

Pas de deux en Lozère

du jeudi 27 avril 2023 au lundi 1 mai 2023

Organisateur : Marie Hélène C.	Niveau : Soutenu ▲▲
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 6	Gîte d'étape

Quelques jours d'itinérance dans les grands espaces du Mont Lozère, à l'assaut de ses 2 sommets (Pic Finiels et Pic Cassini), en "remontant à la source » 2 fois (sources du Lot et du Tarn), en cheminant sur les pas de 2 randonneurs d'autrefois... (RL Stevenson et Urbain V)

Niveau et esprit

Une randonnée pour celles et ceux qui aiment les grands espaces et l'itinérance dans un cadre sauvage. Etapes assez longues avec portage de nos affaires, en évoluant sur des terrains variés : des chemins forestiers, quelques portions de petites routes, des sentes escarpées, en sous-bois et sur la lande dénudée et ventée, dans des zones humides.

Le terrain est celui de la moyenne montagne, les sommets sont arrondis mais dans ce paysage en « montagnes russes », les pentes peuvent être bien raides et caillouteuses. Les conditions climatiques sont changeantes et parfois rudes en Lozère : les 2 sommets du Mont Lozère (Pic Finiels et Pic Cassini) offrent des vues grandioses par temps clair, mais on peut y perdre de vue le sac à dos qui nous précède par temps de brouillard !

Nous ferons 2 étapes du Chemin de Stevenson, en tout début de saison, nous ferons étape dans des hébergements de petite taille, un peu à l'écart de l'itinéraire. Le J3, nous bifurquerons vers l'est, pour aller comparer la vue depuis le Pic Cassini et redescendre en boucle vers la vallée du cévenol.

Participation aux frais :

255€, incluant : l'hébergement en demi-pension (4 nuits), les frais administratifs et la participation aux frais d'organisation et d'administration du club, mais **n'incluant pas** : le transport jusqu'au lieu de rendez-vous et retour, les repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons.

Transport

RV le jeudi 27 avril 2023 à la gare de LA BASTIDE SAINT LAURENT LES BAINS au plus tard à 19h00. Fin de la randonnée le lundi 1^{er} mai à VILLEFORT en début d'après-midi.

Le transport est libre et à la charge de chacun.e Il y a plusieurs possibilités :

Aller : Train au départ de PARIS BERCY par la ligne «cévenole», via Clermont Ferrand et Langeac, ou TGV au départ de PARIS GARE DE LYON pour Nîmes puis La Bastide Saint Laurent les Bains via Alès

Retour : départ de Villefort vers PARIS BERCY par la ligne cévenole via Langeac et Clermont Ferrand ou départ de Villefort Nîmes via Alès, puis TGV de Nîmes à PARIS GARE DE LYON.

Du fait de travaux sur la ligne entre Langeac et Alès, l'acheminement entre Langeac et la Bastide Saint

Laurent les Bains (ou Villefort) d'une part, et entre Alès et La Bastide Saint Laurent les Bains (ou Villefort) d'autre part, se fait par autocar de remplacement. Cela entraîne plusieurs changements et il faut donc parfois scinder la recherche sur SNCF Connect (par exemple au retour chercher : « Villefort-Nîmes », puis « Nîmes-Paris » pour trouver d'autres trains).

Hébergement et repas

Hébergement en formule demi-pension (nuitée, repas du soir, petit déjeuner) en gîtes de groupe, / gîtes d'étape. Les hébergements ont été choisis en fonction de leur situation géographique plutôt que de leur niveau de confort, qui pourra donc varier. Selon les étapes, dortoirs ou chambres à partager de 6, 3 ou 2 personnes; lits individuels, dont lits superposés. Les oreillers et couvertures sont fournis. Ne pas oublier votre drap sac, plus éventuellement une taie d'oreiller, ainsi qu'une serviette de toilette (légères).

Pour les en-cas et pique niques, ravitaillement possible à La Bastide (J0), Le Bleymard (J2), Le Pont de Montvert (J3). Prévoir au minimum le pique-nique du J1 si vous arrivez en fin de journée à La Bastide. Les gîtes proposent des paniers repas à emporter (supplément de 8€ à 12€) à commander à l'avance. Je ferai une commande groupée auprès des gîtes si vous en souhaitez. Me prévenir également si vous avez des allergies alimentaires pour aviser les hébergeurs à l'avance pour les repas du soir.

