

## Toulouse et Rabastens

Du Samedi 18 mars au Dimanche 19 mars 2017

**niveau : Moyen**

Nombre de personnes : 8, organisatrice comprise.

Date de validation des inscriptions : **Jeudi 19 janvier 2017**



Place Salengro, quartier des Puits-Clos, Centre historique

*Pour ce week-end de fin de printemps, je vous invite à la découverte de Toulouse la rose, capitale de Midi Pyrénées (samedi) et à randonner (dimanche) entre Rabastens, terre de briques et de vignes, à Montastruc la Conseillère, 25 km du chemin de St Jacques.*

**Départ vendredi 17 mars par le train de nuit de 22 h 12, billets inclus achetés par l'organisatrice.**

### PROGRAMME

**Samedi 18 mars :** Visite de Toulouse. Environ 12 km. Toute la journée. Nous prendrons le petit déjeuner ensemble à l'arrivée du train (6 h 29).

Au fil des rues, du Capitole au quartier St Etienne, sans oublier les rives de la Garonne qui appartiennent aux sites classés de la ville, nous découvrirons les monuments incontournables de la ville rose (Basilique St Sernin, Eglise des Jacobins, cathédrale St Etienne et bien d'autres). Le nez en l'air, nous admirerons, de ruelles en placettes, les plus beaux fleurons de son patrimoine architectural (Hôtel d'Assézat, Hôtel du may, d'Ayguevives...), demeures Renaissance issues de la richesse des négociants en pastel. Nous traverserons le Pont Neuf à la découverte du quartier St Cyprien et des rives de la Garonne (Musée des Abattoirs, Hôtel Dieu, Eglise de la Daurade...). La prairie des Filtres nous offrira de superbes points de vues sur la rive droite de la Garonne.

Nuit à Toulouse en hôtel \*\*, près du Canal du Midi. Dîner au restaurant.

**Dimanche 19 mars :** Randonnée de Rabastens à Montastruc La Conseillère.

*Distance étape : 25 km, durée : 7 h00 environ, dénivelé cumulé : + 470 m / - 400 m.*

Nous prendrons le train à 9 h 15 pour Rabastens (30 mn), bastide dominant le Tarn (Eglise Notre Dame des Bourgs, inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco). Départ de notre randonnée sur cette portion du chemin de Compostelle Conques/Toulouse, où pigeonniers, chapelles et petits hameaux entourés de champs, de vignes et de vergers se révèlent au fil de la marche.

Retour de Montastruc la Conseillère vers Toulouse par le TER (20 mn).

Il nous restera 4 h 00 environ pour apprécier l'atmosphère nocturne de la ville rose et pour dîner.  
(train de nuit à 22 h 50)

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisatrice se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

**Coût prévisionnel :** 140€ comprenant les transports A/R Paris-Toulouse en Intercités de nuit (2ème classe couchette), la nuit à l'hôtel samedi soir et le petit déjeuner dimanche matin, les frais administratifs du CAF, mes frais (train, cartes) .

Mais ne comprenant pas : le petit-déjeuner de samedi matin (entre 6€ et 8€), les repas des midis, les dîners de samedi soir et dimanche soir (compter entre 20€ et 25€ le dîner), les en-cas et boissons diverses, le train régional de dimanche (12,80€ en tout), les visites éventuelles (si vous le souhaitez : Crypte de St Sernin 2,50€ ; Cloître des Jacobins 4€).

## RENSEIGNEMENTS

**Niveau technique** : Pas de difficulté technique.

**Niveau physique** : Moyen.

**Train (billets inclus)**

**Rendez-vous à l'entrée du quai à 21h 45.**

**Aller :** Vendredi 17 mars 2017 – départ de Paris Austerlitz par Intercités de nuit à 22 h 12, arrivée à Toulouse Matabiau à 6 h 29.

**Retour :** Dimanche 19 mars – départ de Toulouse Matabiau par Intercités de nuit à 22 h 50, arrivée à Paris Austerlitz à 6 h 50.

**Repas du midi** : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

**Hébergement** : En hôtel \*\* à Toulouse, en chambre twin, petit déjeuner compris. (une nuit).

**Equipement et matériels à emporter** : Habituel du randonneur. (je peux fournir une liste à la demande). Protections efficaces contre la pluie, le froid, le soleil. Pas besoin de drap sac, mais vos affaires de toilette, de rechange, et pharmacie personnelle. Tous commerces à Toulouse pour les pique-niques. Ne vous chargez pas trop (sauf en bonne humeur, bien sûr), c'est un weekend ! Sac de 30 L ou 40 L maxi.

**Inscription** : **Après demande d'accord de l'organisatrice** : En ligne de préférence, par courrier ou auprès du secrétariat du CAF Ile de France dès la parution de la fiche technique et validation des inscriptions à partir du jeudi 19 janvier 2017 (selon la règle des priorités définie par le Club si la demande est supérieure aux places disponibles ce jour-là

Il existe une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription ou se renseigner au secrétariat du CAF.

**Pour en savoir plus** : Site de l'OT de Toulouse.