

# Découvrir Montcuq et sa région

du jeudi 27 mars 2025 au jeudi 3 avril 2025

Encadrants : <a href="#">Bernard Fontaine, Nicole Voisin</a>	Niveau : <b>Facile T1</b> 1
Avec accord : <b>Oui</b>	En étoile
Effectif maximum : <b>10</b>	Hôtel

Nous séjurerons à Montcuq (Montcuq-en-Quercy-blanc depuis 2016). Ce petit village doit sa popularité à son nom, qui fait rire depuis des décennies.

Le village qui se dresse sur sa butte, abrite de jolies ruelles et un charmant marché où il fait bon flâner sans oublier sa célèbre tour ; lieu emblématique du village. C'est un des villages perchés incontournables du Quercy Blanc.

Le Quercy Blanc doit son nom à ses grands plateaux calcaires blancs entaillés de nombreux cours d'eau.

Habité par les hommes depuis des siècles, le Quercy blanc conserve, aux quatre coins de sa campagne, un patrimoine rural et religieux remarquable : vieilles maisons, charmants pigeonniers, belles fontaines, moulins à vent, chapelles remarquables, retables baroques, superbes églises de village ou "églises des champs" (style roman)...Châteaux magnifiques, tours moyenâgeuses, et bastides médiévales exceptionnelles comme celle de Lauzerte ou de Castelnaud-Montratier sont les cerises sur le gâteau de ce pays incontournable...

## Niveau et esprit

Niveau et esprit

Le niveau global de la sortie est coté en facile, mais les participants devront être capables de randonner sur des sentiers souvent caillouteux mais sans danger.

Un accord préalable à l'inscription est donc requis. Vous devez avoir déjà participé à l'une de nos randonnées équivalentes ou à celle d'un autre organisateur. Pour les nouveaux adhérents, il est conseillé de participer à l'une des randonnées à la journée.

## Participation aux frais

**620 € (180 € à l'inscription, 240 € le 24/01/2025, 200 € le 27/02/2025)**

**Incluant** : la location d'un minibus dont je serai le conducteur, le carburant + nettoyage, 6 demi-pensions à l'hôtel, 1 nuit + petit-déjeuner, 1 dîner pris à l'extérieur, la visite du Cloître de Moissac, la contribution aux frais de fonctionnement du CAF,

**N'incluant pas** : les repas des midis, les en-cas et boissons diverses, ni les transports : SNCF.

## Transport

Transport

Ces horaires sont pris en octobre 2024. Ils seront bien sûr à confirmer ultérieurement. Début des réservations possible sur SNCF Connect dès le 13 novembre 2024.

1voir [ici](#) les définitions des niveaux physique et technique.

**Jeudi 27 mars 2025** : Gare de Paris-Austerlitz départ à 8h24 arrivée à Cahors à 14h12 par train Intercité. Nous vous accueillerons à la gare de Cahors.

**Jeudi 03 avril 2025** : Les horaires pour le 3 avril ne sont pas encore disponibles. Nous vous déposerons à la gare de Cahors à 9h30. Nous comptons 1h30 pour le nettoyage du véhicule que nous devons rendre pour 11h30.

## Hébergement et repas

Hébergement et repas

Il y a un seul hôtel à Montcuq. Il s'agit de **l'Hôtel-Restaurant la Barguelonne**.

En plus de notre chambre il y aura 3 Chambres de 2 avec lits séparés + 1 chambre pour personne seule. Draps et serviettes fournis. 2 Commerces proches pour acheter le pique-nique. Carrefour contact à 500m et Vival à 600m.

## Programme

Programme

**Jeudi 27 mars 2025** : Nous devrions arriver à l'hôtel vers 15h30 après vous avoir récupéré à la gare de Cahors vers 14h30. Cela nous permettra, après installation, de visiter le village de Montcuq-en-Quercy-Blanc.

A découvrir : Rue du Petit Rapporteur, le petit montcuquois, l'ancienne maison consulaire, la rue du Pla, la rue de l'Aste, la rue Montmartre, l'église Saint-Hilaire et la tour comtale.

Lors de ces 6 jours, nous visiterons 4 villes étapes du chemin de Saint-Jacques de Compostelle. Cahors, Montcuq, Lauzerte et Moissac. Nous consacrerons plus de temps à leur visite. Nous emprunterons de temps en temps le chemin de Saint-Jacques. Notre but est de vous faire découvrir tout ce qu'il y a d'intéressant de part et d'autre de ce chemin.

