

Tour des monts d'Aubrac

du 5 au 14 août 2021



L'Aubrac, un plateau volcanique et granitique des hautes terres d'Auvergne, à 1200 m d'altitude, classé parc naturel régional depuis 2018, dispose d'un patrimoine naturel remarquable. Cette terre d'exception offre des paysages à perte de vue sur des étendues d'herbes où paissent les troupeaux de vaches Aubrac. Les burons et fermes isolées côtoient hameaux et villages pittoresques, de quoi passer un bon moment dans une nature authentique et préservée. Le niveau est moyen + avec deux étapes à près de 30km, l'allure de marche est de 4,5km/heure mini, les dénivelés cumulés ne sont pas très importants, toutefois il est nécessaire d'avoir un niveau de pratique régulier de la randonnée. L'idée est de découvrir ou redécouvrir cette contrée dans un bon esprit d'échange et de convivialité, la gastronomie en Aubrac n'est pas en reste !

Sortie avec Accord préalable de l'organisateur

Technique : Δ Δ peu difficile.

Physique : **Moyen +**.

Nombre de personnes : 6 (organisateur compris)

Date d'ouverture des inscriptions : 18 mai 2021.

Hébergement : gîte d'étape, refuge, auberge.

Transport : Train à la charge de chacun, lieu de rendez-vous ; gare de Aumont-Aubrac jeudi 5 août à 12h45-13h00.

Aller : jeudi 5 août 2021 : Paris Bercy (intercité 5951) 7h01-10h28 Clermont-Ferrand, (Bus 34229), 10h50- 12h40, Aumont-Aubrac (53€).

Retour : samedi 14 août 2021 : Aumont-Aubrac (Bus 34222) 10h55-13h00 Clermont-Ferrand, (intercité 5970) 13h32-16h57 Paris bercy (50€).

{Les infos horaires/tarifs sont celles connues au moment de la rédaction de la fiche et peuvent évoluer dans le temps, donc à vérifier attentivement}

Inscription : Coût global, hors transport train, de l'ordre de 470 Euros.

Ce coût inclut les nuitées en ½ pension, les frais administratifs du CAF, une participation aux frais de l'organisateur. Les repas du midi sont tirés du sac (prévoir 3 pique-niques mini, il est parfois possible de commander en gîte). Versement de 235€ à l'inscription et 235€ avant le départ. Ce coût n'inclut pas le transport train A/R à la charge de chacun, les extras, les boissons et les pique-niques du midi.

Programme***J1. Prinsuéjols***

Mise en jambe au départ d'Aumont-Aubrac pour rejoindre Prinsuéjols. Pas de ravitaillement, panier pique-nique possible au gîte.

18 km, + 410 - 260.

J2. St Laurent de Muret

Journée en partie en forêt, passage par le château de la Baume. Pas de ravitaillement.

25 km, + 430 - 460.

***J3. Les Rajas***

Belle journée en forêt puis arrivée à notre hébergement où notre hôte nous évoquera l'histoire originale de ce gîte où il fut réalisé un tournage il y a une vingtaine d'année.

25 km, + 840 - 460. Pas de ravitaillement.

J4. Nasbinals

Petit crochet par le signal de Mailhebiau, point culminant de l'Aubrac (1469 m), puis par une ancienne voie romaine, nous passerons par le lac de St Andéol et la cascade du Déroc pour rallier Nasbinals, village caractéristique d'Aubrac. Tous commerces au village.

29 km + 350 – 490.

J5. St Chély d'Aubrac

Un bout de GR65 (Compostelle) nous mènera vers St Chély, auparavant nous irons observer la croix des trois évêques, la légende dit qu'ici fut conçue l'aligot, et passage par le village d'Aubrac où nous pourrions peut-être déguster une tarte maison. Petite alimentation au village.

27 km + 470 – 800.

J6. Laguiole

Après la traversée de la forêt de Bonneval, nous atteindrons le célèbre village de Laguiole, réputé mondialement (enfin presque !) pour la gastronomie et ces couteaux. Commerces d'alimentation au village.

27 km + 860 – 700.



J7. St Urcize

Une bonne partie du parcours par la forêt de Laguiole où nous pourrons voir la station de ski, puis par les landes, le village de St Urcize, cité de caractère et son hébergement authentique et son propriétaire non moins authentique. Petite alimentation (incertain, à vérifier).

22 km + 520 – 400.

J8. Termes

Par Recoules d'Aubrac, nous quitterons le GR vers Brion pour nous faufiler par Veyrès jusqu'à atteindre le village de Termes où nous passerons la nuit en auberge. Pas de ravitaillement.

28 km + 660 – 630.

J9. Nozières

Depuis termes, nous ferons un court crochet par St Chély d'Apcher et entre landes et bois, arrivée à notre hébergement chez des agriculteurs éleveurs de vaches Aubrac. Pas de ravitaillement.

25 km + 420 – 500.

J10. Aumont-Aubrac

Une courte balade matinale nous conduira jusqu'à la gare de Aumont-Aubrac, fin de la boucle.

5 km + 60 – 70.

Equipement :

Pour la randonnée :

- bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves), bâtons conseillés,
- vêtements efficaces contre la pluie + couvre sac à dos.

De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps et sèche difficilement.

- privilégier les vêtements techniques (fibres creuses évacuant la transpiration),
- sweat ou veste polaire, veste de montagne facultative, polaire et coupe-vent peut suffire,
- 1 pantalon de toile, 1 short, 2 T-shirts technique, chaussettes de randonnée (prévoir rechange),
- 1 chapeau de soleil, 1 foulard, 1 bonnet et 1 paire de gants, 1 sifflet.

Pour l'étape

- tenues de rechange et chaussures légères (genre tongs), bouchons d'oreilles, affaires de toilette, serviette technique (light), lampe de poche ou lampe frontale drap sac en soie.

Et aussi :

- 1 paire de lunettes de soleil, gourde + poche à eau pour une capacité de 2.0 litres au total,
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet, papier hygiénique, mouchoirs papier.
- 1 pochette étanche pour contenir vos papiers et valeurs,
- 1 petite pharmacie personnelle (à adapter en fonction ses besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), élastoplaste (préventif) et double peau (ampoules), antalgique type paracétamol, crème solaire pour la peau et aussi pour les lèvres.

Carte CAF obligatoire.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur 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.

Inscription :

1.auprès du secrétariat du CAF Ile de France à partir du 11/05/2021. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 470 €. Il existe une assurance annulation, contacter le secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le 29/07/21. **Cartographie:** carte IGN 1/25 000 ; n°2537OT, 2538OT.

2. Dispositions sanitaires à prendre en compte et à respecter selon les dispositions en date de la sortie). En cas de non respect, l'organisateur est en droit de vous refuser au départ ou de vous exclure ensuite.