

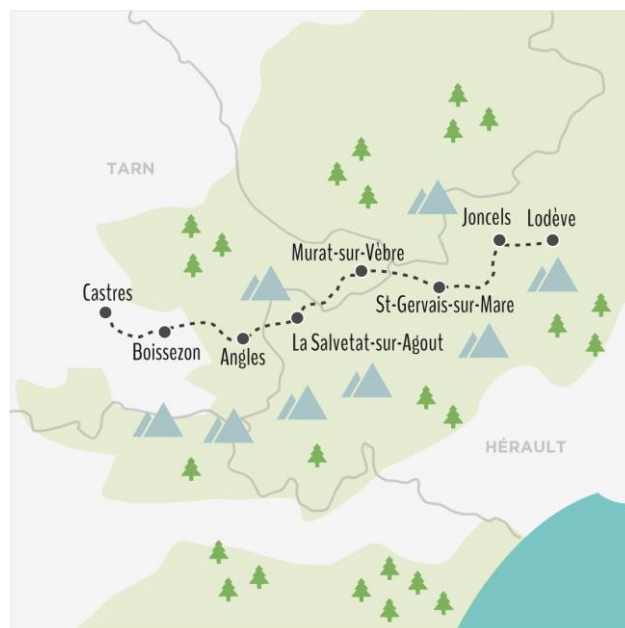
LE CHEMIN DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE

La Via Tolosona De Lodève à Castres



Appelé également la « via Tolosana » ou la « route de Provence », le chemin d'Arles vient d'Italie. Il aborde des villes et villages de renom (Arles, St Gilles, St Guilhem le Désert, Montpellier, Castres, Toulouse, Auch, Marciac, Oloron Sainte Marie, Jaca...). Après avoir traversé une partie de la Camargue et de la garrigue du Languedoc, il passe au pied du plateau du Larzac, gravit le Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc et longe le Canal du Midi jusqu'à Toulouse. Puis, il traverse le département agricole du Gers avant de remonter la vallée d'Aspe dans les Pyrénées jusqu'au col du Somport (à 1632 m d'altitude) et de rejoindre les autres chemins de Saint-Jacques à Puente la Reina en Navarre espagnole.

Au cœur du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc, le parcours sinue entre la crête de l'Espinouse et les Monts de Lacaune qui culminent à 1267 m, puis c'est l'arrivée sur le plateau des lacs (La Salvetat-sur-Agout et Anglès) avant de rejoindre la ville de Castres.



9 jours - 8 nuits - 7 jours de marche.

JOUR 1 : LODEVE

Accueil en fin d'après-midi, selon les disponibilités, en chambres d'hôtes ou en hôtel à Lodève.

JOUR 2 : LODEVE - JONCELS

Succession de forêts de hêtres, de chênes blancs, de chênes verts, de résineux parfois mêlés. Contemplation en contrebas d'une tache de lumière irisée, le lac de Salagou, retenue artificielle qui se glisse entre chaque colline les transformant en presqu'îles. Arrivée à Joncels où, dès le VII^{ème} siècle était édifée une abbaye bénédictine dont les bâtiments sont aujourd'hui démantelés.

23,5 km - montée 550 m - descente 350 - 6 heures de marche environ

JOUR 3 : JONCELS - SAINT-GERVAIS-SUR-MARE

Le GR 653 suit maintenant un cheminement en crête qui exige plus d'efforts. Départ le long de l'échine des Monts d'Orb jusqu'à la découverte de Saint-Gervais-sur-Mare. Le village marque la fin de l'étape entre ruelles en escalier, passages couverts, maisons des XVI^{ème} et XVII^{ème} siècles qui rappellent le passé.

32 km - montée 150 m - descente 100 m - 8 heures de marche environ

Possibilité de raccourcir cette étape à 23.5 Km

JOUR 4 : SAINT-GERVAIS-SUR-MARE - MURAT-SUR-VEBRE

Entrée dans le Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc. Les signes les plus visibles de la faune et de la flore méditerranéenne s'estompent peu à peu. Les forêts sont plus denses et les résineux sont partout présents. Le parcours est jalonné de croix ornées de coquilles et de vestiges tels que la chapelle Saint-Eutrope (hors GR). Au pied du sommet de l'Espinouse (1124 m), le col du Ginestet marque la frontière entre les régions du Languedoc-Roussillon et du Midi-Pyrénées.

24 km - montée 100 m - descente 250 m - 6 à 7 heures de marche environ.

JOUR 5 : MURAT-SUR-VEBRE - LA SALVETAT-SUR-AGOUT

Au-dessus du village de Candoubrese dresse le dolmen de Castelsec et plus loin c'est la découverte de deux menhirs preuve de la trace mégalithique de l'homme en ces lieux. Puis, passage par Villelongue, village de schiste en bordure du lac artificiel de Laouzas situé à une altitude de 790 m. Accueil en hôtel ou en chambres d'hôtes selon les disponibilités.

21 km, dénivelés montée et descente faible, 6 heures de marche environ.



JOUR 6 : LA SALVETAT-SUR-AGOUT – LE RECLOT

Départ de la Salvetat-sur-l'Agoût et de son lac en suivant l'Agoût. Traversée de vastes forêts ponctuées de maisons isolées et de villages disséminés. A mi-chemin, passage du département de l'Hérault pour celui du Tarn.

30 km - dénivelés montée et descentes faible - 7 heures de marche environ.

