

Les Chemins de Saint Jacques en guidé : Aumont Aubrac à Conques

France

Code voyage : FRAGP0105

Randonnée guidée • Voyage itinérant

8 jours • 7 nuits • Rien à porter • Niveau : 2 / 5

*Conques © La Pèlerine*

Une succession de canyons sauvages, de vallées romantiques, d'églises romanes ou gothiques, de vieux ponts en arc, de villages anciens, tout cela jusqu'à l'admirable église romane de Sainte-Foy à Conques. Cet édifice majeur de l'art roman, érigé par la foi, l'esprit et l'habileté des moines constructeurs du Xe au XIIe siècle, demeure un témoignage intact et fascinant de l'ère millénaire. Sainte-Foy, une étape incontournable sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, continue d'inspirer admiration et émerveillement.

Points forts

- Monastère la Dômerie d'Aubrac construit pour protéger les pèlerins qui traversaient l'Aubrac
- Incroyable traversée du plateau de l'Aubrac
- Découverte de Conques classé « Plus beau village de France »

52 rue du Tortolon 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78
Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

EN BREF



PROGRAMME

J1 • Aumont Aubrac.

Accueil vers 19h00 à l'hôtel. Repas du soir et nuit à l'hôtel.

J2 • Aumont Aubrac – Montgros (1 234 m)

Etape qui peut paraître un peu longue mais sans difficulté. La Margeride se termine, et on commence à traverser le Plateau de l'Aubrac (grand plateau occupé par des pâturages, des burons, des murs de pierres sèches, des étendues de fleurs selon l'époque !!) ; on traversera successivement La Chaze de Peyre, Lasbros, et Rieutort d'Aubrac avant d'arriver à Montgros.

23.5 km, 5 à 6 h de marche.

J3 • Montgros – St Chely d'Aubrac (808 m)

En suivant la Grande Draille, nous parvenons à Nasbinals (superbe église romane du 14ème siècle construite en basalte brun), puis au village d'Aubrac, haut lieu du pèlerinage avec sa domerie créée en 1120 par Adalard, vicomte des Flandres. A mi-parcours le nid d'aigle de Belvezet perpétue le souvenir de Guillaume, seigneur du lieu qui se rendit à Compostelle en 1277. Descente sur St-Chély d'Aubrac.

20 km, 5 à 6h de marche.

J4 • St Chely d'Aubrac – St Come d'Olt (342 m)

Poursuivant la "boralde", nom générique des rivières dévalant le versant sud de l'Aubrac, nous parvenons au bord du Lot au très beau village de St-Côme d'Olt. Nuit dans un couvent, une immersion le temps d'un soir, dans l'esprit et sur les pas de Saint Jacques, dans un lieu calme et empli de sérénité.

16.5 km, 4 à 5h de marche.

J5 • St Come d'Olt – Estaing (320 m)

Nous rejoignons Espalion et l'église de Perse, joyau roman de grès rose avant d'arriver à la cité d'Estaing. Visite de la ville.

20 km, 5 à 6h de marche.

J6 • Estaing– Massip (369 m)

Nous longeons le Lot jusqu'à la Rouquette, puis à travers les paisibles paysages du Rouergue, ponctués de prieurés, nous gagnons Golinhac. L'étape se fera juste avant à MASSIP (2 km avant Golinhac).

14 km, 4 à 5 h de marche.

J7 • Massip – Conques (280 m)

L'arrivée sur Conques est saisissante. Des toits pointus, émerge la basilique Ste-Foy, joyau de l'architecture médiévale avec son "trésor", objet de la vénération des pèlerins depuis plus de mille ans. Visite de la ville en fin d'après-midi.

23 km, 5 à 6h de marche.

J8 • Conques

Séparation après le petit déjeuner à Conques.

Itinéraire

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 2 / 5

Facile - faibles dénivelées - 4 à 6h de marche par jour (en moyenne).

Si vous trouvez les étapes trop longues, il existe une liaison bus entre Aumont Aubrac et Conques : Le Compostell'Bus. Il y a de nombreux arrêts sur cette ligne vous pouvez donc raccourcir certaines étapes et rejoindre le groupe à l'hébergement le soir.

Transport des bagages

Le transport de bagage est compris. Vous ne portez que vos affaires de la journée, dans un petit sac ou une sacoche, avec le pique-nique et les vivres de course. Vos bagages seront transportés par une société de transport entre chaque étape en fin de matinée ou dans le courant de l'après-midi. Livraison pour 18 H.

ATTENTION : Nous vous demandons de déposer votre bagage dans le hall de chaque hébergement le matin à 8 H et de ne prévoir IMPERATIVEMENT QU'1 SEUL BAGAGE PAR PERSONNE NE DEPASSANT PAS 13KG; au-delà de ce nombre (1 sac) et de ce poids (13 kg), le transporteur pourra vous facturer, en fin de randonnée, un supplément ou refuser catégoriquement de transporter votre bagage s'il est trop encombrant.

Valise rigide non autorisée-nous déclinons toute responsabilité sur les dommages de ce type de bagage.

Groupe

De 7 à 14 participants.

Durée

8 jours, 7 nuits, 6 jours de marche.

Encadrement

Par un accompagnateur en montagne français diplômé d'état.

Confort

► Hébergement

Hôtels* ou **, auberge, gîtes, chalets ou chambres d'hôtes (chambres de 2 à 4 lits).

Les sanitaires peuvent être sur le palier et communs à plusieurs chambres.

