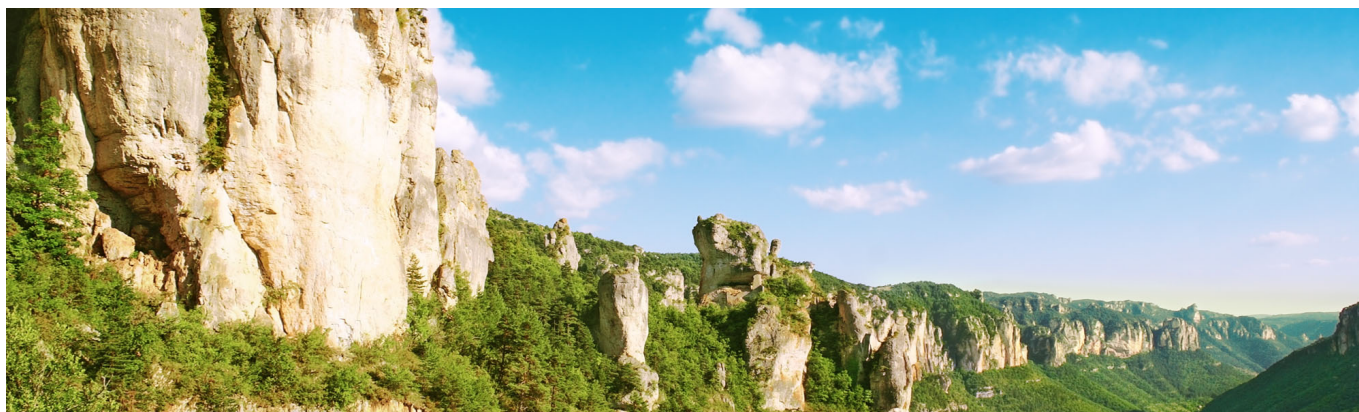


Cévennes : Le Chemin du Tarn - Descente des gorges du tarn en liberté



PRESENTATION

6 journées de rando organisée sans transfert - auberge et hôtel

6 jours / 5 nuits

Une grande traversée au fil du Tarn : Le GR® 736, sentier de la vallée et des Gorges du Tarn.

Le paysage suit le Tarn au rythme de vos envies : Vous prendrez alors le temps d'observer, de vous arrêter dans les villages ou de flâner les pieds dans l'eau.

Randonnée organisée au départ du village de Ste Énimie, au cœur des Gorges du Tarn. L'itinéraire descend la rivière et arrive en fin de séjour au pied des gorges du Tarn, à Millau.

A ne pas rater ...

- 50 km dans les Gorges du Tarn
- Les villages et hameaux à découvrir au fil de l'eau

Découvertes :

- Millau
- Les gorges du Tarn

- Le Pas de Soucy
- Les villages perchés

Un séjour tout compris :

- L'organisation, la préparation et toute la logistique.
- Notre assistance pendant toute la durée du séjour.
- L'application de guidage dédiée d'étape à étape.
- Le transport des bagages
- Les cartes du tracé accessibles directement sur votre smartphone

Découvrez la simplicité : Vous serez "comme à la maison" sans les tracas de l'organisation !

PROGRAMME

Jour 01 : Millau - Le Rozier

Rendez vous directement dans les gorges du Tarn en milieu d'après midi.

Si vous êtes arrivés à Millau en train, prenez le temps... Plusieurs navettes de la région vous permettrons de rejoindre le village du Rozier pour votre première nuit au pied des gorges du Tarn (comptez environ 30 minutes de transfert).

- Diner à l'hôtel** au coeur des gorges du Tarn

Vous profiterez certainement du moment pour vous tremper les pieds dans l'eau !

Jour 02 : Le rocher de Capluc, panorama sur les gorges du Tarn et de la Jonte

Pour cette première journée nous vous proposons de profiter de cet environnement spectaculaire pour faire une petite balade sur les hauteurs du village de Rozier et d'aller côtoyer les vautours au rocher de Capluc. Cette promenade peut se compléter avec une excursion sur les corniches en balcon au dessus des gorges de la Jonte. Ne vous étonnez pas de voir passer au-dessus de vous les vautours fauves qui nichent dans ce secteur. Sur le chemin vous pourrez également observer les très remarquables Vases de Sèvre et de Chine, rochers dolomitiques qui semblent en équilibre au-dessus du vide.

