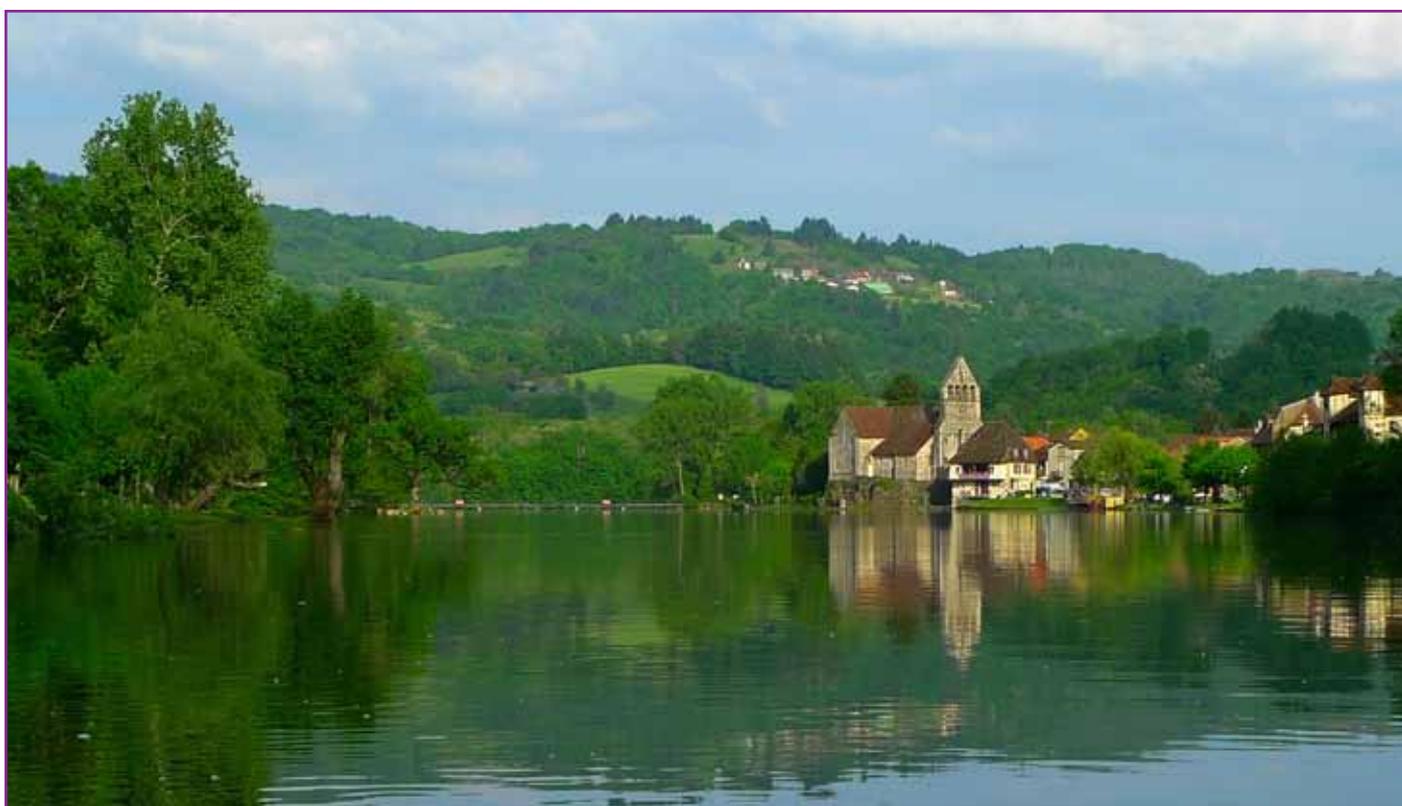


# La Vallée de la Dordogne

6 JOURS - 6 NUITS - 6 jours de randonnée en étoile

## FICHE TECHNIQUE

Niveau :



Site classé « Réserve Mondiale de Biosphère » par l'UNESCO, située au croisement de l'Auvergne, du Limousin et du Périgord, découvrez les paysages vallonnés du Haut-Quercy.

Territoire traversé par 50 000 ans d'histoire, riche d'un patrimoine médiéval exceptionnel, visitez entre autres, 8 sites classés parmi les « Plus Beaux Villages de France ».

Profitez d'un hébergement de qualité au coeur d'une campagne reposante, idéalement situé pour découvrir la région et se ressourcer.

Vous serez guidé par un membre du bureau des accompagnateurs de la montagne limousine (BAML), titulaire du brevet d'état d'accompagnateur en moyenne montagne.

