

Co-organisé par



FICHE D'INFORMATIONS PREALABLES

**SEJOUR ALBI et la vallée du TARN  
(8 jours - 7 nuits)**

**Du 02/06/2019 au 09/06/2019**

**Randonnées en étoile - lieu : ALBI (81)**

**Nombre minimum de participants 36 - nombre maximum 48**

Révélee au grand public par le classement en 2010 de sa cité épiscopale au patrimoine mondial de l'Unesco , Albi profite avec gourmandise de sa nouvelle notoriété. Autour de la cathédrale-château fort, gigantesque vaisseau dressé au-dessus du Tarn, la brique retrouve un éclat ardent. Riche en monuments historiques , le centre- ville est remarquablement bien préservé et possède de nombreux témoins de l'âge d'or d'Albi

Séjour ouvert à tous nos adhérents Amberando à jour de leur licence

**Séjour réunissant 2 groupes : rando santé (16 à 20 pers) rando à rythme normal (20 à 28 pers)** permettant aux adhérents de différents niveaux de se rencontrer pour certains et de mieux se connaître pour d'autres.

Les randonnées sont adaptées pour chaque groupe. Les visites seront communes.

==.==.==.==

**Organisateurs et responsables du séjour** : Marie-Noelle PUGET et Marie-Louise FOURNEYRON

**Accompagnateurs du séjour**

**Pour la Rando Santé : C.LEYDIER** (breveté fédéral et rando santé) **H.GACHON** (SA1 et rando santé)

**Pour la rando à rythme normal : M.L FOURNEYRON** (SA1) **J.CHAPPAT** (SA1)

**Avec la collaboration de Joelle CHAPPAT pour la partie documentaire**

**Déplacement** : covoiturage

**Hébergement LE RIALTO**: Hôtel \*\*, Logis de France (en chambre couple ou 2 lits, avec petit-déjeuner et dîner (demi-pension) [www.hotellerialto.com](http://www.hotellerialto.com)

5, rue de la Baute  
81990 Le Séquestre-Albi  
Tél : 05 63 49 76 60

D'autres structures d'hébergement équivalentes peuvent être proposées en cas de nécessité.

## Programme

Ce programme peut être modifié en fonction de la météo et de l'état physique des participants.  
(des randos de substitution et des visites seront proposées).

### Jour 1 :

**covoiturage Ambert-Albi...4h30...322 km par l'A75 (gratuite via Michelin)**

- Prévoir l'arrivée vers 12H.S'il fait beau possibilité de pique-niquer au bord du Tarn en contre bas de la cathédrale.
- 14H Visite guidée de la cité épiscopale (la cathédrale,le Palais de la Berbie, la collégiale Saint-Salvi, le Pont-Vieux(XIème siècle) lien entre les deux rives du Tarn.

Nous serons répartis en 2 groupes : durée environs 2H30 (visite comprise dans le prix)

- Option :visite du musée de Toulouse Lautrec (non compris dans le prix, prévoir 1H)
- Nous rejoindrons notre hôtel vers -17H30

### Jour 2 :

**Départ de l'hôtel à 8h30 et cela tous les jours.**

**LISLE SUR TARN (33km-25mn)**

Jetez l'ancre dans cette ancienne bastide-port et découvrez l'une des plus grandes places carrées du Sud-Ouest.Lisle sur Tarn, bâtie au XIIIe siècle fut une place forte du commerce du vin et du pastel,deux grandes richesses locales

**Rando à la journée : rando santé : 9,27km : dénivelé+27 m (154m - 127m)**

**rando à rythme normal : 16,05 km dénivelé+209 m (251m - 127m)**

Départ de la rando du plan d'eau (parking). A la fin de la rando , visiter le beau village médiéval et sur le chemin du retour RABASTENS ( Notre Dame du Bourg et ses fresques) inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO .

Pour se rendre sur le lieu des randos. En sortant de l'hôtel prendre à droite et aller chercher l'entrée de l'autoroute A 68 et prendre direction de Toulouse sortie 8 Lisle sur Tarn

### Jour 3 :

**CORDES SUR CIEL (30km-30mn)**

Élue « Village préféré des Français 2014 »,cette cité médiévale du XIIIe siècle fascine tous ceux qui la découvrent..La balade dans la cité médiévale est un véritable enchantement, d'autant plus que les rues sont bordées d'échoppes d'artisans et de galeries d'artistes.