- Pique-nique tiré du sac
- Diner à l'auberge***

Étape de 3h30 de marche. +400 -400 / 6km

Transfert en navette région à 17h43 vers Ste Enimie

Jour 03 : De Ste Enimie à La Malène.

Départ le matin pour une première étape le long du Tarn. Passez le pont, vous êtes rive gauche de la rivière, vous profitez de la fraîcheur du matin. Le Causse Méjean domine au-dessus du cirque de St Chély. Vers midi, vous serez au bord de l'eau pour une belle pause au hameau de Hauterives. Fin de la journée au village de La Malène.

- Pique-nique tiré du sac
- Diner libre dans le village
- Nuit à l'auberge

Parcours le long du Tarn : 15km D+: 300m D-: 350m Temps de marche : 4h30

Jour 04 : De La Malène aux Vignes

Vous allez adorer cette journée. Emblématique des gorges du Tarn, le Pas de Soucy est un chaos rocheux gigantesque. Infranchissable par voie d'eau, vous passerez bien au-dessus pour profiter du panorama exceptionnel qui marque cette partie, la plus étroite, des gorges du Tarn. Plusieurs points de vue majestueux sur les gorges du Tarn s'offrent à vous depuis la rive droite de la rivière.

- Pique-nique tiré du sac
- Diner à l'hôtel** au dessus de la rivière

Parcours le long du Tarn : 13km D+: 600m D-: 640m Temps de marche : 4h30

Jour 05 : Des Vignes au Rozier

L'itinéraire longe le cours du Tarn par un sentier qui vous plongera dans des ambiances différentes, de la piste en périphérie de village au petit chemin arien dans les pins en passant par le sentier de bord de rivière très ombragé...

un parcours particulièrement agréable à suivre par temps chaud.

Vous rejoignez ensuite le petit hameau singulier de la sablière avant d'arriver au Rozier où deux options seront possibles : une baignade dans le tarn ou une pause à la guinguette pour finir tranquillement la journée !

- Pique-nique tiré du sac
- Diner à l'hôtel**

Parcours le long du Tarn : 12km D+: 300m D-: 310m Temps de marche : 3h30

Jour 06 : Le Rozier - Millau

Fin du séjour après le petit déjeuner au Rozier.

Vous pourrez rejoindre Millau avec une navette de la région

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Si vous arrivez en voiture : vous avez rendez-vous directement à votre hébergement à partir de 16h.

Si vous arrivez à Millau en train et bus :

De nombreux trains arrivent à Millau. Selon les périodes de l'année, les horaires des trains sont modifiés, il ne nous est donc pas possible de vous indiquer des horaires et références de trains.

L'heure de rendez-vous le jour 01 permet au plus grand nombre de voyageur d'arriver en transport en commun. Précisez, nous votre heure d'arrivée, nous organiserons au mieux votre accueil.

Actuellement, et sous réserve de modification par la SNCF et la Région :

- Depuis la gare SNCF de Montpellier, une navette en bus public régulier rejoint la gare de Millau - 2€ - Pas de réservation nécessaire. Départ de Montpellier à 11h 15, arrivée 13h25 à Millau (attention horaires variables à consulter avant votre départ).

Nota : deux gares sont maintenant en service à Montpellier : Gare St Roch, en centre ville et la gare TGV en extérieur. Toutes les deux sont desservies par le Tram. Le point commun entre ces deux gare est la Station Tramway Mosson d'où partent et arrivent les bus de la région vers Millau. Merci de tenir compte des temps de correspondance éventuels dans vos calculs de déplacement.

- Navette depuis la gare TGV Sud de France : comptez 1 heure avec 1 tram toutes les 15 minutes
- Navette depuis la gare St Roch : comptez 36 minutes avec 1 tram toutes les 5 minutes

Puis de Millau à Rozier :

- 2 navettes région vous permettent de rejoindre votre hébergement. Départ à 13h35 et à 17h pour vous déposer au village de Rozier- Peyreleau (comptez environ 30 minutes de transfert).
- Vous pourrez également nous commander un service de taxi (avec supplément, sur réservation)

Parking au Rozier : Sur place à votre arrivée, votre véhicule pourra être garé sur un parking extérieur (parking gratuit non gardé)

DISPERSION

Fin du séjour après le petit déjeuner au Rozier.

