



Villages et Bastides en Albigeois, les histoires qui ont fait l'Histoire



Une randonnée encadrée par des accompagnateurs passionnés et passionnants, à la découverte d'Albi - classée au Patrimoine mondial de l'UNESCO - et de quelques-uns des plus beaux villages de France, à travers de magnifiques paysages façonnés par l'Histoire.

7 jours - 6 nuits - 6 jours de marche et de visites

- Départ garanti à 5
- Séjour en étoile
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FR1ALBI



©ByacC

Les points forts

- La découverte d'Albi, patrimoine mondial de l'UNESCO
- Le calme et la beauté des paysages
- Les nombreuses visites comprises
- Les hôtels*** avec piscine (en saison)



Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

https://www.labalaguere.com/randonnee_albi.html

Le Pays Albigeois est l'une des plus riches régions de France, tant sur le plan historique (épopée cathare), qu'architectural, culturel ou gastronomique. Bâties sur des promontoires impressionnants, beaucoup des villages fortifiés qui entourent Albi sont classés " Plus beaux villages de France " et constituent un patrimoine exceptionnel. Guidés toute la semaine par un accompagnateur qui saura se faire tour à tour historien, ethnologue, géologue ou botaniste, vous succomberez à la douceur de ce terroir. Que ce soit lors des veillées ou à l'occasion de la visite d'un village, il saura faire revivre pour vous l'histoire et la légende...

■ PROGRAMME

JOUR 1

Albi - Castelnau-de-Montmirail

Rendez-vous à Albi. Découverte de la ville, visite de la cathédrale Sainte-Cécile, du musée de Toulouse Lautrec... Transfert et installation pour 5 nuits à Castelnau-de-Montmirail, village fortifié aux belles rues et maisons à colombage.

Temps de transfert : 30min.

JOUR 2

Vieux - Vignoble de Gaillac

Au départ de l'hôtel, boucle vers Vieux sur les coteaux de la rive droite du Tarn, puis traversée du vignoble de Gaillac, l'un des plus anciens de France, au milieu de paysages vallonnés et boisés.

Temps de marche : 3 à 4h. Distance : 10 à 15km. Dénivelé : + 300m / - 300m.

JOUR 3

Puycelsi - Forêt de La Grésigne

Court transfert jusqu'à Puycelsi, classé parmi les plus beaux villages de France. Perché sur son piton rocheux, il domine de 150 mètres la vallée de la Vère. Départ pour la forêt de La Grésigne par le chemin du patrimoine conduisant des rochers de Puycelsi à la plus haute futaie de chênes de la région Midi-Pyrénées. Retour à Puycelsi et visite de ce village chargé d'histoire.

Temps de marche : 4h. Distance : 11km. Dénivelé : + 300m / - 300m.
Temps de transfert : 30min.

JOUR 4

Bruniquel - Château de Montricoux - Château de Bruniquel

Transfert à Bruniquel lui aussi classé parmi les plus beaux villages de France. Boucle le long des berges de l'Aveyron avec visite du château de Montricoux. À côté, le donjon templier de Montricoux. Retour à Bruniquel, petit village médiéval du Quercy et visite des châteaux de Bruniquel surplombant l'Aveyron.

Temps de marche : 3 à 4h. Distance : 12km. Dénivelé : + 250m / - 250m.
Temps de transfert : 50min.

JOUR 5

Penne - Rocher de Suquets - Château de Penne

Transfert au charmant village médiéval de Penne d'Albigeois accroché sur son roc. Boucle par le Hameau d'Amiel offrant une vue en perspective sur les falaises de l'Aveyronnet montée au Rocher de Suquets pour profiter de son magnifique belvédère sur le château. Retour à Penne, visite de ses ruelles et de son château, ultime refuge cathare. Sur la route du retour, arrêt aux ruines de l'ancienne Commanderie des Templiers de Vaour.

Temps de marche : 3 à 4h. Distance : 12km. Dénivelé : + 250m / - 250m.
Temps de transfert : 1h.

JOUR 6

Cordes-sur-Ciel - Albi

Court transfert jusqu'à Cordes-sur-Ciel, joyau de l'art gothique civil, élu Village préféré des Français en 2014. Belle boucle permettant de profiter de somptueuses vues sur la bastide et passant par la grotte Meulière et les ruines de la chapelle Saint-André. Balade dans les rues tortueuses et les maisons séculaires de cette bastide, construite en 1222 par le comte Raymond VII de Toulouse. Transfert à Albi pour une découverte de nuit. Nuit à Albi.

Temps de marche : 3 à 4h. Distance : 10km. Dénivelé : + 200m / - 200m.
Temps de transfert : 1h.

