



***Claude PAGES***

***Accompagnateur en montagne***

***Vous propose :***

## ***Le QUERCY***

***Une randonnée itinérante***

***Nouveau : possibilité de faire une descente de la Dordogne en canoë !***

**Hébergement en hôtel.**

**Sans portage**

**Du 20 au 26 mai 2012**

Fiche technique R1221

***Bien sûr, vous connaissez le Quercy, Rocamadour sur son rocher, le gouffre de Padirac, Cahors et le pont Valentré, St. Cirq Lapopie, Figeac, etc. Mais cette randonnée-là elle va vous faire découvrir les secrets de ce beau pays. Les hameaux, par exemple, où le temps s'est arrêté, regorgent de trésors oubliés. Les châteaux, ici, se confondent dans les paysages, là, ils dominent fièrement la vallée. Un moulin, au détour d'un méandre, chargé d'histoire. Les sentiers qui musardent entre causses et gorges profondes sentent bon l'aubépine et le printemps. Un régal de l'esprit, un régal du palais.***

### ***Hébergement***

***En hôtels choisis pour leurs confort et leurs tables.***

***Niveau randonnée : Facile***

***Randonnées de 4 à 5 heures de marche par jour sans difficulté technique Dénivellation de 100 à 300 mètres à la montée.***

## Programme

- Dimanche 20 mai :** Accueil à Rocamadour à l'hôtel Les Vieilles Tours, [www.vtrocamadour.com](http://www.vtrocamadour.com)  
Tél. 05 65 33 63 25. Présentation de la randonnée. Repas.
- Lundi 21 mai :** Nous commençons par une visite guidée de cette extraordinaire citée qui semble défier les lois de l'équilibre. Puis départ pour Gramat en remontant les gorges de l'Alzou. D'anciens moulins jalonnent ce cours d'eau qui, autrefois, avait une fonction vitale. Nuit à l'hôtel <http://www.liondorhotel.fr/>  
13 kms, +150 m, 4 heures de marche.
- Mardi 22 mai :** Départ pour Autoire, nous sommes toujours dans la vallée de l'Alzou, bientôt, le spectaculaire cirque d'Autoire au fond duquel se love le merveilleux village médiéval d'Autoire. Nuit à l'hôtel <http://www.auberge-de-la-fontaine.com/>  
15 kms, +100 m, 5 h. de marche
- Mercredi 23 mai :** Nous remontons sur le causse par le magnifique village de Loubressac et arrivons au bord de la Dordogne, dans ce village, tout aussi magnifique, Carennac. Nuit à l'hôtel. <http://www.hotel-fenelon.com/>  
12 kms, +200 m, 4 h. de marche.
- Jeudi 24 mai :** Départ pour Gluges par le joli village de Floirac et le spectaculaire cirque de Montvalent. Nuit à l'hôtel <http://www.les-falaises.com/>  
15 kms, +250 m, 5 h. de marche.
- Vendredi 25 mai :** Départ en canoës pour une descente de la Dordogne jusqu'à Pinsac (2 heures - il y aura aussi la possibilité de rejoindre le point de débarquement en voiture). Puis cheminement jusqu'au village de Lacave, célèbre par sa grotte préhistorique. Nuit à l'hôtel. [www.hotel-brasserie-delacave.fr](http://www.hotel-brasserie-delacave.fr)  
9 kms, +170 m, 3 heures de marche.
- Samedi 26 mai :** Départ pour Rocamadour en remontant les gorges de l'Ouyse. Au passage, visite du moulin de Cagnaguet, un moulin fortifié, à voir !  
14 kms, +250 m, 5 h de marche.  
Dispersion vers 17 heures

*Ces itinéraires peuvent être modifiés selon d'éventuels impondérables ou la météo du moment.*

## Tarif

Prix du séjour par personne : **590 €**  
Assurance (facultatif) : **16 € 80**

*Ce prix comprend l'hébergement, les repas, l'encadrement et la taxe de séjour de l'accueil à la dispersion selon la fiche technique R1221. Ne sont pas compris : les vins aux repas du soir.*

## Inscriptions

*Les bulletins d'inscription que vous pouvez télécharger sur mon site [www.claudepages.fr/fiches/Bul](http://www.claudepages.fr/fiches/Bul) doivent parvenir chez Claude PAGES, accompagnés d'un chèque de 180 €. + éventuellement le montant de l'assurance.*

*Possibilité d'effectuer un virement bancaire : FR76 1350 6100 0042 6206 4300 195 BIC : AGRIFRPP835*

## *Assurance*

*L'assurance, proposée ici est le contrat Open Evasion de Europ Assistance. Il comprend 3 volets :*

- 1 Annulation + interruption de la randonnée*
- 2 Assistance + rapatriement*
- 3 L'option bagages*

*Il coûte 2,85 % du prix de la randonnée, soit 16 € 80. Vous trouverez sur mon site [www.claudepages.fr](http://www.claudepages.fr) / fiches / assurance, la désignation et le montant des garanties proposées.*

*Cette assurance est facultative, en effet, certains d'entre vous peuvent souscrire auprès de leur propre compagnie d'assurance, un contrat du même type. Mais il est nécessaire de posséder une multirisque de ce type adaptée à ce genre de voyage.*

## *Equipement conseillé*

*Vêtements : 1 anorak ou veste type GORE-TEX, un pull ou polaire, 1 pantalon, 1 paire de chaussure de randonnée, tenue de rechange confortable pour le soir, le maillot de bain.*

*Matériel : 1 Sac à dos de 35/40 litres muni d'une ceinture ventrale, 1 gourde de 1 litre minimum, 1 ensemble pique-nique avec gobelet, couteau, couverts, boîte type Tupperware, 1 trousse pharmacie perso, une paire de lunettes de soleil, crème solaire.*

### **Pour plus d'informations :**

**Claude PAGES, votre accompagnateur en  
montagne  
6 Les Hauts de Cabrerisse  
11160 CAUNES-MINERVOIS  
Tél. Fax : 04.68.78.08.74 ó Port. : 06.74.29.56.27  
E-mail : [claude.pages3@wanadoo.fr](mailto:claude.pages3@wanadoo.fr)  
Site web : [www.claudepages.fr](http://www.claudepages.fr)**

