LaRébenne
VOTRE COMPAGNON DE VOYAGES

FICHE TECHNIQUE - RY31

Grande Traversée du Massif Central à VTT - 2ème partie
La GTMC, de Laubert à Navacelles

De Laubert au Cirque de Navacelles, 5 jours et 4 nuits, dont 5 jours de VTT !

Niveau : 3/5



La seconde partie de la Grande Traversée du Massif Central à VTT vous invite à explorer les Cévennes, en commençant à Laubert et en parcourant les célèbres Mont-Lozère et Mont-Aigoual, à travers de magnifiques paysages.
Vous circulez sur des chemins et sentiers parfaitement adaptés à la pratique du VTT. Le soir, vous êtes logés chez nos partenaires, au sein de charmants villages cévenols. Après avoir traversé le célèbre Causse Méjean, vous redescendez vers le village du Vigan, avant de conclure cette traversée en beauté avec la descente spectaculaire du Cirque de Navacelles.
Des Cévennes à Navacelles, cette deuxième partie de la Grande Traversée du Massif Central vous promet des panoramas à couper le souffle !

Les points forts

- Compatible VAE
- Les passages au Mont Lozère et Mont Aigoual
- La Traversée du Causse Méjean
- Le merveilleux Cirque de Navacelles

- Les charmants villages de Florac

PROGRAMME

Jour 1 : De Laubert au Mont-Lozère : 46 km - Dénivelé : + 905 m - 690 m

Depuis Laubert : 46km Profil : +905m – 690m
Depuis Mende : 39km D+1080m D-400m
C'est un début d'étape relativement plat à travers des pistes sur le Causse de Laubert et en empruntant l'itinéraire du Tour de la Margeride, puis vous commencez à descendre à travers la forêt pour rejoindre Bagnols-les-Bains le long du Lot par un superbe sentier monotrace. Au pied du Mont-Lozère, c'est un endroit idéal pour une pause au cœur de la ville thermale. Ensuite, l'itinéraire s'élève et prend la direction des crêtes du Mont-Lozère par des chemins forestiers. La montée est régulière et la récompense sublime : un très joli panorama sur le Parc National des Cévennes s'ouvre à vous.
Si vous partez de Mende, et pour sortir de la ville ce sera la montée sérieuse d'un col routier pour rejoindre les pistes sur le plateau.
Nuit au Mont-Lozère en gîte d'étape ou en chambre double suivants l'option choisie.

Jour 2 : Du Mont-Lozère à Florac : 50 km - Dénivelé : + 750 m - 1618 m

Au menu du jour : beaucoup de descente ! De la station du Mont-Lozère, l'itinéraire vous emmène vers le Col de Finiels avant d'entamer sa descente dans le magnifique paysage des Causses des Cévennes, vers le très joli village du Pont de Montvert où une pause rafraichissement sur le bord du Tarn est bienvenue. Vous y croisez le mythique itinéraire du Chemin de Stevenson. Par une route, vous remontez vers la forêt du Bougès, où de Grizac 6 kilomètres de belle descente vous attendent jusqu'à rejoindre à nouveau le Tarn. Dans la forêt, l'itinéraire remonte avant de vous offrir une dernière longue descente vers Bédouès puis Florac où vous pourrez visiter la maison du Parc National des Cévennes.
Nuit à Florac en gîte d'étape ou en chambre double suivants l'option choisie.

Jour 3 : De Florac à Nivoliers : 47 km - Dénivelé : + 1140 m - 720 m

Vous pédalez dans les magnifiques gorges sauvages du Tarn, au fil de l'eau, sur des portions monotraces et des pistes offrant toujours un superbe panorama, en traversant de nombreux hameaux pleins de charme. Vous arrivez à Sainte-Enimie, un des plus beaux villages de France, avant que la route s'élève une fois le très beau cirque de St-Chély passé. Un sentier en monotrace, très aérien, vous emmène jusqu'au col de Coperlac puis le Mas-St-Chély : vous êtes sur le Causse Méjean ! A presque 1000m d'altitude, vous empruntez de belles pistes pour arriver à Nivoliers, un hameau de charme typique du Causse.
Nuit à Nivoliers en gîte d'étape ou en chambre double suivants l'option choisie.

Jour 4 : De Nivoliers à L'Espérou : 38 km - Dénivelé : + 1060 m - 800 m

En suivant le GR60, l'étape du jour continue la traversée du Causse Méjean sur les steppes, avant de le quitter pour prendre la direction du Mont Aigoual que vous atteindrez après quelques efforts au cœur de la forêt sur un sentier monotrace, la vue au sommet sera magnifique à 1565m d'altitude et vous pourrez pleinement en profiter avant de redescendre par la forêt et atteindre le hameau de L'Espérou.
Nuit à l'Espérou en gîte d'étape ou en chambre double suivant l'option choisie.

