FICHE TECHNIQUE - RY39

Le Chemin de St Guilhem à VTT
D'Aumont-Aubrac à St Guilhem le Désert à VTT

Circuit en itinérance, en liberté ou accompagné, 6 jours 5 nuits avec 6 jours de VTT

Niveau : 3/5



De l'Aubrac en passant par les Cévennes et jusqu'au parfum méditerranéen des villages de l'arrière-pays héraultais, le Chemin de St Guilhem à VTT est une aventure très nature. Tout au long de l'itinéraire spécialement créé pour la pratique du VTT, vous rencontrez une impressionnante diversité de paysages : Plateau de l'Aubrac, les gorges du Tarn, le massif de l'Aigoual, les Causses de Sauveterre, de Méjean et de Blandas, l'impressionnant Cirque de Navacelles puis le plateau du Larzac, avant de finir son chemin dans le charmant village de Saint-Guilhem-le-Désert.

Les points forts

- Un itinéraire spécialement créé pour les vététistes
- Un chemin historique, trait d'union entre le Massif central, les Cévennes et la Méditerranée.
- Une grande diversité de paysages.
- Passage par les gorges du Tarn, le Causse Méjean et le Cirque de Navacelles.
- 6 étapes équilibrées.

PROGRAMME

Jour 1 : D'Aumont-Aubrac à St Chély d'Aubrac. Les Grands plateaux. : 58 km - Dénivelé : + 1000 m - 1230 m

58 km - Dénivelé : +1009m – 1230m
Et c'est parti pour votre belle aventure ! Après avoir quitté Aumont-Aubrac, vous traversez les beaux villages du plateau au milieu des vaches, on dirait l'Irlande mais non c'est bien l'Aubrac !
Vous prenez ensuite les drailles utilisées par les bêtes pour traverser le cœur de cette région, grands espaces de pâtures parsemés de « burons », abris de pierres des bergers. Vous arrivez à Nasbinals. Puis c'est le passage en Aveyron vers Aubrac. C'est là que fut fondé en 1120 un hospice recevant les pèlerins par les moines de la Domerie. Vous redescendez ensuite vers St Chély d'Aubrac. Nuit à St Chély d'Aubrac.

Jour 2 : Saint Chély d'Aubrac à La Canourgue. Toujours l'Aubrac : 48 km - Dénivelé : + 1040 m - 1270 m

En passant par Les Enfrux et le roc de Campuels, vous traversez les hauts plateaux de l'Aubrac sous le regard de son point culminant ; le signal de Maihebiau à 1469m. Puis par une belle forêt vous arrivez au Col de Trébatut. Vous quittez ensuite l'Aubrac et vous franchissez la rivière du Lot après être passé par St Germain du Teil, puis vous arrivez à La Canourgue, la « Venise Lozérienne ». Nuit à La Canourgue.

Jour 3 : De La Canourgue à Nivoliers. La journée des Causses. : 51 km - Dénivelé : + 1380 m - 995 m

3 N2 : 49km +1390 - 1000m
3 N4 : 50km +1370m - 990m par le GR736
De La Canourgue, vous prenez la direction du Causse de Sauveterre en prenant de l'altitude. A travers le Causse aux étendues presque désertiques, vous arrivez à Sainte-Énimie d'où vous découvrez les magnifiques Gorges du Tarn. Puis, par un sentier parfois délicat (Possibilité d'éviter les passages délicats en prenant une petite route), vous remontez sur le célèbre causse Méjean.

Jour 4 : De Nivoliers à L'Espérou. La journée du Géant : le mont Aigoual 1569m. : 47 km - Dénivelé : + 1240 m - 970 m

En savourant à nouveau les paysages du causse Méjean et par un de nos sentiers secrets, vous traversez le chaos de Nîmes-le-Vieux. Puis, toujours par les chemins de traverse vous arrivez au sommet du Mont Aigoual à 1569m. Puis c'est la descente vers L'Espérou où vous passez la nuit.
Nuit à L'Espérou.