**Ordre non défini, décidé chaque jour en fonction de la météo.**

**Si vous désirez plus d'informations sur les curiosités à voir, je peux vous envoyer une fiche technique plus détaillée sur demande.**

**J1 : trajet de 20 km en minibus pour rejoindre Albas et effectuer une boucle passant par le site des Payrols et Luzech.**

Dans la série des villages perchés, voici Albas. Situé rive gauche du Lot, à une vingtaine de kilomètres en aval de Cahors, Albas, veille depuis son éperon rocheux, à la fois sur la rivière Lot et le célèbre vignoble de Cahors qui se trouve juste de l'autre côté du pont suspendu.

Après le site des Payrols (ruisseau avec marmites de géants et cascades quand il a beaucoup plu), nous rejoindrons Luzech. Site naturel à la topographie exceptionnelle, Luzech est implanté sur l'isthme le plus étroit du Lot (90m), à l'intérieur d'un méandre particulièrement resserré de la rivière.

Retour à Albas par le chemin de halage. Il fait partie de ces pépites cachées dont seuls les locaux en ont le secret. (dixit l'O.T.).

**Boucle de 19 km + 360m – 360m en 6h00 de marche effective + visites.**

**J2 : Trajet de 27 km en minibus pour rejoindre Cahors.** La journée entière sera consacrée uniquement à Cahors et ses environs. **Pour profiter de son marché, cela sera le samedi 29 mars.**

Le marché de Cahors. C'est The place to be ! (dixit l'O.T.). Depuis 700 ans et par tous les temps, le marché de Cahors s'installe au pied de la magnifique cathédrale Saint-Étienne.

Cette ville possède un patrimoine antique et médiéval particulièrement préservé. Pour preuve, Cahors possède deux sites classés au patrimoine mondial de l'UNESCO : le célèbre et somptueux pont Valentré

avec ses trois tours de défense datant du XIVème siècle, et la fameuse cathédrale Saint-Etienne avec ses surprenantes coupes lui conférant un style inédit. Mais la somptuosité de Cahors se savoure également au travers de ses nombreuses ruelles escarpées au style médiéval situées dans le centre historique.

La boucle autour de Cahors et dans Cahors, nous fera passer par deux belvédères :

Le Mont Saint Cyr, un joyau de la ville cadurcienne. C'est le Mont que l'on aimerait avoir dans toutes les villes. Une petite randonnée nous mènera au joli point de vue depuis le centre-ville.

La Croix Magne. Nous aurons une vue panoramique sur toute la ville et le pont Valentré.

**Boucle de 10 km + 260m – 260m en 3h30 de marche effective + nombreuses visites.**

**J3 : Trajet de 13 km en minibus pour rejoindre Lauzerte.** Lauzerte, en Quercy Blanc au nord-ouest du Tarn-et-Garonne. Cette bastide qui surplombe un paysage aux couleurs méridionales, se classe parmi les Plus Beaux Villages de France et constitue une halte sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle.

**Nous effectuerons deux randonnées :**

1 - La chapelle Saint-Sernin du Bosc. Sur le Chemin de Saint Jacques de Compostelle, nous marcherons sur de jolis sentiers escarpés, à travers les bois de chênes du Quercy avec, à la clé, la découverte de la chapelle Saint-Sernin du Bosc dont l'origine remonte au XIe siècle et son magnifique site de la « combe du Miel »

**Boucle de 11 km + 240m – 240m en 3h00 de marche effective.**

2 – La promenade de l'eau et des fontaines + visite de Lauzerte.

**Boucle de 3,5 km + 140m – 140m en 1h30 de marche effective + visites.**

**J4 : Trajet de 19 km en minibus pour rejoindre Bèlaye.** Ce qui surprend à Bèlaye, petit village d'un peu plus de 200 âmes, c'est la vue époustouflante (dixit l'O.T.) qu'il offre sur cette Basse Vallée du Lot.

Depuis la table d'orientation on découvre un panorama avec d'un côté les belles rangées de vignes du vignoble de Cahors, et de l'autre les courbes sinueuses de la rivière.

**Trajet de 9 km en minibus pour rejoindre Puy-l'Évêque et effectuer la boucle du circuit de Martignac. 15 km + 330m – 330m en 4h30 de marche effective + visite de Puy-l'Évêque.**

Le circuit de Martignac est riche en sites naturels et patrimoine bâti (fontaines, lavoirs, églises, village médiéval de Puy-l'Évêque...). Nous nous arrêterons un moment à l'église de Martignac pour admirer ses belles fresques murales.