Parcourir Cordes, c'est découvrir un fabuleux livre d'art et d'histoire incrusté dans la pierre....

De grands auteurs, tels Camus, en sont même tombés amoureux..

Rando à la journée : rando santé : 7,87km, dénivelé+209m (306m - 183m)

Rando à rythme normal : 10,44km, dénivelé+247m (306m - 183m)

Départ depuis le parking des pénitents.

**Visite guidée de Cordes sur Ciel** (compris dans le prix)

Pour se rendre sur le lieu des randos. En sortant de l'hôtel prendre à droite . la D 27 et passer le pont sur l'autoroute.Passer à Marssac sur Tarn , la Bastide de Levis et retrouver la D 600 jusqu'à Cordes.

#### **Jour 4 :**

##### **ROUFFIAC : ( 10km-25mn)**

Parcours vallonné où nous pourrons rencontrer quelques exemples des « Nouvelles stars du département du Tarn » : Les pigeonniers .Avec près de 1700 pigeonniers le département du Tarn offre une variété exceptionnelle de colombiers.

Rando à la journée : rando santé : 9,41 km, dénivelé+ 95m (265m - 174m).

rando à rythme normal : 15,74 km, dénivelé+265m (265m, 174m).

En fin d'après-midi possibilité de visiter une cave à CASTANET : Domaine de Labarthe (grands vins de Gaillac).

Pour se rendre sur le lieu des randos. En sortant de l'hôtel prendre à droite sur 2,5km puis à gauche D 27 puis à droite D 84 puis à droite D 31 jusqu'à Rouffiac.

#### **Jour 5 :**

##### **« Les plus beaux villages de France » - PUYCELSI et CASTELNAU de MONTMIRAIL : (45km-50mn)**

Du haut d'un plateau rocheux surplombant la vallée de la Vère, la forteresse de **Puycelsi** veille sur la forêt de Grésigne .Derrière plus de 800m de remparts , maisons de pierre, de bois et de briques des XIVE ou XVe s Se dévoilent et le chemin de ronde offre de superbes points de vue sur les paysages alentour.

Rando à la journée : rando santé : 6,74km, dénivelé+330m (339m - 140m)

rando à rythme normal : 11,81km, dénivelé+478m (447m - 140m)

Départ de la rando au pied du village de Puycelsi , parking à droite.

Pour le petit groupe, possibilité de monter en voiture des personnes au parking de la mairie (ne pas stationner).

Option : en fin de journée, sur le chemin du retour, visiter à pied le beau village médiéval de Castelnaud de Montmirail (place avec arcades, superbe église avec peintures murales).

Pour se rendre sur le lieu des randos. En sortant de l'hôtel prendre à droite, passer le pont sur l'autoroute, Marssac sur T, puis direction Gaillac D 988, à l'entrée de Gaillac prendre la D 18, puis la D 964 en direction de Castelnaud.

## Jour 6 :

### **Visite guidée à Saint Juery du musée du Saut du Tarn (8km-16 mn) et Rando à Ambialet**

Sur un site unique chargé d'un glorieux passé industriel, le musée du Saut du Tarn vous fera revivre l'Aventure de la sidérurgie aux 19<sup>ème</sup> et 20<sup>ème</sup> siècles

Début de la visite à 9h30 Durée 1h30 à 2h (compris dans le prix)

Adresse : 2 impasse des aciéries 81160 Saint Juery.

C'est dans un méandre du Tarn (long de 3km) que l'on découvre la presqu'île d'Ambialet dominée par un prieuré et une église romane du XI<sup>e</sup> siècle construits sur son aiguille chisteuse.

Au sommet de cette colline, la vue sur le village d'Ambialet et les forêts du Tarn est superbe.

**Rando à la journée : rando santé : 8 km dénivelé+87m (283m - 194m)**

**Rando à rythme normal 16 km : dénivelé+304m (430m -196m)**

Pour se rendre sur le lieu des randos : En sortant de l'hôtel prendre à gauche puis à droite jusqu'à un rond-point et suivre direction Saint-Juéry.

Dans un petit rond-point(engin à engrenage) prendre à gauche passer devant le resto « Marty's Diner's »

Descendre face à un château d'eau (en ciment) puis à 50 m à droite, parking de l'usine(portail gris).