JOUR 7

Fin du séjour

Dispersion après le petit déjeuner.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

En fonction de la saison, 2 itinéraires sont possibles : au printemps, nous éviterons la forêt de la Grésigne, l'humidité de la forêt contraignant quelque peu la randonnée. Durant l'été et l'automne, nous passerons davantage en forêt. Les points d'intérêt seront donc différents en fonction du parcours (archéologie, lecture de paysage, histoire...).

Ce séjour existe aussi en formule "Liberté" ([FR2ALBI](#))

■ INFORMATIONS PRATIQUES

DATES DE PROGRAMMATION

Le programme du séjour du 14 juillet 2019 est susceptible d'être adapté en fonction de l'étape du Tour de France du 17 juillet 2019.

RENDEZ-VOUS

A 14h en gare d'Albi.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à Albi après le petit déjeuner.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

EN TRAIN : La gare d'Albi ville reçoit les trains en provenance de Paris ou Toulouse. Le lieu de rendez-vous est situé devant la gare SNCF d'Albi ville. Pour de plus amples renseignements concernant les tarifs et les horaires de train, téléphoner au 36 35.

EN AVION : Aéroport le plus proche est celui de Toulouse-Blagnac (situé à 85 Km d'Albi). De l'aéroport de Toulouse, prendre la navette jusqu'à la gare SNCF, puis le train jusqu'à Albi.

EN VOITURE : de Toulouse, prendre la A68 jusqu'à Albi. Le lieu de rendez-vous est situé devant la gare SNCF d'Albi ville.

COVOITURAGE

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à : [Blablacar](#). C'est simple et pratique.

Vous pouvez aussi nous téléphoner au 05 62 97 46 46, si vous souhaitez savoir si d'autres personnes du groupe habitent dans la même région que vous. Nous pourrions vous mettre en contact.

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [Comparabus](#). Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

PARKING

Vous pouvez trouver l'information concernant le stationnement sur ce site Internet : <http://www.albi-tourisme.fr/fr/pratique/le-stationnement.html>

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Grand Hôtel d'Orléans (<http://www.hotel-orleans-albi.com>), 1 pl. Stalingrad à Albi (81), Tél : 05 63 54 16 56, Mail : hoteldorleans@wanadoo.fr

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

3 à 5 heures de marche par jour pour 10 à 15 km et un dénivelé maximum de 400 m.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état, spécialiste de la région et sensible aux thématiques culturelles abordées au cours du séjour.

HÉBERGEMENT

5 nuits en hôtel***, dans une authentique bâtisse du XVIIèmes siècle avec terrasse et piscine, certaines chambres dominant la place des arcades, véritable chef d'oeuvre médiéval d'un des plus beaux villages de France. 1 nuit en hôtel*** au cadre élégant et chaleureux avec terrasse et piscine au cœur d'Albi, patrimoine mondial de l'UNESCO.

REPAS

Les petits déjeuner seront pris à l'hébergement. Nous dînerons dans un agréable restaurant à l'accueil convivial et aux excellents desserts maison, accolé à l'hôtel. Nous pique-niquerons les midis.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis. De manière exceptionnelle, nous pouvons être amenés à vous solliciter quelques jours ou semaines avant le départ pour utiliser votre véhicule personnel, moyennant une indemnité forfaitaire. Vous n'aurez évidemment aucune obligation d'accepter cette proposition, mais sachez que les personnes transportées et le véhicule utilisé seront assurés « tous risques » par nos soins.

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons, les visites non indiquées dans le programme, les frais d'inscription et l'assurance. Un document synthétique sur les Bastides Albigeoises est inclus dans le prix.

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VÊTEMENTS

Vêtements et matériel à emporter sont à adapter selon la saison

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants fins
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATÉRIEL À EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)

- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

LE MATÉRIEL FOURNI PAR LA BALAGUÈRE

- le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

■ EN SAVOIR PLUS...

INFOS REGION

Les Bastides, villes du Moyen-Age

Un anneau de villages, au nord du Tarn, forme le circuit des Bastides Albigeoises. Elles furent créées à partir des XII^e-XIII^e siècles, à l'initiative de seigneurs ou de rois ; les bastides ont la particularité de s'organiser autour d'une place ou d'une halle, en jouissant bien évidemment d'une situation géographique exceptionnelle. Voici la description de quelques bastides que vous découvrirez :

Cordes-sur-Ciel : Cette ancienne bastide fut fondée en 1222 au sommet d'une colline isolée ; c'est certainement l'un des plus beaux villages de France, avec ses maisons anciennes (du XIV^e siècle), ses porches, son église Saint Michel.

