

MASSIF CENTRAL

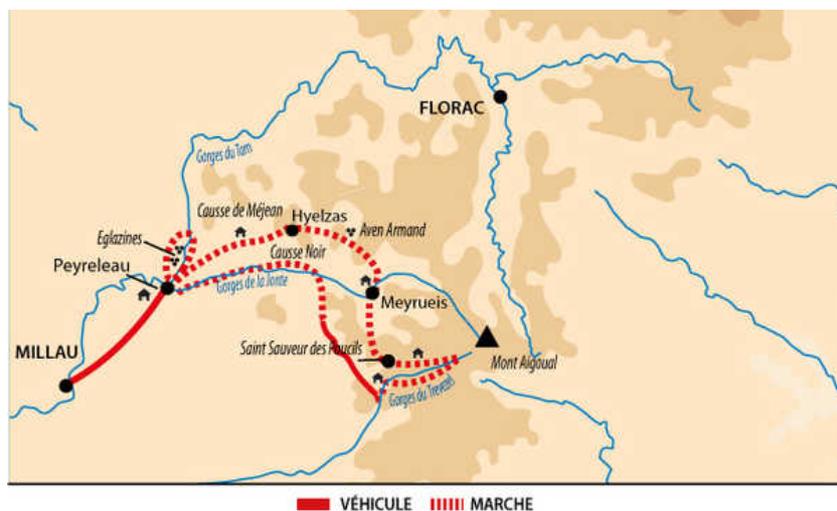
# Trek entre Grands Causses et Cévennes

- Un trek itinérant entre Grands Causses et Parc National des Cévennes.
- Nos hébergements authentiques à l'accueil convivial et aux spécialités régionales.
- La découverte des paysages culturels vivants de l'agropastoralisme méditerranéen.
- Les baignades dans les Gorges du Tarn et de la Jonte.

À PARTIR DE	<b>650 €</b>
DURÉE	6 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek

Surplombant les gorges du Tarn et de la Jonte, cette randonnée dans les Cévennes et le parc des Grands Causses, classés au patrimoine mondial de l'UNESCO, est un véritable concentré de paysages sauvages et variés.

Au rythme des rencontres avec les producteurs, des baignades et des bons repas, cette randonnée nous plonge dans une région restée hors du temps. Végétation méditerranéenne des Cévennes, villages de pierres sèches des Grands Causses, canyons aux eaux limpides propices aux baignades, douceur du climat, accents du soleil, gastronomie du terroir : toutes les couleurs du Sud sont ici réunies !



# Itinéraire

## JOUR 1

### Accueil à Peyreleau (ou Millau) – Les gorges du Tarn

TRANSPORT : 15 KM | MARCHÉ : 5H30 | DÉNIVÉLÉ POSITIF : 650 M | DÉNIVÉLÉ NÉGATIF : 650 M |  
HÉBERGEMENT : GÎTE | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE

RDV à 8h30 à Millau, ou 9h00 au village de Peyreleau. Nous partons pour une randonnée en boucle à la découverte des Gorges du Tarn et du causse de Sauveterre. Pendus aux falaises surplombant les gorges, nous découvrons les villages troglodytes d'Eglazines et de Saint Marcellin, encore habités dans les années 60. Ce dernier constituait une des oasis des Gorges du Tarn, grâce à ses terrasses couvertes de vergers et de vignes. Baignade dans les eaux limpides du Tarn.

## JOUR 2

### Peyreleau – Causse Mejean

TRANSPORT : 13 KM | MARCHÉ : 5H30 | DÉNIVÉLÉ POSITIF : 700 M | DÉNIVÉLÉ NÉGATIF : 300 M |  
HÉBERGEMENT : GÎTE OU AUBERGE

Nous prenons de la hauteur jusqu'aux corniches de la Jonte, en compagnie des vautours. Du haut de ces murailles calcaires de plusieurs centaines de mètres de haut, la vue est saisissante. Nous foulons nos premiers pas sur le Causse Méjean, et découvrons la vie pastorale des habitants. Visite d'une ferme. Dîner et nuit au gîte/auberge de Sandrine sur le Causse Méjean.