Jour 5 : De L'Espérou à Navacelles. Le cirque de Navacelles. : 60 km - Dénivelé : + 680 m - 1570 m

5 N3 : 60km +650m -1550m
5 N4 : 62km +1177m - 2063m
Les belles forêts des Cévennes au programme du jour ! De L'Espérou, vous gagnez les cols du Minier et de l'Homme Mort pour ensuite suivre un magnifique itinéraire en crête (ou par le causse de Blandas) avant de plonger dans les gorges de la Vis. Vous suivez cette belle rivière pour arriver au magnifique et célèbre cirque de Navacelles. Nuit à Navacelles.

Jour 6 : De Navacelles à Saint-Guilhem-le-Désert : Le beau final. : 49 km - Dénivelé : + 970 m - 1200 m

Ce début d'étape par la route vous permet de vite arriver sur le causse du Larzac que vous traversez pour gravir le mont St Baudille (848m), superbe vue sur toute la région. La végétation change et l'ambiance méridionale se fait sentir. Par une descente joueuse, vous arrivez au magnifique final de votre périple ; Saint-Guilhem-le-Désert. Fin du séjour.

CONDITIONS DE VOYAGE

Formalités :

- Documents d'identité : munissez-vous d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité, selon votre nationalité. Un visa peut également être requis.
- Justificatifs : prévoyez une attestation d'assurance médicale. Si vous êtes ressortissant d'un pays européen, pensez à emporter votre carte européenne d'assurance maladie.
- Assurance voyage : nous vous recommandons de souscrire une assurance couvrant les frais médicaux, l'assistance, le rapatriement et l'annulation.

Encadrement :

2 formules au choix :
VTT en liberté avec portage des bagages en taxi : A partir de 2 personnes.
Equipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné, traces GPS au format GPX et feuille de route, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe.
VTT avec moniteur diplômé d'état avec portage des bagages en taxi : A partir de 6 personnes.
Accompagnés par un professionnel brevet d'état VTT, vous roulez sans vous soucier de l'itinéraire à suivre. Notre moniteur, spécialiste de la région, vous guide et vous donne, si vous le souhaitez, les bons conseils pour faire de vous des vététistes hors pair. Grâce à sa connaissance de l'itinéraire, il s'adapte à votre groupe pour gérer les horaires et l'effort tout au long de la journée. Libérés de la gestion du groupe, votre unique souci est de vous faire plaisir sur votre VTT.

Hébergement :

- Formule chambre double :
- en chambre double/ triple en chambres d'hôtes ou hôtel avec salle de bain et toilettes privatives dans la chambre la plupart du temps. Sur certaines étapes et selon les disponibilités, il peut vous être proposé des sanitaires sur le palier, soit privatifs, soit partagés avec d'autres chambres. Nous vous informerons alors sur ce point. Les draps et serviettes sont fournis.

- Formule Gîtes d'étape : vous logerez dans des hébergements basiques, le plus souvent en dortoirs, qui vous feront vivre pleinement l'aventure du St Guilhem en VTT.

Participants :

Départ à partir de 2 personnes pour la formule liberté avec portage des bagages tous les jours par taxi.
Départ à partir de 6 personnes pour la formule avec moniteur.

Niveau :

L'itinéraire est dans l'ensemble roulant sur pistes plus ou moins techniques avec des portions en single track.
Quelques passages caillouteux bien signalés et courts.
Niveau physique : 3/5
Vous avez une bonne condition physique et pratiquez régulièrement le VTT. De 42 à 60 km par jour avec des dénivelés positifs maximum de 1380m.
Niveau technique : 3/5
Vous maîtrisez bien le freinage en descente et la trajectoire du vélo. Vous roulerez sur des chemins ou sentiers parfois roulants, parfois techniques (plus raides, avec petits obstacles).

Portage des bagages :

Vous ne portez que les affaires de la journée. Les bagages sont transportés par véhicule. 1 bagage/personne et limité à 13kg/bagage.
Possibilité de prendre un bagage supplémentaire (nous consulter).

