

Randonnée en Dordogne et Haut Quercy

Circuit en itinérance, en liberté
En chambre double ; 8 jours 7 nuits dont 7 jours de marche

Formule : séjour en liberté

Niveau : 2/5



Entre la Dordogne et le Quercy, ce voyage à travers une nature bucolique vous permet de visiter parmi les plus beaux villages de France : Carennac, Autoire et son cirque où coule une belle cascade. Vous marchez sur le causse de Gramat pour découvrir le spectaculaire gouffre de Padirac. Vous rencontrez aussi de beaux châteaux comme celui de Treyne et Belcastel en passant par les villages médiévaux de Mayrinhac-le-Francal et de Martel. Et vous finissez en beauté par le site mondialement connu de Rocamadour que vous atteignez par les gorges de l'Alzou.

POINTS FORTS :

- Découverte d'une kyrielle de monuments historiques et de villages médiévaux,
- Un cache-cache avec la Dordogne,
- Des hébergements de qualité.

PROGRAMME

Jour 1 : Arrivée à Souillac

Installation à l'hôtel et visite libre de Souillac : l'église abbatiale et le musée des automates, le centre ancien... Nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 2 : Souillac – Calès

17 km/ 5h Dénivelé : +380m -220m

Départ à pied de Souillac vers la Dordogne que vous traversez pour apercevoir le magnifique château de Treyne. Arrivée et nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 3 : Calés – St Sozy

23km/ 6h Dénivelé : +403 -567

Une bonne partie du chemin se déroule le long de la Dordogne, les grottes de Lacave, le château de Belcastel, le beau village de Mayrinhac le Francal et Meyronne, nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 4 : St Sozy – Martel - Gluges

18 km/ 5h Dénivelé: +680m -650m

Le village de Mayrac, le sommet belvédère de Mercol d'où le regard porte sur une bonne partie du voyage, la cite médiévale de Martel et le village de Gluges, nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 5 : Gluges - Carennac

19 km/ 5h30 Dénivelé : +474m -475m

Passage sur la Dordogne, le cirque de Montvalent, Floirac et arrivée à Carennac, plus beau village de France, nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 6 : Carennac – Loubressac

15 km/ 3h30 Dénivelé : +386m -182m

Le matin, par les chemins bordés de murets en pierres blanches, vous arrivez au gouffre de Padirac (10km) une des plus grandes curiosités géologiques de France. Puis par un beau chemin, vous rejoignez le village de Loubressac, plus beau village de France, nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 7 : Loubressac - Alvignac

18 km /4h30 Dénivelé : +515m -476m

Le cirque et le village d'Autoire, encore plus beau village de France, le causse de Gramat, nuit en hôtel en demi-pension.

Jour 8 : Alvignac – Rocamadour

12 km /3h Dénivelé : +132m -322m

Petite matinée de marche et visite libre de Rocamadour.

Transfert retour à Souillac et fin du séjour.

PENDANT VOTRE SÉJOUR

ENCADREMENT :

En liberté :

Vous partez seuls, en couple, en famille ou entre amis. Nous nous occupons de l'hébergement, des repas, du transfert des bagages et groupe.

Vous avez une bonne expérience de la randonnée et vous savez vous orienter avec une carte et une boussole. D'une étape à l'autre, vous suivez les cartes et le topo guide que nous avons préparé avec soins.

Partir en liberté, c'est randonner léger, au rythme de chacun et profiter pleinement des plaisirs de la nature sans se préoccuper de la logistique du séjour. C'est aussi être libre d'interpréter et d'imaginer ce que racontent la Dordogne et le Haut-Quercy.

PORTAGE DES BAGAGES :

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. Merci de prévoir 1 bagage par personne, de maximum 15kg/bagage.

VOTRE HÉBERGEMENT :

En demi-pension :

En hôtels, en chambre double : sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les hébergements choisis une ambiance conviviale. Vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels ** et *** et/ou chambres d'hôtes. Les draps et serviettes sont fournis.

LA NOURRITURE :

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Formule demi-pension, pique-nique non fourni.

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

A partir de 2 personnes.

AVANT VOTRE DÉPART

TARIFS :

Voir la grille des prix sur notre site Internet.