## JOUR 3

### Causse Méjean – Meyrueis

TRANSPORT : 19 KM | MARCHÉ : 6H | DÉNIVÉLÉ POSITIF : 520 M | DÉNIVÉLÉ NÉGATIF : 700 M |  
HÉBERGEMENT : GÎTE

Nous partons à la découverte des villages traditionnels aux maisons de pierres sèches et toits de lauze. Nous traversons le Causse Mejean, au paysage steppique, presque désertique. Visite de la fromagerie de Hyezas, et après le déjeuner, exploration de l'Aven Armand, qui pourrait accueillir par ses dimensions Notre Dame de Paris. Nous retrouvons les corniches de la Jonte avant de descendre vers le village de Meyrueis.

#### JOUR 4

### **Meyrueis – vallée du Trevezel**

TRANSPORT : 15 KM | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 670 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 670 M |  
HÉBERGEMENT : GÎTE

Ambiance cévenole pour cette journée aux senteurs boisées dans le massif de l'Aigoual. Nous rencontrons de jolies petites rivières sauvages, creusées de piscines naturelles propices à la baignade. Autour du hameau envoûtant de Saint Sauveur des Pourcils, un arboretum datant du 19ème siècle nous permet d'observer des essences d'Europe, d'Amérique ou d'Asie. Nous arrivons dans un hameau traditionnel, niché dans la vallée du Trevezel, au coeur du Parc National des Cévennes.

#### JOUR 5

### **Vallée du Trevezel – Massif de l'Aigoual**

TRANSPORT : 16 KM | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 470 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 470 M |  
HÉBERGEMENT : GÎTE

Nouvelle journée aux couleurs des Cévennes entre massif de l'Aigoual (point culminant du Gard et du sud des Cévennes) . Pique nique à 1340m d'altitude, point de vue idéal pour admirer la vallée de la Haute Dourbie. Retour vers les gorges sauvages du Trévezel. Les eaux cristallines de cette rivière nous invitent à la baignade. Diner et nuit dans la vallée du Trevezel.

#### JOUR 6

### **Vallée du Trevezel – Peyreleau (dispersion)**

TRANSPORT : 15 KM | MARCHE : 4H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 250 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 750 M | DÎNER : LIBRE

Ce matin, nous partons pour une traversée du causse noir par les sentiers de transhumance. Une nouvelle ambiance nous y attend. Ces sentiers caussenards, couverts de cheveux d'anges, sont bordés de buis, de genévriers et de murs de pierres sèches. A l'Ouest du plateau, nous traversons les forêts de pins sylvestres vers l'Hermitage de Saint Michel, surplombant de toute sa splendeur le canyon et les eaux limpides de la Jonte. Baignade dans la Jonte. Dispersion vers 15h au village de Peyreleau ou 16h à la gare SNCF de Millau

#### À NOTER

- Ce voyage a été construit en collaboration avec notre partenaire Huwans et notre partenaire local, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant nos savoir-faire et nos expériences du voyage. Par conséquent vous pourriez retrouver des voyageurs de ces agences dans votre groupe.
- L'itinéraire peut être modifié en fonction des conditions climatiques du moment, des critères techniques ou de la condition physique des participants. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme qu'il peut adapter en raison d'impératifs de sécurité.