Jour 5 : 2 étapes au choix selon vos envies : 53 km - Dénivelé : + 630 m - 1510 m

2 étapes différentes sont possibles ce jour :
La première est plus douce, moins technique et physique que la seconde.
Cette dernière offre des mono-traces magnifiques et parfois techniques. Possibilité de raccourci au km 52.

1 : De l'Espérou à Navacelles par Alzon : 53km + 630m -1510m

Aujourd'hui c'est une trace hors GTMC à travers la belle forêt domaniale de l'Aigoual. Un moment au lac d'altitude des Pises à 1255m. Puis par de belles pistes forestières d'où vous découvrez de superbes points de vue sur les Cévennes et le pic Saint Loup.
Après une longue descente sur piste ludique, ce sera 10km d'une jolie petite route (pas autre possibilité) pour arriver dans un petit village d'où vous entamez un très joli single track de 8km qui vous conduira au magnifique site de Navacelles.

2 : De l'Espérou à Navacelles par Montdardier : 66km + 1400m - 2275m
Au travers de la forêt et à partir du Col du Minier, c'est une très belle descente technique qui s'offre à vous pour rejoindre Salagosse.
Et c'est 10km de descente en monotrace ludique qui vous emmèneront à Bréau avant de remonter sur une piste vers L'Esparon. D'ici, c'est sur un joli single engagé que vous atteignez la vallée du Vigan, joli village des Cévennes. Puis, c'est 7 km de petite route pour atteindre le Causse de Blandas et le village chargé d'histoire de Montdardier.
Arrivé au-dessus du cirque de Navacelles, vous prendrez un magnifique single trak en balcon, entre falaise et forêt, parfois montant et descendant.
Enfin, vous arrivez dans un petit village d'où vous entamez encore un très joli single track de 8km qui vous conduira au magnifique site de Navacelles.
Fin du séjour à Navacelles.

CONDITIONS DE VOYAGE

Portage des bagages :

Voyagez léger, nous nous occupons du reste !
Déposez vos bagages avant de partir le matin ; ils vous attendront à votre prochaine étape. Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. Merci de prévoir un bagage par personne de 13 kg maximum. Petit détail important : chaque bagage doit être étiqueté.

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.
Les pique-niques, 2 possibilités :

- soit vous gérez vous-même votre pique-nique
- soit vous prenez l'option pique-nique proposée.

Participants :

Le départ est garanti pour un minimum de 2 personnes.

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 :

Formule avec moniteur VTT diplômé d'état avec portage de bagages par taxi (à 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 :

L'intégralité de votre séjour est en demi-pension (dîner, nuitée et petit-déjeuner). Deux formules au choix :

- Formule gîte d'étape : sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les gîtes une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/6 places. Les draps et les serviettes ne sont pas fournis (les prévoir dans votre bagage suiveur).

- Formule chambre double : en chambre double/ triple en gîte d'étape, 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.

Niveau :

Niveau physique : 2/3
Vous avez une bonne condition physique et pratiquez régulièrement le VTT. De 44 à 56 km par jour avec des dénivelés positifs maximum de 1490 m.
Niveau technique : 2/3
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).
Séjour compatible VAE

Départ et rendez vous :

Départ de Laubert (48)
Comment y aller :
En voiture : autoroute A36 N88
En train : Gare SNCF de Mende.
En avion : Aéroport de Montpellier.

TARIFS

Formule liberté - gîte d'étape	
Inscription à 2 personnes	495€
Inscription à 3 personnes	490€
Inscription à 4 personnes	480€
Inscription à 6 personnes	470€

Formule avec moniteur diplômé d'état et portage des bagages par taxis	
Inscription à 6 personnes	820€
Inscription à 8 personnes	760€

Le prix ne comprend pas :

- L'hébergement la veille du départ (en option)
- Les boissons
- Les dépenses personnelles
- Les pique-niques les jours à VTT (en option)
- Vos accessoires et matériel de VTT (casques, gants)
- Votre VTT (révisé et prêt au départ !)
- Le transfert retour vers Clermont-Ferrand (en option)
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous, et le transfert retour
- Les assurances (en option)

Le prix comprend :

- La réservation des hébergements,
- Le topo-guide numérique détaillé,
- 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 5, sauf le jour 2 à Florac où le dîner et le petit –déjeuner ne sont pas assurés par l'hébergeur. Beaucoup de possibilités de restauration sur place.
- Le transport de bagages quotidien,

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