► Classification hôtelière

En France, de plus en plus d'hôtels ou de chambres d'hôte refusent toute classification, même des établissements qui étaient encore classés voici un ou deux ans. Ces établissements ne perdent pas pour autant en qualité, loin de là. Parmi les chambres d'hôtes, beaucoup sont des chambres de charme.

Si nous indiquons, par exemple, un niveau de confort "3* ou équivalent" : cela signifie que l'établissement n'est pas forcément classé, mais a un confort correspondant à celui d'un hôtel 3*.

► Puces de lit

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales

européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements...

Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray, en vente chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

► **Restauration**

Repas à table le soir et pique-nique le midi.

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Début / Fin

► **Début**

Le J1 vers 19h00 à Aumont Aubrac.

► **Fin**

Le J8 après le petit-déjeuner.

Prolongez votre séjour

Il vous est tout à fait possible d'ajouter une nuit supplémentaire avant ou après votre séjour. Les réservations se font directement auprès de l'hébergement concerné et doivent être payées sur place.

Période de départ

Séjour du vendredi au vendredi. Départ en mai, juin, août et septembre.

Votre budget

► **Les prix comprennent**

- L'hébergement en pension complète (vin et boissons non compris)
- Le transport des bagages
- L'encadrement
- Les taxes de séjour
- L'assistance téléphonique

► **Les prix ne comprennent pas**

- L'acheminement
- Les boissons
- Les frais de parking
- Les visites payantes
- La navette retour
- Les dépenses personnelles
- Les assurances
- Les frais d'inscription

- Tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

► Options, suppléments et réductions

- Navette Conques - Aumont Aubrac

Assurances

Vous pouvez souscrire une assurance complémentaire carte bancaire (CB), ou annulation + interruption de séjour et/ou une assistance rapatriement facultatives.

L'assurance annulation + interruption de séjour vous couvre hors frais de dossier, d'inscription et hors taxes aériennes. Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par nous, dans les cas et sous les conditions figurant sur le contrat : 2,7% du montant du séjour.

L'assistance rapatriement comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement : 1,2% du montant du séjour.

Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement : 3,6% du montant du séjour.

Assurance complémentaire CB pour l'achat du séjour avec une CB multiservices proposant les garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum, American Express). Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB : 2.7 % du montant du séjour.

Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement pour les non-résidents européens. Nous consulter pour toute demande.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco.

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco ; il vous appartient de faire les démarches nécessaires auprès de l'assurance ; nous pouvons cependant bien volontiers vous y aider.

Accès

► En train

- Aller :

Gare SNCF d'AUMONT-AUBRAC.

- Retour :

Gare SNCF de RODEZ : Liaisons de bus entre Conques et Rodez (38km) : Transports Verbus : 05 65 77 10 55 (les bus ne circulent pas tous les jours ; départ 10h et 16h de Conques).

Sinon possibilité d'accéder en train à Rodez depuis la gare de St Christophe Vallon. Une navette existe de Conques à St Christophe Vallon (voir ci-dessous).

Gare SNCF de ST CHRISTOPHE VALLON (18km de Conques) :

- Taxi LAMPLE : (06 07 75 93 32 ou 04 71 49 95 55) propose une liaison tous les jours (de fin avril à fin septembre), de Conques à la gare de Saint Christophe. : Navette sur réservation uniquement.

Trajets à réserver au plus tôt, par vos soins. Nous ne prenons pas en charge la réservation de ce transfert et il n'est pas compris dans le prix de la randonnée. Horaires et tarifs sujets à modification, consulter l'office de tourisme concerné.

► En voiture

Consultez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr.

Aller :

Carte Michelin n° 76, pli 15.

Accès par l'A 75 jusqu'à Aumont-Aubrac.

Parking :

Vous pouvez laisser votre voiture gratuitement au parking de la gare SNCF d'Aumont-Aubrac le temps de votre randonnée. Notez que c'est un parking non surveillé et non sécurisé, situé à 600m du centre du village. Vous avez également la possibilité de confier votre véhicule au Garage Gervais pour 5€/nuit.

► Retourner à sa voiture

Transfert Conques / Aumont Aubrac : A réserver à l'inscription.

Vous pouvez par notre intermédiaire (ou directement) réserver auprès de LA MALLE POSTALE pour revenir de Conques à Aumont Aubrac (04 71 04 21 79).

Il est impératif de réserver ce transfert le plus rapidement possible (nous vous conseillons de le faire dès votre inscription ou à notre confirmation de réservation car les demandes sont importantes et il y a peu de places) ; ce transfert n'est pas compris dans le prix de la randonnée.

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur [BlaBlaCar](#).

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

Tourisme responsable

► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Équipement :

- **1 sac à dos de 30/35 litres** à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- **1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville** et imperméables, à semelle type Vibram Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- 1 thermos pour une boisson chaude ou froide
- 1 gourde (prévoir minimum 1,5l/pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette.
- 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques,
- Des vivres de courses de votre préférence (nous vous en donnons également en complément)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confié à l'hôtel durant le séjour)
- 1 couverture de survie
- Papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- Crème solaire indice 4
- Appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).

Pour le soir à l'hébergement

- Nécessaire de toilette
- Vos affaires de rechange
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 draps sac

Pharmacie personnelle (votre guide à également une pharmacie collective)

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).

Vêtements :

En randonnée le **principe des 3 couches** reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- Un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse).
- Un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- Une veste en fourrure polaire
- Une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des **vêtements qui sèchent rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez la laine mérinos, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidit lors des pauses.

- L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF© et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paires de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche