téléchargé et lu notre guide.  
Nous l'avons écrit avec amour et nous espérons vous avoir  
appris quelques astuces pour vous aider à préparer votre  
voyage à petit budget.

Pour plus de conseils, d'inspirations et de témoignages sur le  
voyage à vélo, retrouvez-nous sur notre blog En Echappée,  
ainsi que sur les réseaux sociaux !

