

LE CHEMIN DE ST JACQUES DE COMPOSTELLE Cahors - Lectoure



Entre Cahors et Lectoure, vos journées de randonnée sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle vous emmènent au cœur du Quercy Blanc. Vous passerez en chemin par Lauzerte, l'un des plus beaux villages de France. Le pèlerin randonneur sera émerveillé par la visite de Moissac et sa majestueuse abbaye Saint Pierre. Partez sur ce chemin extraordinaire et cosmopolite, où la convivialité est très forte et où les paysages défilent de régions en régions sans monotonie !! Compostelle, une aventure unique !!

PROGRAMME

JLo16

8 jours, 7 nuits et 6 jours de randonnée.

JOUR 1 : CAHORS 122 m

Arrivée à l'hôtel en fin d'après-midi.

JOUR 2 : CAHORS - LASCABANES 150m 25 Km 5H à 6H environ

On laissera le pont Valentré sur la droite, on sortira de Cahors pour se diriger sur Labastide-Marnhac qui se trouve à 11km de Cahors, on sera passé au préalable par la Croix de Magne avec vue sur Cahors et ses environs. On prendra ensuite la direction de Lascabanes. Descendre sur le hameau de Baffalie avant d'arriver à Lascabanes.

JOUR 3 : LASCABANES - LAUZERTE 206m 23 Km 5H à 6H environ

Prendre la route de St Géry puis la D4 sur 400m jusqu'à Montcuq. Quitter Montcuq puis se diriger vers Rouillac que l'on laissera sur la droite, prendre la direction de Montlauzin, que l'on traversera avant d'arriver à Lauzerte 7 km plus loin, où se trouve une forteresse du XIIe siècle.



JOUR 4 : LAUZERTE - MOISSAC 75m

24,5 Km

5H à 6H environ

Au départ de Lauzerte on peut rejoindre le GR par la D16, pour arriver à St Martin de Durfort, puis on traversera le village de Montescot, avant de se diriger vers le Pont Canal; on passera sous le pont et on suivra le chemin de halage, puis en haut de l'escalier, on se dirigera sur Moissac. (Dénivelé le plus important -120m).

JOUR 5 : MOISSAC - AUVILLAR 106m

21 Km

5H à 6H environ

On quittera Moissac en longeant le Tarn, on franchira une écluse et l'on se dirigera vers Boudou (point de vue possible), puis Malause ; on traversera par la suite le hameau de Timbrune, avant d'arriver à Auvillar. (Peu de dénivelé).

JOUR 6 : AUVILLAR - MIRADOUX 125m

18 Km

4H à 5H environ

D'Auvillar, le chemin traverse les villages de Bardigues, St Antoine, Flamarens, Miradoux.

JOUR 7 : MIRADOUX - LECTOURE 160m

15 Km

4H à 5H environ

On passera ensuite par Le Château de Fieux, puis Castet Arrouy ; ce sera ensuite St Avit Frandat, avant d'arriver à Lectoure. (Dénivelé le plus important 130m).

JOUR 8 : LECTOURE

Fin du séjour après le petit déjeuner.

DATES

De mi-avril 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.

LE PRIX COMPREND

- La ½ pension
- Le transfert des bagages entre chaque étape de marche (selon l'option choisie)
- La mise à disposition du topo-guide (1 topo-guide par chambre réservée)
- La taxe de séjour.



LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le pique-nique de midi
- Les assurances, les boissons et dépenses personnelles
- Les transferts de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion
- Les navettes ou taxis pour récupérer votre voiture ou pour raccourcir certaines étapes
- Les frais de parking
- Les frais d'inscription et les frais d'envois à l'étranger
- La taxe de séjour est comprise dans le tarif.

ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu au premier hôtel, la veille de votre premier jour de marche.

Pour ceux qui viennent en voiture, possibilité de garages fermés pour environ **5 euros / jour**.

Votre séjour se termine le lendemain matin de votre dernier jour de randonnée, après le petit déjeuner.

NIVEAU



De 50 à 150 m de dénivelés montants.

HEBERGEMENTS

Hôtels 1*, 2** et chambres d'hôtes. Il se peut que la douche et les WC se trouvent sur le palier ou à l'étage dans certains hébergements.

ATTENTION : Les chambres ne seront disponibles à partir de 16 H.

Lorsque 2 hébergements sont complets, nous sommes contraints de vous faire passer 2 nuits au même hébergement et d'organiser un transfert (ce qui ne change en rien le contenu de votre randonnée); ces précisions vous seront indiquées sur votre confirmation d'inscription si le cas se produit. Un supplément peut vous être demandé

Informations :

Disparues depuis la dernière guerre, des petites bêtes (6 mm) ont refait leur apparition dans certains hébergements du Chemin de Compostelle (punaises de lit). Elles sont apportées par les pèlerins eux-mêmes, qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos ou sur leurs vêtements... (*Cela n'a rien à voir avec l'hygiène*). Elles piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil. Pour éradiquer cela, 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 labellisé Eco-Cert. **Nous vous conseillons de protéger votre bagage dès le début du voyage avec un spray.** Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente

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



sur le chemin chez certains hébergeurs. Ce spray sera à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu.

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

RESTAURATION

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis vers 8 H.

Les dîners sont en général servis à partir de 19 H 30 ; ils sont composés la plupart du temps du menu du jour. Pas de choix de menu dans la majorité des hébergements sauf avec un supplément.

REPAS DE MIDI

Les paniers repas du midi ne sont pas inclus dans nos prix.

Vous pouvez les commander directement la veille à l'hôtelier (à payer sur place, de 8 à 10 € par personne selon les établissements) ou les acheter dans les villages, aux commerces existants

TRANSPORT DES BAGAGES

Vos bagages seront transportés entre chaque étape **en fin de matinée ou dans le courant de l'après midi. Livraison pour 18H.**

Eventuel supplément de prix pour le transport des bagages à partir d'octobre.

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 (13kg), le transporteur pourra vous facturer, en fin de randonnée, un supplément de 3 € par étape pour un poids maximum de 3 KG ou refuser catégoriquement de transporter votre bagage s'il est trop encombrant. Ne prenez pas de valise mais plutôt un sac de voyage solide.

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).

Nous ne prenons pas en charge la réservation de ces taxis et ils ne sont pas compris dans le prix de la randonnée.



Train :

*Aller : gare SNCF de Cahors (05 65 23 33 57) : ligne Paris / Toulouse via Brive.

*Retour : gare SNCF d'Agen ou d'Auch.

Bus SNCF entre Lectoure et Agen (50 min environ) et entre Lectoure et Auch.

Correspondance entre Agen et Auch avec arrêt toutes les heures en bus. Se renseigner auprès de l'Office de Tourisme de Lectoure : 05 62 68 76 98.

Eviter que votre jour de départ en fin de randonnée soit en week-end ou jour férié car les liaisons SNCF sont beaucoup plus difficiles ces jours là.

Informations SNCF : 36 35 ou www.oui.sncf

Voiture :

*Aller :

Cahors se situe dans le Lot.

Carte Michelin N° 79

Vous pouvez laisser votre voiture au garage privé de l'hôtel (environ 8 € / nuit, à réserver auprès de l'hôtel directement) ou sur le parking de la gare (Place Gambetta) ou dans le parking couvert « Le Phare », place Emilien Imbert, (Tél : 05 65 20 88 71, fermé le dimanche) ou au parking de « l'amphithéâtre » au 06 21 63 03 16.

*Retour :

1) Bus entre Lectoure et Agen (voir avec l'Office de Tourisme de Lectoure) puis train entre Agen et Cahors avec un changement à Montauban.

2) Possibilité de navette retour à réserver à l'inscription, ou directement auprès du transporteur. Un transfert de votre véhicule peut-être organisé durant votre séjour de marche afin de le récupérer en fin de séjour (nous consulter).

Il est impératif de réserver le plus rapidement possible (nous vous conseillons de le faire dès notre confirmation de réservation) ; Nous prenons en charge la réservation de ce transfert mais il n'est pas compris dans le prix de la randonnée.

DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons, au versement du solde, un topo-guide des Sentiers de St Jacques réalisé par nos soins (1 topo-guide par chambre réservée).

LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- un petit sac à dos pour le pique - nique et les affaires de la journée
- une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool...)
- une paire de chaussures de marche « moyenne montagne » (attention aux chaussures neuves)
- lunettes, crème et chapeau pour le soleil
- des vêtements de pluie



- des chaussures légères pour le soir
- une gourde : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour
- un couteau
- une lampe de poche (pas indispensable)
- une paire de jumelle (facultative)
- mouchoirs en papier
- une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté
- masque
- gel hydroalcoolique

FICHE TECHNIQUES PLUS DETAILLE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