Tous les membres du bureau exercent essentiellement dans le massif central : Limousin, Cantal, Sancy et Aubrac, mais aussi Lot et ailleurs.



*Votre guide vous fera découvrir la vallée de la Dordogne entre Corrèze et Lot, riche en ressources patrimoniales et aussi en terme de randonnées. .*

### **Niveau physique :**

Niveau 3 : Pour randonneur de niveau intermédiaire (4 à 7 heures de marche effective quotidienne) en bonne condition physique.

La randonnée s'effectue sur sentiers entre 250 m et 600 m d'altitude. Le portage consiste uniquement au transport des affaires de la journée.

Ce circuit de dénivelée moyenne (< 600 m par jour) est accessible à toute personne en bonne condition physique.

### **Niveau technique :**

Nous marchons sur un terrain avec quelques montées et descentes un peu raides. Le terrain est souvent composé de racines, de pierres, avec quelques passages dans des zones humides.

Cependant, il n'y a pas de difficulté technique majeure et ce séjour randonnée s'adresse à un large public habitué de la randonnée.

*Le château de Turenne, siège de la vicomté de Turenne, fut un état dans l'état, une principauté autonome jusqu'à sa cession à la Couronne en 1738. Charles Godefroy de Turenne, couvert de dettes, dut vendre la vicomté à Louis XV pour 4200000 livres : acte qui mettait fin à la quasi-indépendance de la vicomté.*



## Repas - Logement - Restauration :



**Vous serez accueillis au Domaine des Escouanes par Colette et Bruno.**

Le gîte « Virgine » sera votre maison pour toute la durée de votre séjour. D'une capacité de 12 à 15 personnes et classé 3 étoiles, cette ancienne grange entièrement restaurée offre tout le confort nécessaire pour passer un séjour agréable.

A l'étage, 6 chambres doubles et 1 chambre triple, toutes modulables, pour s'adapter à vos besoins (toutes non-fumeur), 5 salles d'eau/wc.

Au rez de chaussée, une grande salle à manger + salon, une grande terrasse avec barbecue, une cuisine équipée, un espace « bar », une buanderie, toilettes, salle de jeu...

Le parc entourant le gîte est composé d'une piscine de 6mx12m protégé d'un volet roulant (ouverte des vacances de Pâques à Fin Septembre et réservée exclusivement à la clientèle des gîtes), une douche solaire, des transats, une aire de pétanque et une aire de basket, le tout dans une cadre verdoyant.



Les menus sont élaborés et préparés par David, traiteur de la Maison Calmon fondé en 1885. Chaque jour, il vous préparera un pique-nique composé, entre autre, d'une salade et d'un sandwich pour le déjeuner et un vrai repas chaud

pour le dîner, à partager tous ensemble autour d'une bonne table.

### Menu

- Salade de tomate et mozzarella
- Foie gras et chutney sur pain d'épices
- Suprême de pintade aux cèpes, risotto et légumes
- Parmentier de canard
- Tartes aux noix, aux fraises, aux pommes
- Salade de fruits frais

Pour vous mettre l'eau à la bouche voici un exemple de proposition



**JOUR 1 : Arrivée possible au gîte des Escouanes (46130) à partir de 17h00. A 18h30, rendez-vous avec votre accompagnateur pour la présentation détaillée de votre séjour.**

### **JOUR 2 : Martel en Quercy**

Le village aux 7 tours et le commerce du Moyen-âge  
*17 km - 450 m de dénivelée - 6h de marche*



Ancienne cité marchande de la Vicomté de Turenne, Martel est aujourd'hui connue pour son marché aux truffes. Elle présente une architecture riche héritée de son passé de comptoir commercial, d'où elle tient son surnom de « Ville aux 7 tours ». Le plateau calcaire qui l'entoure est un concentré de formation karstique très favorable à la découverte de ce terroir.

### **JOUR 3 : La Vicomté de Turenne**

Terre d'indépendance et de prospérité  
*17 km - 500 m de dénivelée - 6h de marche*

Perché sur son promontoire, le château des vicomtes de Turenne domine toute la vallée de la Tourmente, petit affluent bien nommé de la Dordogne. Pendant plus de 900 ans, la vicomté prospéra à travers le Bas-Limousin, le Haut-Quercy et le Périgord Noir grâce, notamment, à ses nombreux privilèges. Elle posa les bases de l'histoire et du patrimoine local et donna plusieurs personnages d'envergure nationale qui marquèrent l'histoire de France.



