

ST JACQUES DE COMPOSTELLE en accompagné Aumont Aubrac - Conques



Une succession de gorges sauvages, de vallons romantiques, d'églises romanes ou gothiques, de vieux ponts en dos d'âne, de bourgs anciens jusqu'à l'admirable église romane de Ste-Foy à Conques. Œuvre capitale de l'art roman, surgie de la foi, de l'esprit et des mains des moines bâtisseurs du X^{ème} au XII^{ème} siècle, Sainte Foy, étape majeure sur le chemin de St-Jacques de Compostelle, demeure le témoignage intact et fascinant de l'an Mil.

> LE PROGRAMME

JA002

8 jours, 7 nuits et 6 jours de randonnée.

JOUR 1 : AUMONT AUBRAC

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

JOUR 2 : AUMONT AUBRAC - MONTGROS (alt : 1234 m) 23.5 Km 5 H à 6 H environ

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.

JOUR 3 : MONTGROS - ST CHELY D'AUBRAC (alt : 808 m) 20 Km 5 H à 6 H environ

En suivant la Grande Draille, nous parvenons à Nasbinals (superbe église romane du 14^{ème} 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.



JOUR 4 : ST CHELY D'AUBRAC - ST COME D'OLT (alt : 342 m) 16,5 Km 4 H à 5 H environ

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 emplie de sérénité.

JOUR 5 : ST COME D'OLT - ESTAING (alt : 320 m) 20 Km 5H à 6H environ

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.

JOUR 6 : ESTAING - MASSIP (alt : 369 m) 14 Km 4 H à 5 H environ

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

JOUR 7 : MASSIP - CONQUES (alt : 280) 23 Km 5 H à 6 H environ

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.

JOUR 8 : Séparation à Conques après le petit-déjeuner.

En fonction de la disponibilité des hébergements l'itinéraire peut subir des modifications.

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



- La traversée du plateau de l'Aubrac.
- L'expérience d'un accompagnateur qualifié sur la connaissance du chemin.
- La découverte et visite de Conques

> DATES

Du vendredi 17 mai au vendredi 24 mai 2024

Du vendredi 14 juin au vendredi 21 juin 2024

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ www.lapelerine.com



Du vendredi 16 août au vendredi 23 août 2024

Du vendredi 20 septembre au vendredi 27 septembre 2024

> LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- La pension complète (vin et boissons non compris)
- Le transport de vos bagages entre chaque étape de marche
- La taxe de séjour

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- Votre transport jusqu'au lieu de rendez-vous et le retour à partir du lieu de dispersion
- La navette de Conques à Aumont Aubrac
- Le taxi de Conques à St Christophe Vallon pour les départs en train
- Les visites payantes
- Les boissons et les dépenses personnelles
- Les frais d'inscription (15 € / personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (15 € par réservation)
- Les frais d'inscription de dernière minute à J-15 (+35 € par réservation)

> ACCUEIL / DISPERSION

Rendez-vous le vendredi vers 19h à Aumont Aubrac. Vous rencontrerez le reste du groupe ainsi que votre guide lors du repas du soir à Aumont Aubrac le jour de votre arrivée.

Fin du séjour le vendredi à Conques après le petit-déjeuner.

> NIVEAU



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

> HEBERGEMENTS

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.

Informations :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer. Elles sont apportées par les marcheurs eux-mêmes, mais également par de simples voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos ou sur leurs vêtements... (Cela n'a rien à voir avec l'hygiène). Certains hébergements en ville hors

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ www.lapelerine.com



chemin de randonnées subissent également 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 dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu.

Vente en ligne : [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](https://lescheminsverscompostelle.fr)

[CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises \(clako-punaises.com\)](https://clako-punaises.com)

> TRANSPORT DES BAGAGES

Vos bagages seront transportés par notre transporteur de bagages entre chaque étape en fin de matinée ou dans le courant de l'après-midi.

Livraison de vos bagages 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.

Nous vous invitons à vous munir d'un petit sac à dos pour transporter vos effets personnels de la journée.

Si vous faites partie d'un groupe, nous vous demandons d'indiquer sur vos étiquettes valises le NOM de la personne responsable de ce groupe (personne qui a réservé la randonnée).

> ACCES

EN VOITURE :

*** 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.

*** Retour :**

Transfert Conques / Aumont Aubrac : [A réserver à l'inscription.](#)

Vous pouvez par notre intermédiaire.

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.

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.

Attention : en cas d'insuffisance de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ.

Si vous vous rendez en train au départ de la randonnée, évitez certains tarifs non modifiables / non remboursables type Prem's tant que le départ n'est pas assuré.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- 1 sac à dos confortable (minimum 30 à 40 litres) pour le transport de vos affaires de la journée (appareil photo, pique-nique réparti entre tous les participants, couvert, gourde...)

-une paire de chaussures de marche « moyenne montagne » (attention aux chaussures neuves),



- Un pantalon solide ou knickers,
- Un pull chaud et léger,
- Gants,
- Bonnet,
- Polaire bien couvrant,
- Chemises, chaussettes et sous-vêtements de rechange,
- Chaussettes de laine de laine ou coton,
- Un vêtement de pluie,
- Des chaussures légères pour le soir,
- Affaire de toilettes et une seule serviette de toilette (pour la nuit en gîte),
- Lunettes, crème et chapeau pour le soleil,
- Un short,
- 1 casquette avec visière pour se protéger du soleil,
- Une gourde (minimum 1 litre) : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour,
- Bâtons de marche,
- Assiette, gobelet, boîte hermétique, couverts et canif pour les pique-niques,
- Une lampe de poche (pas indispensable),
- Mouchoirs en papier,
- Briquet ou allumettes,
- Une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté,
- Une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool etc.),

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout changement sur la réservation déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Le chemin de Stevenson en accompagné

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

