



L'intégrale du Chemin de Saint Guilhem

FRANCE - LOZÈRE



Le chemin de Saint Guilhem le Désert est une très ancienne voie de communication reliant le Massif Central à la plaine Languedocienne trait d'union entre les hautes terres de L'Aubrac et les plaines de Méditerranée. Partant du village d'Aumont Aubrac pour rallier St Guilhem le Désert, c'est itinéraire offre une diversité paysagère et culturelle exceptionnelle : l'Aubrac et ses prairies fleuries, les grands causses aux étendues steppiques, les gorges du Tarn et son village médiéval de Sainte Enimie, le parc national des Cévennes, le massif boisé de l'Aigoual, le cirque de Navacelles ... pour rejoindre le village Saint Guilhem et l'abbaye de Gellone.



13 jours / 12 nuits
12 jours de marche



2 à 15 personnes



Itinérant



★★★★



Hôtel - Chambres
d'hôtes



Code : 1227

LES POINTS FORTS :

- Une diversité culturelle exceptionnelle
- La découverte du parc national des Cévennes
- Le village de Saint Guilhem, classé parmi les Plus Beaux Villages de France.



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : AUMONT AUBRAC

Accueil et installation à l'hôtel.

JOUR 2 : AUMONT AUBRAC - NASBINALS

Départ du village d'Aumont Aubrac situé au nord de la Lozère aux confins des pittoresques monts granitiques de la Margeride et des immenses plateaux basaltiques de l'Aubrac. Le circuit traverse différents hameaux La Chaze, Labros et Rieutord d'Aubrac pour arriver à Nasbinals. Nuit et repas en hôtel.

▲ 6h30 de marche, 26km de marche

JOUR 3 : NABINALS - SAINT CHELY D'AUBRAC

Le sentier traverse les grands espaces de l'Aubrac pour rejoindre le village de Nasbinals. Son église du XIVème siècle est construite en basalte avec un toit en schiste. Descente sur le village de Saint Chély d'Aubrac. Nuit et repas en hôtel.

▲ 5h de marche, 20km

JOUR 4 : SAINT CHELY D'AUBRAC - COL DE TREBATUT

Le circuit traverse quelques bois de hêtres et de pins. Il longe les pâturages parsemés de burons, petites constructions en pierre où s'élaborait la Fourme, ce gros fromage parfumé. Nuit et repas en auberge.

▲ 7h de marche, 28km

JOUR 5 : COL DE TREBATUT - LA CANOURGUE

Descente sur la vallée du Lot en passant par le village de Saint Germain du Teil et Banassac. L'étape se finit à la Canourgue, ville située au pied du Causse de Sauveterre et au bord du Lot. Nuit et repas en hôtel.

▲ 4h30 de marche, 15km

JOUR 6 : LA CANOURGUE - SAINTE ENIMIE

Nous quittons le massif de l'Aubrac pour découvrir le Causse de Sauveterre et son habitat le plus souvent regroupé en hameaux et villages aux maisons typiques de pierres et lauzes calcaires. Descente dans les Gorges du Tarn pour rejoindre la cité médiévale de Sainte Enimie. Cette cité aux ruelles pavées qui offre une promenade divertissante entre des murs de pierre, parfois vieux de près de huit siècles, comme ceux de l'Eglise consacrée bien sûr à l'Evangélisatrice qui a donné son nom au village.

Nuit et repas en hôtel.

▲ 7h de marche, 28km



JOUR 7 : SAINTE ENIMIE - MEYRUEIS

Le sentier traverse l'enclos des chevaux de Przewalski qui sont les derniers chevaux sauvages, qui rejoindront bientôt leur pays d'origine la Mongolie. Possibilité de passer par le chaos de Nîmes le vieux pour rejoindre le village de Meyrueis.

Nuit et repas en hôtel

 7h de marche, 28km

JOUR 8 : MEYRUEIS - L'ESPEROU


Montée sur le massif boisé de l'Aigoual en passant par la vallée du Bonheur et de l'abîme de Bramabiau exploré pour la première fois par Edouard Alfred Martel en 1888. Au col de la Serreyrède, descente au village de l'Espérou au pied de l'Aigoual.

Nuit et repas en hôtel.

 7h de marche, 23km

JOUR 9 : L'ESPEROU - LE VIGAN


Le circuit suit la grande draille du Languedoc qui est un ancien sentier de transhumance pour rejoindre le village d'Aulas situé au cœur d'une vallée verdoyante, traversée du nord au sud par la rivière Le Coudoulous. Fin de l'étape au Vigan au cœur des Cévennes méridionales. Nuit et repas en hôtel.