Si vous repartez en train le dernier jour : depuis le Rozier et pour rejoindre Millau, prenez la navette 215 à 9h, 10h30 ou 17h45. Vous devrez compter 30 minutes de trajet

- Depuis la gare SNCF de Millau, une navette en bus public régulier rejoint la gare de Montpellier - 2€ par personne à régler sur place. Pas de réservation nécessaire. Départ de Millau à 11h45, 14h05 ou 18h30. Arrivée 2 heures après à Montpellier. (Ligne 661/681. Attention horaires variables à consulter avant votre départ).

NIVEAU 2 : Randonnée moyenne

Système de cotation des randonnées :

Il nous paraît donc important de faire un point sur le sujet. L'idée est qu'un randonneur occasionnel puisse facilement estimer la difficulté de la randonnée avant de s'engager :

La notion de « difficulté » des randonnées est souvent évoquée. Soit via les commentaires que vous nous renvoyez, soit via les accompagnateurs pendant votre séjour.

- Itinéraire demandant un minimum d'expérience sur sentiers de moyenne montagne généralement bien matérialisés.
- Un petit entraînement à la marche en montagne peut être nécessaire, notamment pour faire face au dénivelé et à la longueur de la marche.
- Le sentier n'est pas toujours de bonne qualité et il peut y avoir des passages dans des cailloux, compliquant un peu la marche et la rendant plus pénible.
- 4 à 5h de marche sur la journée (hors temps de pause)
- De bonnes chaussures de rando à tige basse et un habillement adapté à la météo sont nécessaires.
- Dénivelée positive comprise entre 400 et 600m : Mieux vaut être en forme, ou être un minimum sportif, mais cela reste tout à fait faisable si vous êtes habitué à un peu d'activité physique, même légère.
- Si vous êtes en autonomie, il peut y avoir des passages hors-sentier, mais l'itinéraire reste en général évident.
- Certains passages peuvent être ponctuellement exposés, et des glissades ou des faux-pas doivent y être évités par une marche prudente.
- Il faudra éventuellement faire attention à la praticabilité de l'itinéraire en fonction des conditions météo.

HEBERGEMENT

Hôtels **/** et auberges

Nous avons sélectionné pour vous des hébergements qui correspondent à nos engagements de valeurs. Ils sont « à taille humaine » et nichés au cœur des gorges du Tarn. Nous apportons beaucoup de soin au partenariat que nous mettons en place avec les acteurs locaux. Vous serez donc accueillis « comme à la maison ».

RESTAURATION

Vos repas seront pris à l'hébergement ou bien dans un restaurant à proximité.

Pour cette formule, vous serez en ½ pension (nuit + diner + petit déjeuner) ou en B&B (nuit + petit déjeuner) en fonction des étapes de votre séjour.

SEJOUR EN AUTONOMIE - FORMULE LIBERTE

Sur ce séjour vous faites le choix de ne pas être accompagné d'un professionnel. Vous randonnez sous votre propre responsabilité. Nous vous conseillons d'être déjà sensibilisé aux randonnées en liberté et d'être équipé de votre propre matériel de sécurité

Vous effectuez cette randonnée en autonomie. Notre formule « liberté » vous permet de voyager aux dates qui vous conviennent le mieux et sans la contrainte de la logistique des groupes.

Attention : Après le départ, ce circuit s'effectuera sous votre propre responsabilité.

Nous vous fournirons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée, vous devrez impérativement les suivre.

DOSSIER DE RANDONNEE NUMERIQUE

L'application qui vous guide dans les gorges du Tarn !

Cette proposition de randonnée est établie sur la base d'un dossier numérique pour limiter l'impact environnemental qui correspond à l'usage du papier.

Nous avons mis en place une appli mobile qui a été pensée et conçue pour vous accompagner et vous guider lors de toutes les étapes de votre voyage. Entièrement offline, elle contient une carte interactive complète par itinéraire avec une multitude d'informations sur votre parcours et les sites d'intérêt.

Les bonnes adresses y sont en bonne position, les points de pique-nique idéaux aussi !

C'est bien sûr un GPS de guidage mais surtout un véritable assistant avant, pendant et après votre voyage !

Nous vous fournirons ce carnet de route numérique complet qui vous permettra d'effectuer cette randonnée sans accompagnateur.

