

Raquettes et balnéo à Bagnols les Bains

FRANCE - LOZÈRE



A la découverte de vastes espaces enneigés, au cœur du Massif Central. Chaque jour nous partirons à la découverte des vieux villages blottis aux flancs du Mont Lozère aux toits de lauze et clochers de tourmente de la haute vallée du Lot, le causse du Masseguin, le Goulet et les crêtes dénudées et chaos granitiques de Mont Lozère. Une découverte tout en douceur avec, chaque soir, la chaleur du feu de cheminée.



7 jours / 6 nuits
5 jours d'activités



6 à 13 personnes



En étoile



★★



Hôtel



Code : 256

LES POINTS FORTS :

- Hébergement convivial et cocooning
- Découvertes des jolis villages traditionnels de Lozère
- 1 accès inclus au Spa Thermal, ou plusieurs en option



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : BAGNOLS LES BAINS

Installation dans le petit village lozérien de Bagnols-les-Bains (commune de Mont Lozère et Goulet), au pied du mont Lozère, dans un hôtel "Logis de France". Accueil, présentation du séjour autour du pot de bienvenue et dîner à l'hébergement.

JOUR 2 : LES FLANS DU MONT LOZERE

Randonnée à la découverte des villages des flancs du mont Lozère, et de leurs traditions. Les clochers de tourmente rythmaient autrefois l'activité du hameau et servaient de repère sonore. Pendant les longs mois d'hiver, la tourmente, vent rasant balayant la neige poudreuse, limitait les liaisons entre les villages et surprenait les voyageurs. Ils devaient leur salut au son de la cloche actionnée par les villageois, signalant la proximité d'un abri.

▲ 4 à 5h de marche, +250m de dénivelé

JOUR 3 : LE SOMMET DU GOULET

Départ depuis le sommet du Goulet (1497m), massif qui forme une crête strictement parallèle au nord du Mont Lozère, dominant d'environ 400m les vallées situées de part et d'autre ; de nombreux cours d'eaux y prennent leur source, dont le Lot. Découverte du château du Tournel qui abritait dès le XIIème siècle la baronnie du Tournel. Cette citadelle de schiste, désormais en ruines, dressée au dessus du Lot, semblait imprenable. Découverte également du village de Saint Julien du Tournel et de son église romane du XIIème - XIIIème siècle.

▲ 5h de marche, +300m de dénivelé

JOUR 4 : ROC DES LAUBIES

Randonnée à la découverte du Mont Lozère ouest et de ses quelques particularités naturelles : le granite et son érosion laissant apparaître, sur les versants des vallées et au fond de celles-ci, des chaos de blocs arrondis de granite ou même la roche massive. Cheminement par le Roc des Chiens Fous, la croix de maître Vidal et le chaos du Roc des Laubies (1562m).

▲ 4 à 5h de marche, +300m de dénivelé

JOUR 5 : LES SOURCES DU TARN

Départ depuis le col de Finiels (1541m), pour une randonnée à la découverte des sources du Tarn, qui prend sa source au creux d'une combe à plus de 1500 m d'altitude, dans un ensemble de tourbières qui assure un débit important à la rivière dès son premier kilomètre. Immersion complète dans le blanc où quelques pins à crochets résistent aux rigueurs du climat.

▲ 5h de marche, +300m de dénivelé

JOUR 6 : LE SOMMET DES FINIELS

Randonnée à la découverte du sommet de Finiels. En suivant "Les Montjoie", ces bornes de granite qui servaient et servent encore de balises pour repérer le chemin qui, en hiver, disparaît sous la neige. Ascension jusqu'au point culminant du mont Lozère (1699m), d'où l'on peut découvrir, par beau temps, un panorama qui va des Alpes à la Méditerranée.

▲ 5h de marche. +250m de dénivelé

JOUR 7 : BAGNOLS LES BAINS

Fin du séjour après le petit déjeuner.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

Le déroulement de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment, notamment de l'enneigement. Dans ce cas, seuls les responsables de l'encadrement sont habilités à prendre les décisions nécessaires.

Le spa thermal Aqua Calida, situé à 100 mètres de votre hôtel, a fait l'objet durant toute l'année 2020 de travaux importants. Ces rénovations avaient différents objectifs parmi lesquels mettre en valeur le patrimoine de la station et revaloriser l'image des thermes romains. Quelle que soit l'option choisie, vous pourrez profiter des installations suivantes au sein du nouveau spa thermal :

- Bassin intérieur et extérieur en eau thermale
- Tisanerie
- Sauna infrarouge
- Sauna sel
- Douche de Runes (douche Niagara)
- Vaporium
- Frigidarium (partie des thermes où l'on peut prendre des bains d'eau froide).
- Caldarium (partie des thermes où l'on peut prendre des bains chauds).
- Douche locale
- Douche manteau

Conditions d'accès : accès au SPA THERMAL les lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi à partir de 16h30. Ouverture du Spa à partir du 6 février 2022.

Marianne propose des modelages et des soins à la carte au sein de votre hôtel. Elle vous accueillera à la demande tout au long de votre séjour pour un moment de bien être. Réservation possible sur place ou lors de votre réservation.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Possibilité de nuits supplémentaires la veille ou à la fin de votre séjour à Bagnols-les-Bains. Nous consulter.

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.

NIVEAU TECHNIQUE :

5h de marche et 250 à 300m de dénivelé positif par jour.