## JOUR 4 : Collonges la Rouge

Randonnée sous les châtaigniers et visite du célèbre village de grès rouge  
*16 km - 600 m de dénivelée - 6h de marche*

Lieu de villégiature de la bourgeoisie de la Vicomté de Turenne, Collonges-la-Rouge vous offre un cadre unique, fait de castels et de maisons nobles. Situé à proximité de la faille géologique de Meyssac, le village s'est construit des grès rouges issus des profondeurs de la Terre qui lui donnent un cachet sans pareil. Votre balade autour de Collonges vous fera passer du Bassin Aquitain au Massif Central et traverser près de 160 millions d'années en quelques pas.



*Village labellisé « Plus Beaux Villages de France », il héberge le siège national de l'association du même nom. Collonges la Rouge est un lieu propice à la randonnée, étant aussi une étape sur la «Voie de Rocamadour», variante du pèlerinage de Saint Jacques de Compostelle.*

## JOUR 5 : Curemonte et Beaulieu sur Dordogne

La rivière Espérance et la vie des gabarriers  
*18 km - 500 m de dénivelée*

Une journée organisée en deux temps et deux « petites randonnées » de 8 et 10km pour découvrir 2 sites remarquables et pittoresques.

Du haut de son éperon gréseux, Curemonte surveille la vallée verdoyante de la Sourdoire, petit affluent de la Dordogne. Ce paysage bocager, ponctué de bois et de haies, a su préserver son charme d'antan, celui donné par l'amour de la terre et le travail de l'Homme. Plus à l'est, Beaulieu veille sur la rivière Dordogne. La vallée fut longtemps un axe de communication propice aux échanges commerciaux et aux brassages culturels de l'Auvergne au Bordelais, du Bassin Aquitain au Massif Central. Au XIXème siècle, la rivière voyait même descendre des bateaux chargés de plusieurs tonnes de bois à destination du vignoble bordelais. Beaulieu vu donc passer bon nombre de ces embarcations, avec leurs équipages composés d'homme du pays, forestiers ou agriculteurs, partant sur les eaux « marchandes » et tumultueuses du printemps et de l'automne. Vous découvrirez leur histoire...