Nous vous conseillons par ailleurs d'être muni d'une boussole et de savoir "lire" une carte.

DOSSIER DE RANDONNEE « Tout papier »

C'est toujours possible ! (Option avec supplément, à réserver à l'inscription)

Même si nous sommes convaincus que la version numérique représente la meilleure option pour organiser ce séjour, nous pouvons toujours vous proposer un dossier de voyage avec toutes les informations nécessaires à sa bonne réalisation.

Il contient les mêmes informations que la version numérique avec en complément :

- Une carte 1/25000 de la région
- Des étiquettes bagages
- Un sac pique-nique par participant

BALISAGE

Le circuit que nous vous proposons emprunte les sentiers balisés en rouge et blanc, GR, quelques portions correspondent à des sentiers régionaux avec un balisage jaune, PR, ainsi que passages qui correspondent à notre recherche personnelle et qui ne sont pas forcément balisés. Nous vous donnerons toutes les indications dans le road-book.

GROUPE

Les groupes sont constitués par vos soins. Une personne minimum

TRANSFERTS INTERNES

Ce séjour peut se faire sans véhicule : les navettes LIO mise en place par la région permettent de se déplacer avec facilité au coeur du territoire.

De nombreuses possibilités de transfert existent entre les villages, vous retrouverez ci-dessous, les informations essentielles. Sur place vous aurez les grilles horaires complètes.

Du 3 juillet au 27 août les navettes principales circulent :

Le jour 01 : depuis Millau et pour rejoindre le Rozier, prenez la navette 215 à 13h35 ou 17h. Vous devrez compter 30 minutes de trajet.

Le jour 02 : depuis le Rozier et pour rejoindre Ste Énimie, prenez la navette 258 à 17h43. Vous devrez compter 45 min de trajet.

Le dernier jour : depuis le Rozier et pour rejoindre Millau, prenez la navette 215 à 9h, 10h30 ou 17h45. Vous devrez compter 30 minutes de trajet

Du 15 avril 3 juillet et du 28 août au 1er octobre : certaines navettes ne sont plus programmées. Nous vous proposerons alors d'utiliser un service de taxi.

PORTAGE DES BAGAGES

Un véhicule assure le transport de vos bagages d'un hébergement à l'autre pendant votre séjour, vous n'aurez donc pas de sac à porter, sauf :

- Pendant les transferts navette
- Le nécessaire de la journée qui tiendra sans problème dans un petit sac à dos de 30 ou 40 litres.

Nota : Nous prenons en charge le transport de 1 bagage par personne et de 13 kg maximum. Le transporteur pourra vous facturer en fin de randonnée un supplément si les bagages sont trop lourds ou trop nombreux.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Venez comme vous êtes, simplement une bonne paire de chaussure pour marcher et de quoi vous baigner, nous faisons quelques pauses au bord de l'eau !

Nous vous conseillons par ailleurs d'être muni d'une boussole et d'emporter avec vous une batterie de recharge externe de secours pour votre GPS ou votre téléphone.

La préparation physique

... et psychologique ! Ce séjour s'adresse à toute personne en condition physique normale, pas d'exploit ni de performance physique au programme. Il est nécessaire de pouvoir marcher entre 4 et 7 heures dans la journée.

L'esprit randonneur : demande parfois de la tolérance, un peu de discipline et beaucoup d'humour. Pensez-y avant de partir en vacances, cela vous aidera à "lâcher prise" et à profiter au mieux de tous les instants. Il arrive aussi que la météo soit capricieuse : ne vous laissez pas démoraliser par quelques gouttes de pluie ou une chute de neige inattendue, c'est aussi ça la randonnée... et ça peut même avoir un certain charme.

Notre conseil

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
 - une veste en fourrure polaire chaude.
 - une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par temps froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément agréable. Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.
- Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.
- Eviter les anoraks et proscrire les équipements trop chauds et encombrants.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
 - 1 foulard.
 - 1 bonnet.
 - T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
 - 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
 - 1 veste en fourrure polaire.
 - 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
 - 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
 - 1 pantalon de trekking ample.
 - 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
 - Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
 - 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram.
- Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
 - 1 pantalon confortable pour le soir.
 - 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

Equipement :

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil .
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et

contrat d'assistance.

- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire
- Boite plastique hermétique pour y mettre le pique nique de midi (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif). Pharmacie personnelle
- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.