A la fin de la visite direction AMBIALET pour la rando, en passant par la route des tunnels direction AVALLAT.

## Jour 7 :

### **LAUTREC : ( 35km-40mn )**

Au cœur du Pays de Cocagne LAUTREC,cité médiévale, vous accueille dans le cadre authentique « D'un des plus beaux Villages de France » et d'un « Des sites Remarquables du Goût ».

Berceau de la famille du peintre Toulouse-Lautrec, le village est également connu pour son ail rose dont il est la capitale.

Le Pays de Cocagne doit son nom à la culture du Pastel, plante tinctoriale qui fit la richesse de la région du XIVE au XVIe siècles.Lautrec était notamment un lieu d'échanges de ballots de Pastel , à « La Pastellerie », au pied du moulin à vent.

**Rando à la journée rando santé : 7,43km, dénivelé+163m, (345m - 214m).**

**Rando à rythme normal : 14,02km, dénivelé+155m (347m - 214m)**

Pour se rendre sur le lieu des randos : En sortant de l'hôtel prendre à gauche, puis à droite jusqu'au rond-point, puis prendre direction la D 612 Castres, Réalmont .Ensuite à droite la D 92.

## Jour 8 : covoiturage et retour à Ambert après le petit-déjeuner.

**Tarif par personne en demi-pension : chambre double.....441€/pers  
: chambre individuelle....608€/pers**

- **Ce tarif comprend** : -hébergement en demi-pension (petit déjeuner+repas du soir+vin en pichet de Gaillac+café/tisane ) cuisine traditionnelle « Fait Maison »
  - 1 cocktail de bienvenue offert (Kir au vin blanc de Gaillac)
  - Les visites : Cité épiscopale , Cordes sur Ciel, musée du Saut du Tarn
  - Pot de départ
  - les frais de dossiers (Immatriculation tourisme et Amberando)
  - les taxes de séjour
  - les pourboires
  - la garantie assistance-rapatriement (incluse avec votre licence IRA).

**Ce tarif ne comprend pas** :

- les pique-niques de midi
  - Les assurances facultatives (annulation-interruption, bagages)
  - Les dépenses à usage personnel
- Les covoiturages, péages, parkings à régler directement à votre chauffeur (à titre indicatif – estimatif Ambert – Albi 80 € par véhicule - sur place : 10 € par personne + frais de péage et parking le cas échéant).

**Tout ce qui n'est pas mentionné comme « *compris* ».**

**Inscription et conditions de paiement** :

**Préinscription obligatoire avant le 30 novembre 2018** auprès de :

Marie Noëlle PUGET  
 10 rue des jardins 63990 JOB  
 Tél : 06 42 67 73 04 ou 04 73 82 47 55  
 Mail : [mnpuget@orange.fr](mailto:mnpuget@orange.fr)

**Les places sont limitées à 20 pour la rando santé et 28 pour l'autre groupe et seront retenues selon l'ordre chronologique d'inscription.**

Dès la liste des préinscrits connue, nous vous communiquerons les conditions de vente, les documents liés aux assurances facultatives et les conditions d'annulation détaillées « Amberando » pour votre inscription définitive.

**1 er versement valant inscription 100 € (+options assurances) avant le 30 nov.2018**  
**2 ème versement : de 341 € (ou 508€ ch.indv.) avant le 30 mars 2019**

**Les chèques seront libellés à l'ordre d'Amberando et adressés à :**

**Nom et Adresse postale :**

**Marie Noëlle PUGET**  
**10 Rue des jardins 63900 JOB**

**Conditions d'annulation du séjour** :

- Si vous avez souscrit l'assurance annulation, contactez Mondial Assistance dans les 5 jours.
  - Si vous n'avez pas fourni de remplaçant reprenant le contrat, il sera retenu pour toute annulation de séjour à moins de 60 jours avant le départ 50 % du séjour, 75% à moins de 40 jours et 100 % à moins de 30 jours. Les frais de service pour la réservation des prestations (avion, train, hébergement, visites...) sont dus à 100% dès la signature du contrat. Aucun remboursement en cas d'interruption de séjour.
- Les frais de dossier et d'assurance ne sont pas remboursés.