

AVEYRON
VIVRE **VRAI**

L'OUSTAL
PONT-LES-BAINS • AVEYRON
Une maison familiale

Séjour Randonnées pédestres
VALLON DE MARCILLAC
EN ROUERGUE

Rando Tourisme
Grands sites, Paysages et Gastronomie

LE TRAIN 11

Séjour du Dimanche 8 au Dimanche 15 Septembre 2019

Dimanche 08/09/19

Arrivée en cours d'après-midi (17h/17h30) au Village de Vacances : **Pont-Les-Bains**
Village de Vacances Classé « 3 étoiles » par le Ministère du Tourisme
Installation - Apéritif d'accueil – Repas



Lundi 09/09/19 - 10 km Salles la Source

Matin : **Groupe 1** : 10 km – 390 m de dénivelé - Salles La Source
Groupe 2 : 8 km – 300 m de dénivelé - Salles La Source
Groupe 3 : 4 km – 130 m de dénivelé - Le Ture

A voir en chemins : Village de Salles la Source, Eglises Romane Saint-Paul et Saint-Austremoine, points de vue nombreux et variés.

Déjeuner au Village de Vacances

Après-Midi : Salles la Source, visite du **Musée du Rouergue, Arts et Traditions Populaires en Rouergue.**

Musée du Rouergue, sous ce nom regroupent plusieurs musées de la région présentant divers aspects de la vie du Rouergue. Le musée de Salles La Source est installé dans une ancienne filature du début du 19^e s. L'architecture justifie déjà la visite : belle maçonnerie en tuf calcaire, colonnes de pierres et de bois, charpente en carène de vaisseau, à la Philibert. Les collections sont exceptionnelles et les visites commentées en font un lieu vivant qui vous mènera pour un voyage inoubliable au cœur de la société traditionnelle rouergate.



Soirée : Soirée **Entre Gorges et Causses** – Spectacle audio visuel
« L'Aubrac – Les Gorges du Tarn - Le Vallon de Marcillac »

Mardi 10/09/19 20 km - Le Vallon de Clairvaux

Au cœur du vignoble, de points de vue en fonds de vallée, vous serez saisis par les contrastes entre le grès rouge et le calcaire doré qui témoignent de la variété paysagère de la région. Vous ferez aussi un beau voyage dans le temps en découvrant le bourg monastique de Clairvaux et les deux seigneuries rivales que sont Panat et Cassagnes-Comtaux.



Groupe 1 : 20 km – 600 m de dénivelé – Clairvaux / Bruéjous / Serres / Cassagnes / Clairvaux
Groupe 2 : 15 km – 550 m de dénivelé – Clairvaux / Puot / Serres / Cassagnes / Clairvaux
Groupe 3 : 7,5 km – 80 m de dénivelé – Dolmens de Seveyrac / Serres / Montfranc / Clairvaux

Repas tiré du sac

En fin d'après-midi : rencontre/dégustation chez un viticulteur du Vallon à Clairvaux

Soirée : **Soirée dansante** avec accordéoniste + accompagnement (Bébert et Williams Barry).

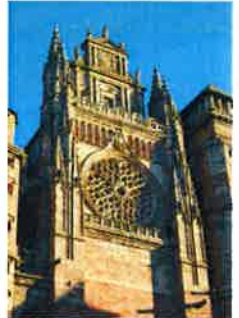
Mercredi 11/09/19 - 40 km Vanc / Trinquès - Rodez

Matin : Randonnée pédestre : **Trinquès ou La Vallée de Vanc**
Groupe 1 : 10,5 km – 380 m de dénivelé - Trinquès
Groupe 2 et **Groupe 3** : 5 km – 250 m de dénivelé - Vanc

Déjeuner au Village de Vacances

Après-Midi : **Rodez**, cité bimillénaire. Visite guidée de la **Cathédrale Notre Dame** et shopping dans la vieille cité.

Capitale du Rouergue, **Rodez** est situé au cœur du triangle Toulouse, Montpellier, Clermont-Ferrand, ce qui lui confère le rôle de ville relais, qu'elle remplit aisément grâce à ses nombreux équipements et services. Rodez, dans son manteau de grès rouge allie tradition et modernisme. La ville est perchée sur les hauteurs où trône la cathédrale Notre Dame, chef d'œuvre gothique construit du XIIIe au XVIe siècle



Soirée : **Soirée Jeux** (*cartes, dominos, triominos, scrabble...*).

Jeudi 12/09/19 - 180 km Villefranche de Rouergue - Ferme Carles - Najac

Journée : Balade Gourmande entre deux bastides

Région du bon vivre et du bien manger par excellence, l'ouest du département offre une mosaïque de paysages contrastés.