Baignade :

N'oubliez pas votre maillot et votre serviette. Les baignades ponctuent agréablement les journées !

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Départ tous les jours à partir du 15 avril jusqu'au 1er octobre (en fonction de la météo).

Tarif du séjour 6 jours / 5 nuits de Ste Énimie à Millau : 675€/personne

Tarif des options :

Supplément chambre individuelle : 175€/personne (selon disponibilité)

Taxi privé (forfait 4 personnes max) entre Millau et Le Rozier : 60€

Taxi privé (forfait 4 personnes max) entre le Rozier et Saint Énimie : 120€

Dossier liberté "tout papier" : 20€

LE PRIX COMPREND

- L'organisation, la préparation et toute la logistique.
- Notre assistance pendant toute la durée du séjour.
- L'hébergement en 1/2 pension (dîner/nuit/petit déjeuner) sauf le J3 à La Malène
- Le transport des bagages (1 bagage par personne 13kg maximum).
- L'application de guidage dédiée d'étape à étape.
- Les cartes du tracé accessibles directement sur votre smartphone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pique-niques
- Le dîner du J3 à La Malène
- Les transferts éventuels en taxi,
- Les navette région à régler sur place (2€/trajet)
- Les boissons et toutes dépenses d'ordre personnelles
- Les éventuelles taxes de séjour que certains hôtels vous facturent directement (env. 1€/nuit)
- L'assurance voyage
- Le moyen de transport pour se rendre au point de départ de la randonnée et le retour
- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

Les Causses et les Cévennes

Le site, s'étendant sur 302 319 ha au sud du Massif Central, constitue un paysage de montagnes tressées en profondes vallées qui est représentatif de la relation existante entre les systèmes agropastoraux et leur environnement biophysique, notamment au travers des drailles ou routes de transhumances. Les villages et les grandes fermes en pierres situées sur les terrasses profondes des Causses reflètent l'organisation des grandes abbayes à partir du XI^e siècle. Le mont Lozère, faisant partie du site, est l'un des derniers lieux où l'on pratique toujours la transhumance estivale de la manière traditionnelle, en utilisant les drailles.

Les paysages des hautes terres des Causses ont été façonnés par l'agro-pastoralisme durant trois millénaires. Au Moyen Âge, le développement des villes dans les plaines méditerranéennes environnantes et, en particulier, la croissance des institutions religieuses, ont suscité l'évolution des structures d'élevages, dont les fondements sont encore en place aujourd'hui. Trop pauvre pour accueillir des villes, trop riche pour être abandonné, le paysage des Causses et des Cévennes est le résultat de la modification de l'environnement naturel. Ils présentent pratiquement chacun des types d'organisation pastorale rencontrés sur le pourtour de la Méditerranée (agro-pastoralisme, sylvo-pastoralisme, transhumance et pastoralisme sédentaire). La zone a une vitalité remarquable résultant du vif renouveau des systèmes agricoles. Cette zone est un exemple majeur et viable de l'agro-pastoralisme méditerranéen. Sa préservation est nécessaire pour traiter les menaces provenant des problèmes sociaux, économiques et environnementaux auxquels de tels paysages sont confrontés dans le monde entier. D'un point de vue historique, les Causses et les Cévennes conservent de nombreux témoignages de l'évolution de sociétés pastorales sur plusieurs siècles. Leur important patrimoine bâti, leurs caractéristiques paysagères et associations immatérielles, qui reflètent la tradition, seront préservés grâce au renouveau contemporain des systèmes agraires.

L'Agropastoralisme

Le paysage caussenard a été façonné de longue date par la présence dominante de l'élevage de la brebis, dont la suprématie s'est imposée avec la reconnaissance de l'AOC Roquefort. Le berger, auteur du petit patrimoine bâti, était le personnage emblématique de ces paysages. La préoccupation de l'éleveur d'aujourd'hui n'est pas différente de celle d'hier : être attentif à l'état du troupeau autant qu'à la végétation. Brebis et pâturages s'entretiennent mutuellement : les pâturages nourrissent les brebis qui empêchent l'embroussaillage. C'est donc une flore et une faune de pelouse steppiques qui donnent la spécificité de ces paysages. Partez à la rencontre des hommes qui font ce territoire, découvrez leurs produits et partagez leurs passions.