Nous serons séduits par Puy-l'Évêque, cité médiévale au cœur du vignoble AOC Cahors. Le village, bâti en étages au-dessus du Lot, était le fief des évêques de Cahors. Dans une ambiance pleine de douceur de vivre, nous y admirerons un patrimoine remarquable : donjon du XIIIe siècle, églises, ruelles et escaliers bordés de maisons en pierre dorée, jardins suspendus.

**J5 : Trajet de 32 km en minibus pour rejoindre : Montpezat-de-Quercy et effectuer la boucle du chemin de Saux.**

Montpezat-de-Quercy est une cité médiévale qui vaut le détour. Nous pourrions admirer la collégiale bâtie au XIVe siècle dans le style gothique par le cardinal des Prés. A l'intérieur se trouvent des tapisseries flamandes de haute lisse évoquant avec brio la vie de Saint-Martin et sa légende,

**Boucle de 11,7 km + 180m – 180m en 3h30 de marche effective + visite.**

**Trajet de 12,5 km en minibus pour rejoindre Castelnau-Montratier et effectuer le circuit du Vallon de Lestang. Boucle de 4,5 km + 140m – 140m en 1h30 de marche effective + visite.**

Bastide du Quercy Blanc, perchée sur un éperon rocheux à la limite du Lot et du Tarn-et-Garonne, voilà toute la bizarrerie de Castelnau-Montratier. Une ville bâtie sur le plan d'une bastide, avec une grande place centrale, où les papis castelnaudais ont plaisir à venir jeter quelques boules, entourée sur trois côtés de couverts et arcades et son église excentrée.

**J6 : Trajet de 35 km en minibus pour rejoindre : Moissac. Boucle de 10,5 km + 140m – 140m en 3h30 de marche effective + visites.**

Boucle dans Moissac pour découvrir son Pont-Canal, le point de vue du Calvaire, l'Abbatiale et son cloître, quelques éléments d'art déco et l'espace des sentinelles de la Paix. Le cloître et le tympan de l'abbatiale

Saint-Pierre sont inscrits au Patrimoine Mondial de l'UNESCO au titre des Chemins de Saint Jacques de Compostelle.

### Trajet de 15 km en minibus pour rejoindre et nous arrêter à la chapelle Lapeyrouse.

Depuis 1992, la Chapelle de Notre Dame de Lapeyrouse est inscrite à l'inventaire des Monuments Historiques de France. Le bâtiment actuel, de style romano-byzantin, terminé en 1879, est unique en Tarn et Garonne.

**Avant de rejoindre le village de Lafrançaise**, arrêt au cimetière de Farguinel pour découvrir les stèles pyramidales, une « mode locale » qui intrigue. La plus imposante par ses dimensions renferme les cendres des Parazols, anciens seigneurs de la ville venus du Lot.

**Lafrançaise. Boucle de 1,1 km 0h30 de marche effective + visite.** Le bourg juché sur son belvédère offre une vue saisissante sur la plaine et plus au sud sur les coteaux de Lomagne. Lorsque le temps est en train de changer, la chaîne des Pyrénées se dévoile depuis ce point de vue, et la vue devient spectaculaire.

Vergers, collines, eau et montagnes, voici ce que réserve ce charmant point de vue.

**Trajet de 3 km en minibus pour rejoindre et nous arrêter au pont cascade de Pontalaman.** C'est un petit coin de paradis caché, où l'on vient admirer la beauté de ce mélange entre architecture et nature, la force impressionnante de l'eau et le calme apaisant qui y règne. (dixit O.T.)

*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

### Équipement

#### Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- Carte bancaire internationale si besoin ou espèces,
- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- Coordonnées téléphoniques de l'encadrant.

#### Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos pour la journée
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

#### Alimentation

- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet.

#### Vêtements

- Pantalon ou short,

- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette si nous avons du soleil

#### Pluie ou froid

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

#### Sécurité

- Petite pharmacie personnelle,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil,

#### Nuitées

- Sandales pour circuler dans l'hôtel

## Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

## En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

## 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 y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **vendredi 6 décembre 2024** selon les [règles de priorité](#) du club. Date limite d'inscription : vendredi 14 mars 2025.

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.

Cette sortie pourra être annulée au plus tard le 14 mars 2025 si un effectif minimum de 6 inscrits n'est pas atteint.