Programme

J0 : Rendez-vous à La Bastide Saint Laurent les Bains (1016m).

Nuitée en demi-pension « chez l'habitant » près de la gare. En fonction des heures d'arrivée de chacun.e, petite mise en jambes possible : par exemple un aller-retour à l'abbaye de Notre Dame des Neiges, voire une boucle jusqu'au sommet d'Espervelouze (7 à 10 km, +100 à +250m, 1h45 à 2h30 de marche).

J1 : La Bastide - Bonnetès. 28km, +900m, -800m, 8h30 de marche environ

Une étape du chemin de Stevenson : La Bastide (1016m), Chasseradès (1159m), forêt du Goulet (1413m), draille des Mulets (1359m), petit détour pour aller voir les sources du Lot dans une zone de tourbières, puis les Alpiers (1186m), bifurcation vers Bonnetès, notre halte du soir à 1237m d'altitude.

J2 : Bonnetès - Le Pont de Montvert. 24 km, +700m, -900m, 7h30 de marche environ

Depuis notre hébergement isolé, descente sur 4 km vers le village du Bleymard (1069m), montée progressive vers la crête dénudée du Mont Lozère (1635m). Le sommet de Finiels - et sa vue jusqu'aux Alpes ? - est marqué par un grand cairn, à 1699m d'altitude. Descente vers le hameau de Finiels (1220m), puis le village du Pont de Montvert (875m). Hébergement en gîtes «de l'autre côté du pont ».

J3 : Le Pont de Montvert - Le Mas de la Barque. 25km, + 900m, - 450m, 7h30 de marche environ

Nous quittons les pas de Stevenson et partons vers l'est, pour remonter jusqu'aux sources du Tarn. Pont de Montvert (875m), Pont du Tarn (1326m), hameau de l'Hôpital (1375m), Mas Camargues (1349m), montée dans la lande en direction des sources du Tarn près de Peyre Plantade (1556m), Sommet du Pic Cassini (1681m), 2^{ème} sommet du Mont Lozère, et descente vers le Mas de la Barque (1426m).

J4 : Le Mas de la Barque – Villefort. 14km, +100m, -950m, 4h00 de marche environ

Une descente dans la forêt, puis un dernier parcours en crête avec le lac de Villefort en ligne de mire, avant l'arrivée sur la ville : le Mas de la Barque (1426m), col de Rabusat (1099m), le Truc Plumet (1055m), Villefort (591m). Nous nous adapterons éventuellement aux horaires de départ de chacun.e (des variantes et options sont possibles au départ ou à l'arrivée de l'itinéraire).

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers

Carte CAF, Carte Vitale, pièce d'identité, Espèces, Carte bancaire, 1 chèque pour régler un éventuel solde, Coordonnées tél de l'encadrant.e.

Marche et portage

Chaussures de moyenne montagne imperméables avec une bonne accroche, **Bâtons** recommandés, Sac à dos de 35 à 40 litres, Gourde ou poche à eau à tuyau de **2 litres**.

Alimentation

Pique-niques et encas, Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet.

Hygiène

Serviette et affaires de toilette.

Vêtements

Chemisette ou tee-shirt, Pantalon ou short, Tenue de rechange, Chapeau ou casquette.

Pluie ou froid :

Polaire, coupe-vent imperméable et respirant, Vêtement de pluie, Surpantalon de pluie, Guêtres "stop tout", Housse de pluie du sac à dos, Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe,

Sécurité

Petite pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau, **Sifflet**, couverture de survie, Téléphone mobile et chargeur, Crème et lunettes de soleil, Lampe frontale.

Nuitées

Drap-sac indispensable, taie d'oreiller utile, Bouchons d'oreille, Sandales pour le gîte

Au cas où il y aurait des conditions sanitaires en vigueur à la date de la sortie, chacun devra être en mesure de les respecter.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription .

Les places seront attribuées à partir du **mardi 21 mars 2023** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

Cartes IGN n° 2738 ET et 2739 OT