ENCADREMENT :

Vous serez encadrés d'un accompagnateur en montagne diplômé.

HÉBERGEMENT :

Catégorie 2* : chambres avec douches ou bain et WC.
Piscine intérieure chauffée, sauna, bain à remous, espace détente.

RESTAURATION :

Restaurant en cuisine traditionnelle, repas pris à l'hôtel, pique-niques à midi.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

GROUPE :

De 4 à 12 participants.

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 à partir de 16h00, à votre hôtel à Bagnols Les Bains.

DISPERSION :

Le jour 7 après le petit déjeuner.

MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

De PARIS, A71 jusqu'à Clermont-Ferrand. Ensuite, A75 jusqu'à sortie 34. Puis N106 jusqu'à Mende et N88 direction Langogne - Le Puy. 10km après Mende, prendre la route de Villefort (D901) jusqu'à Bagnols. Carte Michelin 240, pli 3. Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites :

- www.viamichelin.fr
- www.mappy.fr



PARKING

L'hôtel dispose d'un parking gratuit.



EN TRAIN

Gare de Bagnols - Chadenet, ligne Marvejols - La Bastide - Saint-Laurent-les-Bains.
(Correspondance avec les lignes Paris/Clermont/Nîmes et Paris/Clermont/Béziers).
Veuillez consulter la SNCF au 3635 ou sur Internet www.sncf.fr au moment de votre inscription.

DATES ET PRIX

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en chambre double ou twin avec douche et WC, télévision, téléphone,
- La pension complète (petit-déjeuner buffet, déjeuner ou pique-nique, dîner),
- L'option balnéo comprenant 1 accès à partir de 16 h30 à l'espace thermal Aqua Calida (situé à 150m de l'hôtel),
- L'accès aux équipements de l'hôtel (piscine, spa et sauna),
- Les transferts en mini-bus sur départs des randonnées,
- L'accompagnement par un professionnel diplômé,
- Le dimanche un pot d'accueil à l'arrivée et le vendredi un repas dégustation d'aligot.

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons (vin, consommations personnelles au bar).
- La taxe de séjour.
- Le voyage aller retour.
- Votre assurance individuelle.
- Le supplément chambre individuelle.
- L'option balnéo 2 ou 4 accès supplémentaires.
- Les prestations de bien-être à la carte.
- Tout ce qui n'est pas inscrit dans "le 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 :

Supplément chambre individuelle sous réserve de disponibilité : 170€

- 1 Accès au SPA THERMAL : 22 € compris dans l'offre
- 3 accès au SPA THERMAL : 66 €
- 5 accès au SPA THERMAL : 110 €

MODELAGES :

- Modelage localisé de 20 mn -> 25 € :

Prenez un instant de détente avec ce soin localisée du dos.

- Relaxologie plantaire 20 mn -> 25 €
- Modelage dorsal ou ventral de 30 mn -> 35 €

- Modelage du marcheur 30 mn -> 35 € :

Après un effort physique le modelage des jambes à l'arnica permettent une récupération musculaire

- Modelage au pierre chaude de 1 h -> 70 € :

Modelage qui utilise des pierres de basalte chauffées, qui sont disposées sur le corps sur les points énergétiques précis. Les pierre sont également utilisées pour masser le corps, dans des mouvement d'effleurage et de drainage

- Modelage californien de 1 h -> 70 € :

Ce modelage se caractérise par le grand mouvements lents, fluides et harmonieux sur tout le corps. Ce soin regroupe différentes techniques : effleurage, pressions glissées, friction, pétrissage.

- Modelage à la bougie de 1 h -> 70 € :

Laissez vous envoûter par la délicate sensation de l'huile onctueuse et chaude qui nourrira et adoucira votre peau en profondeur. Les bougies de modelage diffusent tout au long du soin une senteur exquises.

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée et pique nique.

VÊTEMENTS :

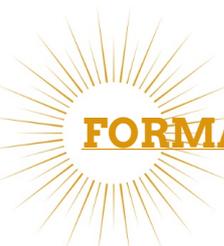
Prévoir vêtements chauds, et veste coupe vent et imperméable, la température ressentie sur les plateaux peut être froide (altitude variable entre 900 et 1699m).

- ✓ Un pantalon solide et chaud,
- ✓ Un pantalon léger,
- ✓ Une paire de guêtres légères,
- ✓ Une chemise de laine ou sous-pull,
- ✓ Une polaire, cape de pluie ou veste type goretex,
- ✓ Trois paires de chaussettes de laine,
- ✓ Un collant + un maillot de corps chaud,
- ✓ Deux paires de gants ou moufles,
- ✓ Un bonnet couvrant les oreilles,
- ✓ Une paire de chaussures de randonnée chaude (pas de chaussures de type Moon Boots) + surchaussures imperméables,
- ✓ Une tenue pour l'après- raquettes,
- ✓ Un maillot de bain.

MATÉRIEL :

Nous vous conseillons d'emporter avec vous : des chaussures de randonnée chaudes, des lunettes de soleil, un couteau de poche, une gourde ou thermos, une petite pharmacie personnelle (élastoplast en prévention des ampoules, pansements, crème solaire...).

Il vous sera fourni, une paire de raquettes et des bâtons.



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 le début du séjour justifiée).
- Assurance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des contrats d'assurances envoyés sur demande.



NOUS CONTACTER



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 : 03/12/2021