La bastide royale de **Villefranche de Rouergue** a conservé sa vocation de ville d'échanges, active, gaie, animée. Témoin le marché coloré du jeudi matin, où parfums et saveurs du Rouergue se mêlent aux accents de la langue occitane.

Ville nouvelle du Moyen-âge, **Villefranche de Rouergue** est fondée en 1252 par Alphonse de Poitiers, Comte de Toulouse et frère du roi Saint Louis. Son plan est caractéristique des Bastides : très régulier, avec des rues se coupant à angle droits, convergeant vers la place centrale bordée de couverts, lieu privilégié des activités commerciales, aujourd'hui place du marché.



Le Monteils, Musée du Cuivre, visite d'un *élevage de canards*,
Ferme Carles.

Dans sa ferme de Monteils, Jacques Carles mitonne au feu de bois confits et fritons, dans de grands chaudrons de cuivre dont il possède une rutilante collection. Il vous fait visiter son élevage avec une bonhomie communicative. La dégustation : foie gras, rillettes, saucisses... est digne d'un récit de Pantagruel.



Déjeuner au Monteils : La Table Paysanne.

1^{er} Prix des Vacances en France 2000 décerné à La Ferme Carles par Le Bottin Gourmand, la FNCDT, le SNAV et le Salon des Vacances en France.

Le Gault et Millau dans son édition Guide France 2010 remet deux toques et un coup de cœur à Jacques CARLES de la table paysanne à Monteils « délicieux, rare et authentique »

Après-Midi : continuation vers **Najac**, "*Un des plus Beaux Village de France*" forteresse royale du XI^e, petite halte dans la bastide.

« Belle et invincible », **Najac** doit sa réputation à sa puissante forteresse du XIII^e siècle. Depuis le château, vue stupéfiante sur les toits de schistes s'échelonnant le long d'une arête rocheuse et sur la vallée de l'Aveyron qui ceinture le village.



Soirée : **Spectacle de chansons françaises**

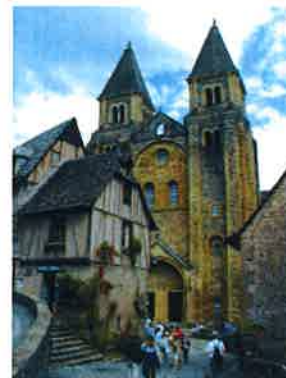
Vendredi 13/09/19 - 70 km Vallée du Lot : Conques

Matin : **Groupe 1** : 7,5 km – 340 m de dénivelé – Ste Foy
Groupe 2 : 6 km – 220 m de dénivelé – Cousavy
Groupe 3 : 4,5 km – 110 m de dénivelé – Parcours de santé

Repas chaud à 12h qui vous sera transporté jusqu'à Conques sur les berges du Lot

Après-midi : Visite guidée du Village, de l'abbatiale et du tympan du jugement dernier

Conques est un magnifique petit village, niché au creux d'une gorge sauvage, où de vieilles maisons à pans de bois, recouvertes de lauzes, se serrent autour d'une vaste église romane ornée du célèbre tympan du jugement dernier (XII^e siècle), classé patrimoine mondial par l'Unesco, et éclairée par les vitraux de Soulages, abritant près de 250 chapiteaux sculptés. De plus, grâce aux reliques de Sainte Foy apportées d'Agen en 846, CONQUES est devenu une étape majeure sur les chemins de Saint Jacques de Compostelle, et abrite un trésor considéré comme l'un des plus riches de l'orfèvrerie religieuse du XI^e au XVI^e siècle.



Soirée : Soirée Vidéo : « Sur les chemins de La Transhumance vers Aubrac »

Samedi 14/09/19 - 60 km Fijaguet - Belcastel

Matin : **Groupe 1** : 8,5 km – 300 m de dénivelé – Limagne
Groupe 2 : 8 km – 150 m de dénivelé – Marcillac (aller/retour)
Groupe 3 : 4 km – 150 m de dénivelé – Marcillac (aller) + Visite du Village

Déjeuner au Village de Vacances

Après-Midi : **Belcastel**, *un lieu élu pour les émotions de l'âme.*

Visite guidée, historique du village et du château, visite de l'église et commentaires sur le tombeau et sur le pont.

Au bord de la rivière Aveyron, **Belcastel** est un village de carte postale avec son château dominateur du XIIe siècle. Dans ce décor d'exception, l'architecte Fernand Pouillon fut émerveillé par ce site et mit sa passion et son talent à la restauration du château.



Soirée : **Dîner Festif**

Dimanche 15/09/19

Matin : Départ dans la matinée après le petit déjeuner

Randonner, ce n'est que faire la moitié du chemin, l'autre moitié, de loin la plus importante, c'est la découverte en profondeur du pays traversé, des gens qui y vivent et vous y accueillent.