# Dates & prix

## LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 19/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 16/06/2024	VEN. 21/06/2024	680 €	Confirmé
DIM. 30/06/2024	VEN. 05/07/2024	680 €	Confirmé
DIM. 07/07/2024	VEN. 12/07/2024	680 €	Départ initié
DIM. 14/07/2024	VEN. 19/07/2024	680 €	Confirmé
DIM. 21/07/2024	VEN. 26/07/2024	680 €	Confirmé dès 4 inscrits
DIM. 04/08/2024	VEN. 09/08/2024	680 €	Confirmé dès 4 inscrits
DIM. 18/08/2024	VEN. 23/08/2024	680 €	Départ initié
DIM. 01/09/2024	VEN. 06/09/2024	680 €	Confirmé dès 4 inscrits
DIM. 15/09/2024	VEN. 20/09/2024	680 €	Confirmé
DIM. 29/09/2024	VEN. 04/10/2024	650 €	Confirmé dès 4 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

### ✓ LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne local pour tout le séjour
- Le transfert des bagages (attention 1 seul sac par personne 11kg maximum)
- 5 nuits en gîte en chambres collectives 4 à 6 personnes
- Pension complète du pique nique du Jour 1 au pique nique du Jour 6
- Les visites mentionnées au programme
- Visite de la grotte de l'aven Armand

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais de transport jusqu'au lieu de RDV et dispersion

### **À payer sur place :**

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les pourboires

## ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

## VOYAGE EN TRAIN

Nos prix sont calculés hors acheminement. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver vos trains pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ, etc.).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.

## OPTIONS

- Le supplément chambre double (sur demande et sous réserve de disponibilité) = 80 euros par personne.
- La navette A/R entre Millau et Peyreleau (à préciser au moment de l'inscription) = 45eur par personne à régler sur place (pour ceux qui viennent en train)
- Possibilité de réserver l'acheminement en train avec nous :
  - Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ...).
  - La transparence sur le prix du billet.
  - Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne



# Détail du voyage

## NIVEAU

Randonnée itinérante de niveau modéré se déroulant sur de bons sentiers, accessible à toute personne en bonne condition physique. 6 journées de marche consécutives, entre 4h et 5h30 de marche par jour. 2 journées avec des dénivelés positifs d'environ 700-800m.

## ENCADREMENT

Notre randonnée est encadrée par un guide accompagnateur en montagne, natif de la région.

Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

Ce voyage est réalisé en collaboration avec des partenaires. Vous pouvez être amenés à voyager avec des clients venant d'autres agences.

## ALIMENTATION

Vous découvrez la variété des spécialités régionales (influence du Nord avec des plats "montagne", et du Sud avec des plats "méditerranéens") : l'aligot (spécialité de l'Aubrac mais aussi du sud Aveyron), l'Etofinado, la charcuterie (terrines, pâtés aux figues, aux châtaignes, au roquefort...), les farçous mais aussi les incontournables fromages : roquefort, le fédou, le pérail, le pélardon. Les dîners et petits déjeuners sont pris chez nos hôtes. Les repas du midi sont pris sous forme de paniers pique-niques préparés par notre hôte ou accompagnateur et consommés sur le terrain.

On trouve de l'eau potable régulièrement aux sources le long des sentiers. Toutefois une gourde d'un litre et demi (2 L) minimum est indispensable. L'usage d'un « camel back » (poche d'eau équipée d'un tuyau flexible sortant du sac à dos) est conseillé.

## HÉBERGEMENT

L'hébergement se fait en gîtes d'étapes, choisis pour leur accueil et la découverte de la cuisine régionale. chambres de 4 à 6 personnes, salle de bains à partager.

Les hébergements sont simples, propres et conviviaux. Possibilité de prendre une douche quotidienne.

Nous les avons sélectionnés pour leur authenticité, le charme du lieu et le très bon accueil que vous allez y trouver. Nuits en chambres collectives, nécessité de prévoir un sac de couchage ou un "sac à viande" (couvertures disponibles dans les gîtes).

## HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

8h30 le jour 1 à la gare SNCF de Millau (si vous venez en train)

ou 9h le Jour 1 au gîte EVOLUTION, Route de la Cresse, 12720 Peyreleau

Le village de Peyreleau (Aveyron) est séparé par la rivière de la Jonte du Rozier (Lozère)

## **ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS**

### SI VOUS VENEZ EN TRAIN

Gare SNCF de Millau (Aveyron)

Taxi "OTours des Causses" (Estelle BONICEL)

06.61.14.77.01

Taxi Le Rozier (Sylvie)

06.88.49.29.44 ou 05.65.62.69.96

Taxi Vialaret Jean Pierre à Millau

06.08.60.04.85

### SI VOUS VENEZ EN VOITURE

Le village de Peyreleau est situé au confluent des gorges du Tarn et de la Jonte, à 20 Km à l'Est de Millau (Aveyron). Autoroute A75 jusqu'à Aguessac (5 Km au nord de Millau), puis direction le Rozier par la D.996. Possibilité de garer votre véhicule pour la durée du séjour sur les parkings gratuits mais non surveillés du village.

### SI VOUS VENEZ EN AVION

Vols directs Bruxelles – Rodez avec la compagnie Ryan Air.

Vols directs Paris – Rodez avec la compagnie Air France.

## **DISPERSION**

Dispersion le J06 vers 15h au village de Peyreleau ou 16h à la gare SNCF de Millau

## **SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT**

HÉBERGEMENT POSSIBLE SUR PLACE :

A MILLAU: <http://www.millau-viaduc-tourisme.fr/>

PEYRELEAU: <http://www.officedetourisme-gorgesdutarn.com/>

## **DÉPLACEMENT**

Aucun portage, vous retrouvez votre bagage d'assistance chaque soir au gîte ; vous ne portez que votre sac pour la journée.

## **POURBOIRES**

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

# Equipement

## MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Un matériel collectif (boussole, cartes, pharmacie...) est prévu par l'encadrement.

## VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Des pieds à la tête :

Chaussures de randonnée : elles sont les meilleures amies du marcheur, et doivent réunir deux qualités : solidité et bonne tenue du pied et de la cheville,

Sandales ou Tennis pour le soir,

Chaussettes : type bouclette ou équivalent pour la rando

Pantalon de toile légère,

Short ou bermuda,

Chemises ou T-shirts légers pour la journée,

Maillot de bain et une serviette (de préférence en microfibre, plus légère et séchant plus vite),

Polaire ou Pull chaud,

Coupe-vent en Goretex ou Micropore,

Cape de pluie fermée avec des manches et sans pressions ou Kway,

Lunettes de soleil et son étui rigide,

Chapeau ou casquette.

Le premier jour, vous devez vous présenter "prêt à randonner" (chaussures de randonnée au pied, gourde pleine, sac à dos complet, sac d'assistance fermé).

## EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Trousse de toilette

Crème et stick de protection solaire (visage et lèvres)

Lampe frontale avec piles et ampoules de rechange (pour la nuit)

Bâton(s) de marche,

Boules Quiés ou Hears,

Mini jumelles, Appareil photo.

Couverts, Tupperware individuel et gobelet pour les pique-niques

Gourde de 1.5 litres minimum (ou CAMEL BACK),

Couteau de poche, multi-usages de préférence

Petite pharmacie personnelle

Papier hygiénique et briquet

Rechange : Sous-vêtements, Tee shirts, pull, pantalon, short, lunettes de vue...

Gîte: draps de sacs ou sac de couchage léger (confort 10°C)

## BAGAGES

Vous prévoyez 2 sacs :

- Un sac de voyage est transporté par le véhicule d'assistance (**ATTENTION bagage de 11 kg maximum**, 60 par 40 cm), attention un seul sac par personne souple et léger. Si le poids de votre bagages dépasse 11kg, le transporteur refusera tout simplement de le transporter.
- Un petit sac à dos (35 à 40L idéal) qui contiendra les affaires de la journée: gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtement chaud et pique-niques de midi (prévoyez sacs plastiques / sacs poubelle pour protéger vos affaires de l'humidité).

## PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'emporter vos médicaments personnels et aspirine, double-peau, élastoplast, pansements, désinfectant local, crèmes après solaire, compresses etc...

# Formalités & santé

## PASSEPORT

Non

## VISA

Non

## CARTE D'IDENTITÉ

Oui

## VACCINS

Non

## RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.