Castelnau de Montmiral : Castelnau est un site incontournable, avec des fortifications remarquablement bien conservées. La Bastide fut construite par Raymond VII ; maisons anciennes en pierre et colombages, place avec des arcades et piliers en bois constituent un décor pittoresque, dominé par la Tour Toulze.

Penne : L'origine de Penne remonte au début de l'humanité, lorsque des groupes de personnes se sont installés dans les gorges calcaires de l'Aveyron. Du château bâti au XIII^e, il ne reste que des ruines qui surplombent le village aux vieilles ruelles pavées, bordées de maisons de pierre. Dressée sur son étroit piton rocheux, Penne domine la campagne et les forêts.

Puycelci : Tout près de la forêt de La Grésigne, Puycelci est une magnifique bastide protégée par 800 mètres de remparts. Bâtie avant l'An 1000, elle fut dotée d'une enceinte démantelée en 1229 par Simon de Montfort, puis fut reconstruite par la suite. Portes et tours anciennes, chapelle et même quelques maisons gothiques.

Bruniquel : Classé « L'un des plus beaux villages de France », Bruniquel comprend deux châteaux du XIII^e et XV^e siècles sur une falaise de 80 mètres au-dessus de l'Aveyron. La maison d'hôtes s'appuie sur l'ancien rempart du XV^e siècle. Le commerce des épices et des draps ainsi que la culture du Safran en ont été sa richesse, d'où un très grand nombre de très belles maisons datant du Moyen-Âge...

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/25000^eme. IGN Série bleue « Bruniquel ; Penne » N2141 Est
- Carte au 1/25000^eme. IGN Série bleue « Vaour-Cordes » N2241 Ouest

BIBLIOGRAPHIE

- « Le vrai Visage du Catharisme ». A. Brenon. Ed. Loubatières
- « Occitanie. Terre de fatalité » (3 tomes) Jacqueline Luquet-Juillet. Ed. DERUY.
- « Eloge de la marche ». D. Le Buiton. Ed. Métailié.
- « Marcher, méditer ». de M. Jourdan. Ed. Albin Michel

SUR LE WEB

- <http://www.cordes-sur-ciel.org>
- <http://www.multimania.com/montmiral>

ADRESSES UTILES

- Office de tourisme de Bruniquel, tél : 05 63 67 29 84

■ ASSURANCES

NOUS VOUS PROPOSONS EN PARTENARIAT AVEC ASSURINCO 3 FORMULES AU CHOIX :

Forfait N°1 : Assurance annulation : 2,6 %

Cette assurance comprend le remboursement des sommes engagées, déductions faites des frais d'inscription et du coût de l'assurance. Dans le cas d'une annulation, vous devez nous informer le plus rapidement possible par écrit, afin de ne pas laisser courir les pénalités d'annulation. Les événements garantis en cas d'annulation : accident, maladie, décès de l'assuré ou de son conjoint, des ascendants et descendants, de licenciement économique, de modifications de congés (voir conditions d'annulation).

Forfait N°2 : Assurance multirisque Annulation + Assistance rapatriement : 3,8 %

Ce contrat comprend :

- l'assurance annulation décrite ci-dessus
- l'assistance médicale rapatriement et transport
- La garantie interruption de séjour
- La garantie "Départ impossible toutes causes" (ex : nuage de cendres)
- La garantie "Retour impossible" (ex : nuage de cendres)
- Vol, perte ou destruction des bagages

Forfait N°3 : Complémentaire assurances CB premium 2,8 %

Pour bénéficier de ce forfait, il faut impérativement bénéficier des garanties d'une carte bancaire multiservices proposant une assurance annulation et une assistance rapatriement.

Ce forfait complémentaire assurances CB Premium vient en complément des plafonds et des garanties des cartes. Ex : Visa 1er, Gold mastercard, Infinite, platinum.

Attention : En prenant uniquement le forfait n° 1 (assurance annulation seulement), cela signifie que vous ne souscrivez pas à notre contrat d'assistance rapatriement et que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes.

Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Consultez sur notre site l'ensemble des garanties.

■ LE LABEL ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

Le label « Agir pour un Tourisme Responsable » est contrôlé par ECOCERT.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. Le label impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;

- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la [Charte Ethique du Voyageur](#) que vous trouverez dans votre **ESPACE CLIENT** et qui vous accompagnera dans cette démarche.

Plus d'informations sur l'association ATR sur
www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère, 48 Route du Val d'Azun, 65400 Arrens-Marsous

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour,
faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

