



club alpin français
Ile-de-France

Activité : Randonnée
Saison 2014 - 2015
Code sortie : 15RW56

Les Cévennes Occidentales

4000 marches, c'est raide mais çà nous est Aigoual !

Organisatrice Marylise Blanchet



Coordonnées via le KIFAIKOI du club

Week end du 13 au 17 mai 2015

Niveau physique moyen +, ▲

Itinérant avec portage, sauf pour la journée du Vendredi.

Environ 6 heures 30mn et 27 km de marche par jour, se référer au programme infra pour détail

Nombre de participants (es) 6 y compris l'organisatrice.

Le titre de la randonnée est de Guy B.

Départ Mercredi 13 mai en soirée.

Prévoir de dîner dans le train.

Arrivée à Millau à 23H35 – L'hébergement, soit un hôtel est à environ 1 km de la gare . Petit-déjeuner prévu pour le samedi matin à l'hôtel.

1er jour : Jeudi 14 mai

28 km environ/ D+ 400m / D- 950m

Départ de Millau en taxi jusqu'à Lanuéjols.

Parc National des Cévennes – Forêt de l'Aigoual. Col de la Seyrrède 1299m. Valleraugue

Entre le XVIII et le milieu du XIX, les chenilles du Bombyx font la fortune de la région de Valleraugue, nous apercevrons peut-être les toitures mandarines des magnaneries.

Hébergement : Gîte d'étape avec petit-déjeuner, par contre les dîners se feront au village.

2^{ème} jour : Vendredi 15 mai

25 km environ / D+ 1400m / D- 1400m

Hébergement : le même que la veille, nous randonnerons ainsi avec un sac léger.

Le Mont Aigoual, et le sentier des 4000 marches.

Valleraugue, replat de l'Estivel, Mont Aigoual 1565m, Aire de Côte, Col du Pas, et Valleraugue. Une randonnée agréable par son concentré de paysages et d'histoire ; nous découvrirons peut-être pourquoi ce nom de sentier des 4000 marches. Nous traverserons d'anciennes bancels, ou faïsses, des châtaigneraies. Plus haut nous trouverons les pins, les épicéas, une pelouse de bruyère et l'observatoire du Mont Aigoual.

Je pense que nous pourrons nous ravitailler le vendredi soir, mais pas le jeudi, c'est férié.

3^{ème} jour : Samedi 16 mai

29 km environ / D+ 1350m / D- 1100m

Valleraugue, Le Vigan, Avèze, Montdardier

A travers la forêt, nous arriverons à la jolie ville de Le Vigan, étape incontournable depuis le Moyen-Age. Puis quelques champs jusqu'à Montdardier

Hébergement : attente réponse

4^{ème} jour : Dimanche 17 mai

24 km environ / D+ 400m / D- 380m

Un peu de préhistoire sur les chemins du Causse de Blandas, avant d'arriver sur ce très beau site qu'est le cirque de Navacelles. Nous terminerons la randonnée à St-Maurice-Navacelles.

Un taxi nous prendra pour aller rejoindre la gare de Montpellier.

Renseignements :

1) Horaires des trains :

Mercredi 13 mai :

Gare de Départ	Horaires	Gare d'arrivée	Horaires
Paris gare de Lyon	18H07	Montpellier St-Roch	21H34
Montpellier St-Roch	22H10 – Bus	Millau	23H35

Dimanche 17 mai :

Gare de Départ	Horaires	Gare d'arrivée	Horaires
Montpellier St-Roch	19H26	Paris gare de Lyon	22H45

2) Equipement : classique du randonneur, prévoir pour la pluie, neige et soleil. Bonnes chaussures de marche, basket exclues. Une fiche équipement est disponible auprès de l'organisatrice.

L'itinéraire peut être modifié pour différentes raisons, terrains posant danger, obstacles imprévus, cohésion du groupe, météo taquine. Et également pour toutes autres raisons de sécurité, le chef de groupe restant décideur de la conduite à tenir en cas de soucis.

Les participants devront avoir le niveau demandé, niveau physique moyen +.

3) Divers : carte du CAF et carte d'identité à ne pas oublier

L'organisatrice possède une trousse collective de 1^{er} secours (sans médicaments) mais il est recommandé de prendre votre trousse pour vos besoins personnels

4) Estimation des frais sur la base de 5 participants : 260 euros à régler à l'inscription, date limite des inscriptions le 5 avril. Un réajustement pourra éventuellement être effectué à la fin du séjour, car je n'ai pas encore toutes les réponses des hébergements.

Les frais de cette randonnée couvrent : l'hébergement, les petits-déjeuners et les dîners, les taxis, les frais CAF et d'organisation.

5) Date de validation des inscriptions : 17 février 2015

6) Pour un aperçu, carte IGN Top100 N°163 et 162

A bientôt, Marylise