JOUR 7 : LE RECLOT – NOILHAC (Nuit au Rialet)

L'étape du jour chemine par le village de Boissezon qui conserve quelques vestiges de murailles d'un village fortifié et d'une église romane. Continuation de la marche vers Noilhac. *Transfert en taxi vers votre hébergement.*

16.5km - dénivelés montée et descente faible - 4 heures de marche environ.

JOUR 8 : NOILHAC – CASTRES

Transfert en taxi vers Noilhac. Pas de difficulté particulière pour l'ultime étape de ce parcours qui vous conduit en terre occitane dans la ville de Castres. Etape courte qui vous laissera le temps de découvrir cette charmante ville.

12 km - dénivelés montée et descente faibles - 3 à 4 heures de marche.

JOUR 9 : CASTRES

Fin du séjour à Castres après le petit-déjeuner



Lunas et les vestiges de son ancienne chapelle Saint-Georges

Village médiéval de Saint-Gervais-sur-Mare

Salvetat-sur-Agout et son village fortifié

Anglès et son château de Campan du XV^{ème} siècle

> DATES

Du 1^{er} Mai à La Toussaint, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hôtels.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée de un ou deux jours avant ou après...); ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de réserver le plus tôt possible. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

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



> LE PRIX COMPREND

- La 1/2 pension
- Le Carnet de Route (documentation pour la réalisation de la randonnée)
- Les transports de personnes les J7 et J8
- Le transport des bagages entre les hébergements selon la formule choisie
- Les taxes de séjour

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les déjeuners et les boissons
- Les visites
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Les frais d'envoi à l'étranger
- Les frais de traitement prioritaire

> ACCUEIL / DISPERSION

Le rendez-vous : En fin d'après-midi à votre hébergement à Lodève.

La fin du séjour : Le lendemain de votre dernier jour de marche à Castres après le petit-déjeuner.

> NIVEAU

 Entre 4 et 8 heures de marche par jour, sans difficulté technique.

ATTENTION A LA CHALEUR EN ETE SUR CE CHEMIN. Les températures peuvent passer les 30 °.

> HEBERGEMENTS



Accueil en 1/2 pension en hôtels de différentes catégories ou en chambres d'hôtes selon les disponibilités (douche ou bain et WC dans la chambre le plus souvent).

Pour des raisons d'organisation, l'accueil et l'installation dans certains hébergements ne peut se faire avant 16h/16h30.

Lorsqu'il n'y a pas de disponibilité à une étape du programme décrit ci-dessus, nous vous proposons deux nuits consécutives à l'étape précédente ou à l'étape suivante et nous organisons les transferts correspondants (supplément possible). Votre itinéraire à pied n'est pas modifié.

Pour pouvoir réaliser les étapes du programme, nous vous conseillons de réserver le plus tôt possible.

Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent 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 et vos vêtements 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 ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

Vente en ligne : <http://chemindecompostelle.com/punaisesdelit/index.html>

> RESTAURATION

- Dîners : servis à partir de 19h/19h30 ; la plupart du temps, ils correspondent au menu pèlerin du jour (entrée, plat et dessert). Au cours de votre randonnée, vous découvrirez les spécialités régionales.



- Petit déjeuners : servis à partir de 7h30, à table ou sous forme de buffet, ils sont composés le plus souvent d'une boisson chaude, de pain et/ou viennoiseries, beurre et confiture, et parfois, d'un jus de fruits, d'un yaourt, de céréales sucrées.

> REPAS DE MIDI

- Pique-niques : la plupart des hébergements proposent des paniers pique-niques (non compris, à payer sur place), le topo-guide fourni dans votre carnet de route vous renseigne sur les possibilités de ravitaillement dans les commerces, à l'étape et/ou sur le chemin.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Vous ne portez que vos affaires personnelles pour la journée ainsi que votre pique-nique. Le reste de vos bagages sera transporté. Le bagage transporté entre les hébergements (**un seul bagage par personne et 13 kg par bagage maximum**) contient les affaires non utilisées pendant la journée.

Préférez un sac de voyage ou sac à dos et évitez les valises rigides.

> ACCES

* ALLER :



Train :

Gare SNCF de Montpellier.

Pour rejoindre Lodève depuis Montpellier, bus de ligne de la compagnie Hérault transport. Pour connaître les horaires et prix en cours, consultez le site <http://www.herault-transport.fr/> ligne 301/381 ou l'Office de Tourisme de Lodève – Tél. : 04 67 88 86 44.



Voiture :

Pour votre itinéraire, consulter les sites internet www.viamichelin.fr ou www.mappy.fr

Le stationnement est en principe gratuit à Lodève (parking de l'Esplanade et parking municipal situés à proximité de l'Office de Tourisme), toutefois il est utile de vérifier auprès de l'Office de Tourisme avant de garer son véhicule - Tél : 04 67 88 86 44.

* RETOUR :





Train :
Gare SNCF de Castres



Voiture :
Pour retrouver votre véhicule à Lodève : train puis bus de ligne via Montpellier.

> DOSSIER DE VOYAGE

Après versement du solde nous vous remettons un carnet de route (1 topo-guide pour 1 à 2 personnes) comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée :

- topo-guide et cartes,
- étiquettes pour vos bagages,
- feuille de route comprenant les coordonnées des hébergements.

Vous y trouverez la description des chemins (tout le parcours est balisé) et des commentaires sur les villages, les monuments...

Si vous désirez un dossier de voyage supplémentaire il vous sera facturé 15€/dossier.



- La Voie d'Arles de Toulouse à Puente la Reina
- Le chemin de Genève
- Le chemin de Vézelay

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

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