TARIFS

Formule liberté avec portage des bagages par taxis, en gîte d'étape (dortoir)	
Inscription à 2 personnes	620€
Inscription à 3 personnes	610€
Inscription à 4 personnes	600€
Inscription à 6 personnes	595€

Formule avec moniteur gîte d'étape et portage bagages par taxi	
Inscription à 6 personnes	920€
Inscription à 8 personnes	890€

Le prix comprend :

- La réservation des hébergements
- Le topo-guide numérique
- Les traces électroniques GPS (au format .gpx),
- La demi-pension à partir du dîner du jour 1 au soir et jusqu'au petit déjeuner du jour 6
- Le transport de bagages quotidien de maxi 13kg par bagage

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons,
- Les pique-niques,
- Les dépenses personnelles,
- Le matériel personnel de VTT (casques, gants),
- Les VTT,
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Les assurances
- Le transport retour au point de départ
- Le GPS et son porte-GPS,

INFORMATIONS GENERALES

Comment s'inscrire ? :

LaRébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Échange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages LaRébenne. N'hésitez pas à nous contacter directement pour parler randonnée ou vélo.
contact@larebenne.com
+33 (0)5 61 65 20 93

Inscription, acompte et validation

Une fois votre choix de séjour fait, pour vous inscrire, c'est simple, facile et rapide !
* Soit directement sur notre site sur la page de votre circuit, cliquez sur inscription.
* Soit nous créons avec vous un séjour sur-mesure, nous vous enverrons alors un lien personnalisé vers votre bulletin d'inscription.
L'inscription est effective lorsque nous recevons votre bulletin d'inscription avec votre acceptation des conditions générales de vente, accompagné de l'acompte de 30 % du montant du séjour. Ensuite, un accusé de réception de votre inscription vous sera envoyé.

Règlement sécurisé à 100%
Vous pouvez régler par carte bancaire (plus rapide), chèque bancaire, chèque-vacances, virement. ANCV.jpg

Paiement du solde

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Vous retrouvez sur votre espace My LaRébenne votre facture, ainsi qu'un lien de paiement vers le solde de votre séjour.

Invitation au départ

À réception du règlement du solde, votre carnet de voyage sera disponible dans votre espace client sur My LaRébenne où vous retrouverez l'ensemble des éléments utiles à votre voyage ainsi que votre facture.

Les assurances :

Conformément à la réglementation chaque participant à un voyage LaRébenne 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 à vélo.
L'assistance couvre essentiellement les frais de recherche-secours, le rapatriement et les frais médicaux. Elle intervient dès lors qu'un constat médical permet de décider du rapatriement. Un rapatriement appelé "retour prématuré" peut aussi être mis en place pour des raisons extérieures à celle de l'assuré lui-même, par exemple le décès d'un membre de la famille (voir les cas dans le fascicule d'assurance). Au préalable, dans les régions éloignées des infrastructures médicales et difficiles d'accès, vous devez accepter l'organisation des premiers secours par des moyens locaux (4X4, porteurs, chevaux, etc.).
Ce contrat indemnise aussi la perte, le vol ou le retard de livraison de bagages, ainsi que l'interruption de séjour.
L'assurance protège du risque financier d'annulation. Il est très important d'avoir une assurance de ce type en cas d'annulation suite à un problème de santé ou pour une raison professionnelle.
Nous vous proposons de souscrire l'un des quatre contrats que nous avons sélectionné, sachant que nous servons uniquement d'intermédiaire entre vous et l'assureur. Toute assurance complémentaire est facturée par

personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage :

- Je souscris le contrat "Multirisque" (4.5%), prime minimale de 15 euros :
  Assistance-rapatriement + interruption circuit + bagages + annulation.
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

- Je souscris le contrat "Multirisque carte bancaire" (3,8%), prime minimale de 15 euros :
  Assistance + interruption séjour + bagages + annulation en complément de votre CB (uniquement pour un paiement avec une carte Mastercard de type Gold, Platinum, world Elite, ou Visa de type Premier ou Infinite. Cartes bancaires délivrées par une banque française uniquement).
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

- Je souscris le contrat "Annulation" (2.5%), prime minimale de 10 euros :
  Annulation uniquement.
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

- Je souscris le contrat "Assistance rapatriement" (1.6%), prime minimale de 10 euros :
  Assistance rapatriement + interruption de circuit + bagages.
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

En ce qui concerne la garantie « responsabilité civile à l'étranger », seuls les résidents français sont couverts.

Informations :

LaRébenne - 10 rue de la Comédie - 09000 Foix - France
Tel : + 33 (0)5 61 65 20 93 - contact@larebenne.com - www.larebenne.com
Immatriculation tourisme : IM 038100057