 4h30 de marche, 19km

JOUR 10 : LE VIGAN - NAVACELLES

Le sentier rejoint le causse de Blandas aux nombreux menhirs et dolmens et finit au cirque de Navacelles creusé par l'érosion depuis des millions d'années. Descente dans les gorges de la Vis pour rejoindre le hameau de Navacelles.

Nuit et repas en chambre d'hôtes.

 6h30 de marche, 22 km

JOUR 11 : NAVACELLES - LA VACQUERIE SAINT MARTIN ET CASTRIES

Montée à travers les gorges de la Vis pour rejoindre le plateau et le village de Saint Maurice de Navacelles. Le sentier descend dans la combe des Nadges pour rejoindre le hameau des Natges.

Nuit et repas en gîte

 5h de marche, 16 km

JOUR 12 : LA VACQUERIE SAINT MARTIN ET CASTRIES - SAINT GUILHEM LE DESERT

Quittant la Serrane par un dernier col, le Gr rejoint le cirque du Val de Gellone et le village de Saint Guilhem du Désert. Dominé par la masse de l'abbaye, le village aux toits de tuiles s'étire le long du ruisseau. Difficile d'accès mais pourvu de terre fertile et d'eau, ce lieu offrait de bonne condition pour une implantation monastique.

Nuit et repas en hôtel

 6h de marche, 17 km

JOUR 13 : SAINT GUILHEM LE DESERT

Fin du séjour après le petit déjeuner.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le circuit que nous vous proposons emprunte le sentier balisé en rouge et blanc GR

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Nuit supplémentaire sur Causse Méjean en formule demi-pension + pique nique : 86€ par personne en chambre de 2 (tarifs à titre indicatif, pouvant être réajustés en fonction des disponibilités du moment, et des types de chambre proposés).

Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

D'autres séjours existent dans cette même région : [Le chemin de Saint Guilhem - De Meyrueis à Saint Guilhem en liberté](#) et [Le Chemin de Saint Guilhem - De Aumont-Aubrac à Sainte Enimie en liberté](#)

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Confirmé
- Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.
De 15 à 29km par jour, dénivelé positif allant de 400 à 850m.

NIVEAU TECHNIQUE :

Aucune difficulté terrain particulière

ENCADREMENT :

Vous disposerez d'un topo guide et de cartes.

TOPOGUIDE :

Votre topo (dossier de voyage) vous sera envoyé par courrier environ 2 à 3 semaines avant votre départ : il récapitulera les contacts utiles et le détail de votre programme jour par jour, ainsi que les points de RV et d'accès à vos hébergements. Votre questionnaire de satisfaction y sera aussi présent. Sur certains séjours, vous y trouverez également une ou plusieurs carte IGN. Un seul topo est imprimé et envoyé par groupe. Possibilité d'envoi de plusieurs topos (avec supplément). En cas de réservation de dernière minute ou d'adresse à l'étranger, votre topoguide sera envoyé au premier hébergement de votre séjour et vous sera remis à votre arrivée sur place.

HÉBERGEMENT :

➤ Hôtels, chambres d'hôte, auberge.
Formule demi-pension.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

TRANSFERTS :

Ce séjour a été conçu pour limiter l'utilisation de modes de transport, afin de privilégier ainsi l'approche par la randonnée, et donc de vous assurer une véritable déconnexion. Aucun transfert à prévoir pendant ce parcours.

GROUPE :

A partir de deux participants

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 à Aumont Aubrac

DISPERSION :

Le jour 13 à St Guilhem

MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

Par l'A75 jusqu'à Aumont-Aubrac.



EN TRAIN

Aller : Gare SNCF d'Aumont-Aubrac Ligne Clermont Ferrand - Béziers
Retour : Retour Saint Guilhem le désert – Montpellier Ligne LiO 668 -662
Taxi jusqu'à Montpellier

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Prix du séjour : 1390€ /pers.

➤ Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFR

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons – remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en demi-pension
- Le transport des bagages entre les hébergements (1 bagages personne de 13kg maximum)
- Le topo guide
- Les taxes de séjour
- Les frais d'organisation et de réservation

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les pique-niques
- Les boissons personnelles
- Le voyage depuis votre domicile jusqu'au lieu d'accueil
- La navette retour
- L'assurance
- Tout ce qui n'est pas inscrit dans "notre prix comprend"

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Navette retour : 58€/pers
- Départ à 11h30 de Saint Guilhem pour arriver à 14h30 Aumont Aubrac.
- Supplément chambre individuelle : 300€/pers

**ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ****BAGAGES :**

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
 - ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).
- Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



VÊTEMENTS :

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

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez 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 vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.

NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 26/11/2024