Curemonte

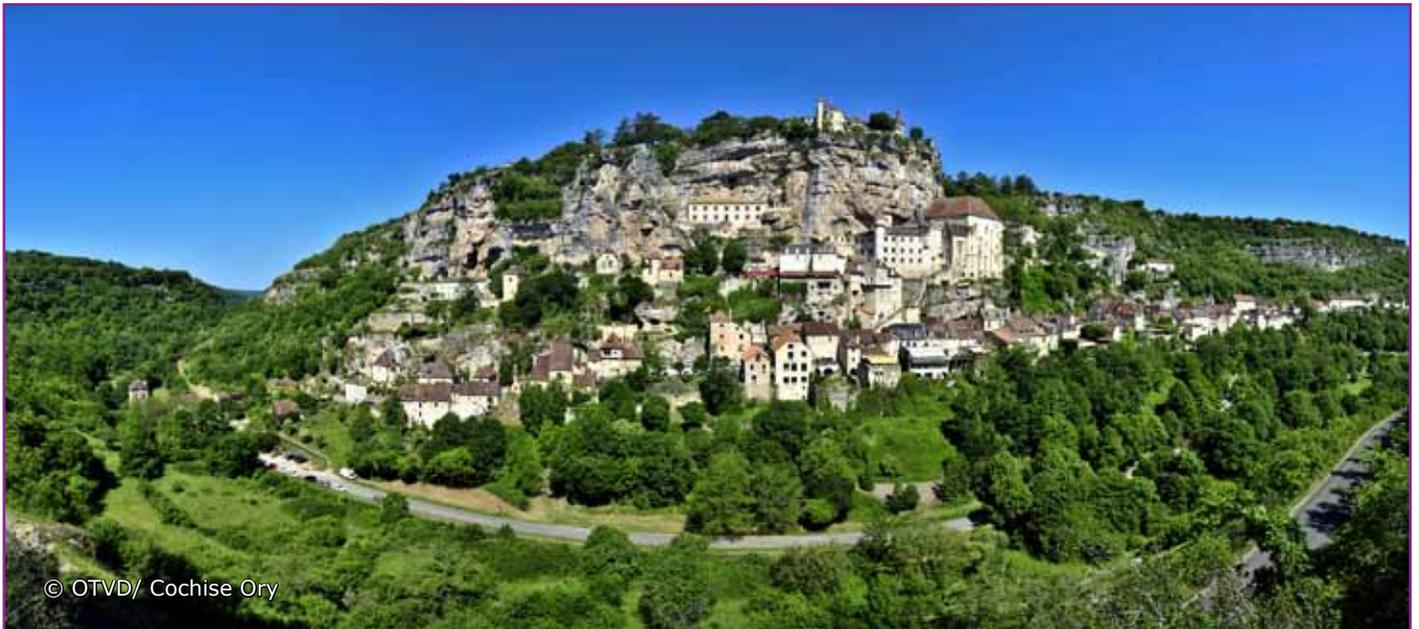


Beaulieu sur Dordogne

## JOUR 6 : La cité de Rocamadour et les canyons de l'Ouyse et de l'Alzou

Une journée au cœur des Causses du Quercy  
17 km - 600 m de dénivelée - 6h30 de marche

Dès le Moyen Age, la cité mariale et son pèlerinage ont durablement marqué le causse quercinois et sa population. Vous visiterez les canyons de l'Ouyse et de l'Alzou, zones classées « Espaces Naturels Sensibles », où les vestiges du passé témoignent bien de l'importance du pèlerinage et de l'essor économique qu'il entraîna.



© OTVD/ Cochise Ory

Rocamadour

## JOUR 7 : Loubressac et le Cirque d'Autoire

Quand le patrimoine se conjugue avec l'environnement...

15 km - 500 m de dénivelée

Découvrez deux des plus beaux villages de France, à pied et en moins de deux heures, c'est possible ici. Ils vous attendent, l'un posé sur les rebords du Causse du Quercy, faisant face à la forteresse médiévale de Castelnaud ; l'autre installé dans un cirque minéral et surveillé par le « Château des Anglais » et les brebis caussenardes à lunettes.



Gauche : cascade d'Autoire  
Milieu : château des anglais et cirque d'Autoire  
Droite : Loubressac

Type de séjour	Séjour Randonnées en étoile accompagnées
Niveau requis	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Encadrement	Diplôme d'Etat Accompagnateur en Montagne
Nombre de participants	Départ assuré à partir de 8 personnes, 15 personnes maximum
Dates / Période	De Mai à Octobre
Hébergement	Séjour en pension complète, du diner du jour 1 au déjeuner du jour 7. Chambres de 2 à 3 personnes avec salle d'eau.
Repas	Petits-déjeuners au gîte, piques-niques à emporter pour le déjeuner, repas chauds cuisinés par un traiteur pour le dîner.
Lieu d'arrivée et de départ	Domaine des Escouanes, lieu-dit Iles des Escouanes, 46130 Prudhomat. Arrivée à partir de 17h00.

## Les + du séjour

- Séjour en Vallée de la Dordogne (Réserve Mondiale de Biosphère / UNESCO)
- Découverte de Rocamadour et du Parc Naturel Régional des Causses du Quercy.
- Visite de 8 sites classés parmi les « Plus Beaux Villages de France ».
- Hébergement en chambre de 2 à 3 personnes au sein d'un parc arboré.
- Randonnées accompagnées et commentées par un moniteur diplômé d'état.

**LE PRIX COMPREND (de l'accueil à la dispersion) :**

- La pension complète, du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 7.
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé, spécialiste de la région.
- Les draps et serviettes de toilette.
- Les frais d'organisation et de réservation.

**LE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Les boissons.
- Les taxes de séjour.
- Les frais d'adhésion (1 €/personne)
- Les frais de dossier (10€ par dossier)
- Les frais d'assurance éventuelle.
- Le transport aller/retour sur le lieu du séjour.
- Les transports pendant le séjour.
- Les dépenses personnelles.

---

**ACCES**

**Si vous venez en voiture :**

**Depuis l'autoroute A20 (Paris, Toulouse).**

**En venant de Paris / Brive-la-Gaillarde : sortie 52 direction Noailles. Suivre la D158 direction Noailles, puis la D8 direction Turenne. Suivre ensuite la D720 direction Vayrac puis la D803 direction Bretenoux. Lors du contournement de Puybrun, tourner à droite sur la D3 puis suivre la direction Tauriac.**

**En venant de Toulouse / Souillac : sortie 55 direction Martel. Suivre la D803 direction Vayrac puis Bretenoux. Lors du contournement de Puybrun, tourner à droite sur la D3 puis suivre la direction Tauriac.**

**A Tauriac, traverser le village en direction du plan d'eau, continuer tout droit en direction de Îles des Escouanes. Au croisement après le petit pont sur le canal, tourner à gauche sur la petite route puis à droite sur le chemin carrossable à 40m.**

**Pensez au co-voiturage : si vous le souhaitez nous pouvons transmettre vos coordonnées à d'autres participants proches de chez vous.**

## ENCADREMENT

Votre accompagnateur en montagne, diplômé d'état est un guide local.