S'INSCRIRE :

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com Tél +33(0)5 61 65 20 93 Ou +33(0)6 81 53 77 75
--

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Paieiment du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

FORMALITÉS :

Carte d'identité en cours de validité
Assurance rapatriement conseillée

NIVEAU : 2/5

Randonnée facile sur sentiers, piste et parfois route. Des étapes entre 4h30 et 5h30 heures en moyenne avec des dénivelés de 300 à 500 mètres maximum. Vous avez une bonne condition physique et vous êtes préparés à la randonnée sur plusieurs jours

PÉRIODE :

De fin mars à novembre.

DÉPART ET RENDEZ-VOUS :

Départ à Souillac à l'hôtel en fin d'après-midi.

Comment y aller :

En voiture : Autoroute A20 ou RN20, sortir à Souillac.

En train : Gare SNCF de Souillac

En avion : Aéroport de Toulouse puis navette jusqu'à la gare SNCF de Souillac.

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en demi-pension, du diner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8
- Le transport des bagages,
- Le transfert retour du groupe de Rocamadour à Souillac
- Les cartes IGN avec le tracé surligné, le porte-carte
- Le topo-guide détaillé

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons,
- Les assurances,
- Les dépenses personnelles,
- Les pique-niques,
- L'hébergement en fin de séjour à Souillac
- Les visites des monuments.

OPTIONS :

- Supplément chambre individuelle

NOUS CONTACTER

ASSURANCES :

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

Forfait n° 1 : La Multirisques

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Forfait n° 2 : Annulation

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique Infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

MATÉRIEL CONSEILLÉ À EMPORTER

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils sur votre matériel à emporter pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions (non exhaustif) :

VOTRE BAGAGE

Dans la mesure du possible, un seul bagage suiveur par personne : type sac de sport environ 55l. Ces bagages sont transportés par véhicule.

Nous vous donnerons des étiquettes adresse à attacher aux bagages.

LE SAC A DOS

1 sac à dos moyen pour les affaires de la journée (type 30 litres)

LE FOND DE SAC

- Boussole pour les randonnées en liberté et altimètre (facultatif)
- Un vêtement de pluie
- Deux gourdes de 1 litre d'eau minimum
- Une trousse à pharmacie : Pansements double-peau, désinfectant bio- gaze, bandes, gaze, micropur pour l'eau, aspirine, médicaments personnels et une couverture de survie.

(A constituer avec votre médecin)

- Vos objets personnels : appareil photo, chapeaux, jumelles, etc.

LES CHAUSSURES

Bonnes chaussures de randonnée montant au-dessus de la cheville. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite car vos pieds auront tendance à gonfler.

LES VÊTEMENTS

- Une veste coupe-vent imperméable (gore tex, poncho, etc.)
- Un gros pull ou une veste polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short, des tee-shirts, etc., ainsi que des sous-vêtements respirants
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un bonnet et une paire de gants
- Un maillot de bain (pour certains séjours)

POUR LE COUCHAGE (Pour les randonnées en gîte)

- Un sac de couchage ou sac à viande
- Des boules Quiès (on ne sait jamais !)

POUR LE PIQUE-NIQUE (non-prévu)

- Une boîte hermétique en plastique (0,5L) avec couvercle étanche pour une portion de salade avec vos initiales marquées sur le couvercle et sur la boîte
- Couverts (fourchette, couteau pliant, cuillère)
- Vivres de course (barres énergétiques, fruits secs, etc.)

PETIT MATÉRIEL

- Chaussures légères et aérées pour le soir (tennis style jogging ou sandalettes)
- Une paire de bâtons télescopiques ou « bâton de berger »
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Protection pour les lèvres
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo, jumelles, etc.
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale + piles de rechanges
- Du papier hygiénique

TÉLÉPHONE PORTABLE : nous donner le numéro.

APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter :
Nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Vous pouvez nous contacter par :

- Téléphone : 05.61.65.20.93
 - Portable 06.81.53.77.75
 - Mail : contact@larebenne.com
 - Courrier : 1 place du 8 Mai 1945 - 09000 FOIX
-