



**Aligot Saucisses et Couac en Aubrac<sup>1</sup>  
10- RW 87**

**Mercredi 12 mai dimanche 16 mai 2010  
(départ le mardi soir 11 mai).**

**Organisateurs :**

**Adrien Autret: 06 89 09 32 58**

**Dominique Renaut: 06 14 74 06 99**

**Description :** □ **Description :**

Il est une terre perdue au Nord du Grand Sud, sauvage, baignée de soleil, recouverte de mille fleurs et papillons multicolores qui l'espace d'un week-end prolongé nous fera oublier la grisaille parisienne.

Cette randonnée de niveau soutenu nous fera parcourir le causse Méjean, traverser les gorges de la Jonte, longer les falaises du Tarn, enjamber le Lot avant de remonter vers les solitudes des plateaux d'Aubrac.

Cette randonnée placée sous la protection d'Epicure est pour celles et ceux qui aiment les lumières du causse, les villages aux maisons de pierre, les bosquets enchanteurs et les chemins creux.

**Niveau : Niveau Soutenu; pas de difficultés spécifiques. Bonne condition physique requise, deux longues étapes. Accord Obligatoire préalable à l'inscription : contact : Adrien Autret : 06 89 09 32 58**

**Budget , Inscription, Participants :**

Coût global, hors transport train, de l'ordre de 235 €. Ce coût inclut les frais administratifs du CAF, les transports locaux, la première nuit et petit déjeuner à Millau, puis l'hébergement en ½ Pension. Les repas du midi sont tirés du sac (possibilité de ravitaillement en cours de route aux Vignes, à La-Canourgue et à St Chély). Le repas du dimanche midi en fin de randonnée à St Côme d'Olt sera selon l'envie de chacun (pique-nique ou restaurant). Versement de 210 Euros à l'inscription, régularisation éventuelle à la fin de la randonnée.

Ce coût n'inclut pas le transport train A/R Paris, à la charge de chacun, les boissons et les pique-nique du midi.

**Participants :** 12 participants, les organisateurs inclus. Inscription après accord de l'Organisateur Adrien Autret : 06 89 09 32 58

**Transport:** Train à la charge de chacun (prix : aller/retour loisir: de l'ordre de 150 € (des prem's possibles, sur autres trains)

**Mardi 11 mai :** Gare de Lyon, (rendez-vous 18h00 devant l'entrée de la voie du train.)

**Paris –Lyon, Montpellier, Millau :** départ Paris : 18h19 TGV 06217 - Montpellier 21h46- Bus SNCF 34126: 22h10 - arrivée Millau : 23h35.

**Retour : Dimanche 16 mai : Rodez -Paris via Brives-la Gaillarde**

Départ : Rodez : 16h31 arrivée Brives : 19h01

Départ Brives : 19h41 arrivée Paris Lyon : 23h50

**Hébergement Restauration**

En Hôtel, ou gîte chaque soir en ½ pension.

**Important : Prendre un sac de couchage léger pour la nuit en gîte à St Chély**

**Itinéraire prévu :** *(Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, notamment en fonction des conditions météorologiques ou autres) :*

**Jour 0 : mardi 11 mai soir :** Millau, arrivée à 23h35 : nuit à **l'hôtel de la Capelle, 7 place de la Capelle, tél: 05 65 60 14 72**

**Jour 1 : Mercredi 12 Mai.** Départ de Millau en taxi jusqu'au village de Roque-Ste-Marguerite (environ 15 km en taxi jusqu'au lieu du départ au pied du Causse Noir). Montée sur le Causse, passage au pied des ruines du château de Montméjean, nous longeons la Dourbie, traversons un hameau au nom évocateur "la Bouteille" avant de remonter plein nord sur le Causse en direction de notre auberge de Cadénas près de Veyreau.

Km : 25,3 km Dénivelé : + 1084 m - 608 m

**Auberge de Cadenas : 05 65 61 17 99**

**Jour 2 : Jeudi 13 mai.** Plein de certitudes, nous prenons la direction de la terrible Jonte à la recherche du petit pont perdu nous permettant de passer au sec. La remontée sur le plateau est rude, passage à St Pierre des tripiers, puis sur le lieu dit Arcs de St Pierre, vestige d'un village préhistorique. Le meilleur reste à venir car nous prenons la direction des falaises longeant le Tarn, points de vue et gros dénivelés en perspective.

Du point de vue des ruines du château de Blanquefort, nous pouvons plonger le regard vers notre destination d'un jour, paradis au bord du Tarn portant le doux nom de "Les Vignes".

Km : 27,2 km Dénivelé : + 1520 m - 1987 m

**Hôtel Le Gévaudan : 04 66 48 81 55**

**Jour 3 : Vendredi 14 mai.** C'est une très longue étape qui nous fait remonter plein Nord vers les plateaux d'Aubrac. Cette étape nous fera parcourir un plateau recouvert de bois et hameaux datant d'un autre siècle: St Georges-de-Lévéjac, Soulages, Les Rouges-Rarets, puis La Canourgue où nous devrions être capable de nous réapprovisionner en maintes victuailles avant de passer le Lot et nous lancer dans l'ascension du plateau, marchepied et point de passage obligé vers notre destination finale (St Germain-du-Teil)

Km : 34 km Dénivelé : + 1323 m - 958 m

**Gîte de St Germain-du-Teil : 04 66 32 60 08**

**Jour 4 : samedi 15 mai** Nous voilà en plein coeur de l'Aubrac sur les sentiers forestiers et plateaux désolés en direction du point culminant de cette randonnée "Le Signal de Mailhe Biau" et du " Lac des Moines" avec

une pensée toute particulière pour ces fous de romains qui nous ont légué une superbe voie romaine au coeur de la forêt Domaniale d'Aubrac. St Chély d'Aubrac est encore loin mais nous serons apprécié le gîte

et le couvert après plusieurs jours d'intense randonnée. (Repas au restaurant)

Km : 33,5 km Dénivelé : + 945 m - 904 m

**Gîte communal de St Chély d'Aubrac:05 65 44 21 15**

**Jour 5 :Dimanche 16 mai :** Cette étape plus courte avec arrivée prévue vers 12 heures à St Côme d'Olt sur les berges du Lot est un lieu idéal pour se restaurer avant de reprendre le taxi qui nous ramènera vers la civilisation (restaurant non inclus dans le forfait)

Km : 15 km Dénivelé : + 381m - 923 m

**Cartographie IGN 1/25.000 : 2641 OT : Millau -2640 OT Gorges du Tarn - 2539 E Séverac-le Château -2538 E St Germain-du-Teil- 2538 OStGeniez-d'Olt.2438 E-Espalion. IGN 1/100.000 : 58 : Rodez-Mende.**

**Equipement :** *Habituel au randonneur en mi- montagne avec dénivelés : bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram, en bon état mais pas neuves (rodées), protection efficace contre la pluie, le froid, le soleil, bâtons fortement conseillés. Pharmacie personnelle, recharges, sac à viande, chaussures légères pour le soir, papiers d'identité, carte CAF obligatoire. Prévoir le dîner dans le train du mardi soir et les casse- croûte du midi. Il est bon d'avoir avec soi des barres énergétiques. Capacité eau minimum 1,5 litre*