

Co-organisé par



Fiche d'informations préalables

Le Lac de Salagou, le cirque de Mourèze et Saint-Guilhem-le-Désert.

Du mercredi 08 au samedi 11 mai 2019

(3 nuits - 4 jours)

Randonnées en étoile - lieu du séjour : Mourèze (HERAULT)

D'un côté les Ruffes, ces terres rouges, sauvages, où s'étale le lac du Salagou, et de l'autre Mourèze, blanc, décor ruiniforme, désertique, sculpté par les eaux et le vent. Deux paysages typiquement méditerranéens fort différents par leur couleur, leur relief, leur origine mais qui rivalisent par leur beauté et leur lumière.

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

Nombre minimum de participants 16 - nombre maximum 24

Organisateur et responsable du séjour : M.L. Fourneyron

Accompagnateurs du séjour : Christian Leydier (SA2) et M.L. Fourneyron (SA1)

Déplacement : covoiturage

Hébergement : Hôtel Navas** « les hauts de Mourèze » avec chambre couple ou 2 lits en demi-pension

Vin et café compris - Le Pioch Rascas, 34800 Mourèze - Téléphone : 04 67 96 04 84 - site hotelmouzeze.fr

Restaurant le soir « Chez Eva » à Mourèze (à 400 m de l'hôtel).

29, route de la Dolomie – 34800 - Mourèze - tél : 04 67 96 08 11

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.

1 - mercredi départ d'Ambert et RDV à 11 h sur le parking de l'hôtel où nous laisserons les voitures.

Pour info : Ambert – Mourèze par l'A 75..... 310 km.... soit 3 h 30.

le cirque de Mourèze - rando de 7,5 km - dénivelé + 300 m (221 m – 508 m).

Départ de l'hôtel, munis de vos pique-niques, sac à dos, bâtons et chaussures de marche.

Ce cirque offre un dédale de rochers dolomitiques, et l'ascension du mont Liausson offrira au marcheur des points de vue sur des paysages magnifiques (cirque de Mourèze, le lac de Salagou et les montagnes cévenoles).

Retour à l'hôtel et installation pour 3 nuits.

2 - jeudi - Saint-Guilhem-le-Désert - rando de 11 km - 4 h de marche dénivelé + 600 m (110 m - 554 m).

(Mourèze – St-Guilhem - 28 km par la route.)

la randonnée des Fenestrettes suit un chemin de muletiers qui surplombe le cirque de l'Infernet situé derrière le village de Saint-Guilhem-le-Désert. Le chemin grimpe dès la sortie du village, offrant une **vue imprenable sur le cirque**. Le chemin est ensuite assez plat, jusqu'à la descente finale sur le village, mais comme on se trouve sur une crête, **le panorama reste magnifique pendant la quasi totalité de la balade**.

Parking payant à l'entrée du village (voir les conditions de covoiturage).

Après la randonnée, visite de l'abbaye et de son cloître.

Fondée en 804, l'Abbaye bénédictine de Gellone, au centre du village médiéval de Saint-Guilhem, est un Joyau du premier art roman languedocien. Dès le Xe siècle, alors que Guilhem est devenu Saint-Guilhem, le rayonnement spirituel de Gellone s'affirme et le monastère devient une halte privilégiée sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle. En 1998, l'Abbaye de Gellone est classée au Patrimoine mondial par l'U.N.E.S.C.O. au titre des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle en France.

Au retour, à l'entrée de St- Jean-de-Fos, s'arrêter et prendre le temps d'admirer le **pont du Diable construit au XIème siècle** à l'entrée des gorges de l'Hérault. Il facilitait le passage des pèlerins.

3 - vendredi - au départ du village de LIAUSSON - le lac de Salagou - rando de 15,500 km - 5 h de marche

Dénivelé + 169 m (135 m - 227 m).

(Mourèze- Liausson - 12 km par la route).

Au centre du Languedoc, la combinaison de phénomènes géologiques donne une surprenante palette de couleurs, de textures et de formes contrastées.

Le lac du Salagou, créé dans les années 1960, est aujourd'hui un cadre idéal pour les activités de loisir.

Lors de cette rando, nous contournerons les deux presqu'îles volcaniques de La Sure et de Rouens .

4 - samedi : départ du parking de « Grande Baraque» - le lac de Salagou - rando de 10 km - 3 h de marche -

Dénivelé + 196 m (138 – 272 m).

Nous serons à 5 km de la bretelle de l'autoroute A75 pour notre retour à Ambert prévu en fin d'après midi.

Le matin, à Mérifons, **visite guidée du site paléontologique de la Lieude (à 8 km de Mourèze par la route).**

Bien avant que l'eau n'envahisse la vallée du Salagou, dans les années 1960, lors de la mise en service du barrage du lac du Salagou, des animaux extraordinaires ont foulé le sol de la région.

Des empreintes de dinosaures mais aussi de mammifères (pré-mammaliens) ont été découvertes dans les environs du lac. Le site paléontologique de la Lieude, protégé par un hangar, est également entouré d'un grillage afin de préserver les empreintes.

Tarif en demi-pension.....235 €

- Ce tarif comprend :**
- l'hébergement en demi-pension avec le vin + café ou tisane le soir
 - un apéritif de convivialité le dernier soir
 - les frais de dossiers (Immatriculation tourisme et Amberando)
 - les taxes de séjour
 - la garantie assistance-rapatriement (incluse avec votre licence IRA)
 - les pourboires
 - les visites guidées de l'abbaye et du site paléontologique.

- Ce tarif ne comprend pas :**
- les assurances facultatives (annulation-interruption, bagages)
 - les visites éventuelles non portées au programme
 - les pique-niques de midi
 - les dépenses à usage personnel
 - le covoiturage, péages, parkings à régler directement à votre chauffeur
(A titre indicatif – estimatif covoiturage par l'autoroute A 75 - **tarif 95 € A/R**, péages compris, par voiture - et sur place, **5 €/ pers.** Parking de St-Guilhem compris).
- Tout ce qui n'est pas mentionné comme « compris ».**

Pour avoir de plus amples renseignements sur les parcours, (cartes, traces GPX) consulter notre site amberando.fr

Inscription et conditions de paiement :

Préinscription obligatoire avant..... le 30/11/ 2019..... auprès de l'organisateur : **M.L. Fourneyron**

Tél : 04.73.82.19.02 (heures des repas)

Mail : marielouise.fourneyron@orange.fr

Adresse postale : 9, rue Jean Banière 63600 - AMBERT

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 : 80 € ou 88 €** (si vous prenez l'option assurance annulation) **avant le 10/12/2018**
- **2 ème versement : solde 155 € avant le 08/03/2019.**

Les chèques seront libellés à l'ordre d'Amberando et adressés à l'organisateur du séjour.

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.