Il saura vous renseigner sur les particularités de l'itinéraire et ses caractéristiques techniques.

Florent, votre accompagnateur : 06 09 86 83 32

## PRECISION SUR LE NIVEAU REQUIS

Ce séjour est classé niveau intermédiaire (3) : terrain ne présentant aucune difficulté technique.

Activité douce. Il est tout de même conseillé de pratiquer une activité sportive d'entretien. De 4 à 5 h de marche par jour et dénivelée positive de 400 à 600m. Entre 10 et 20 km de marche par jour. Le rythme de la marche est établi en fonction du groupe, et puis nous savons prendre notre temps...

## MATERIELS A PREVOIR

Pour partir en randonnée

- Une bonne paire de chaussures de marche ayant une bonne tenue de la cheville avec semelles type «Vibram» si possible vous ayant déjà servi
- Bâton de marche ou canne télescopique (selon les goûts de chacun)
- Vêtement de pluie (cape), coupe-vent, casquette
- Veste imperméable et respirante.
- Polaire et pull-over
- Pantalon de marche, short
- Lunettes de soleil
- Paire de gants fins type polaire
- Bonnet
- Plusieurs paires de chaussettes
- Sous-vêtements de rechange
- Une serviette de toilette
- Crème solaire, stick à lèvres
- Boite plastique hermétique type «Tupperware» (contenance 1 litre) pour conditionnement des pique-niques - couteau, cuillère et fourchette
- Gourde 1,5 à 2 litres
- Mini trousse à pharmacie avec élastoplast, biogaze, désinfectant...
- Lampe de poche (frontale de préférence)
- Votre appareil photo
- Un sac à dos confortable (minimum 30 litres) avec sur-sac en cas de pluie
- Une gourde ou une poche à eau (1,5 litre minimum)

### Pour le soir, au gîte

Chaussons, espadrilles

Nécessaire de toilette

Et pour le tout plein de bonne humeur !

## PRECISIONS EN CAS D'INTEMPERIES :

En cas d'intempéries compromettant le bon déroulement de votre programme, nous avons sélectionné des activités de qualité qui pourront vous être proposées en cas de besoin. Quelques exemples ci-dessous :

Des visites de monuments historiques: le château de Castelnaud-Bretenoux, le moulin fortifié de Cougnaguet, le château de Montal.

Des fabriques de produits locaux: la distillerie Denoix, les apéritifs et confiture de Lou Pé dé Gril, la Brasserie Corrézienne.

Des musées et sites de visites: Musée Jean Lurçat, Musée de l'Automate, le Chemin de fer touristique du Haut-Quercy.

Des sites naturels remarquables: Gouffre de Padirac, Grotte de Lacave, Gouffre de la Fage...



*Entre nature, histoire et patrimoine,  
vous découvrirez toutes les richesses  
de la vallée de la Dordogne avec votre  
accompagnateur.*



### **Formalités administratives et sanitaires**

Aucune formalité spécifique n'est demandée pour ce séjour. Nous vous prions de bien vouloir vous reporter à nos conditions de ventes pour toutes informations complémentaires concernant ce point.

### **Autres informations**

Les animaux ne sont pas acceptés.

### **Assurance**

Il est indispensable de posséder une garantie multirisque bien adaptée. De ce fait, et conformément à la loi qui régit notre profession, il vous sera systématiquement proposé de souscrire une assurance multirisque, à savoir annulation de voyage, bagages et effets personnels, frais d'interruption du séjour et assistance, qui ne peuvent être dissociés. La souscription à l'assurance se fait au moment de l'inscription. Elle est facturée à 4% du prix TTC du séjour. En cas de souscription chacun est responsable du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Vous êtes donc tenu de lire attentivement les conditions qui régissent le contrat d'assurance et de le conserver durant tout le séjour.

### **Mentions légales**

Association APPAAT Millevaches, siège social : Chez M GRASSER Stéphane, lieu-dit Les Salles 23340 GENTIOUX-PIGEROLLES - SIREN 804 388 965 ; code APE : 9499Z ; RCP 128 994 705 : SARL SAGA-BP 27-69921 OULLINS ; Immatriculation au registre des opérateurs de voyages : IM023140001 ; Garantie financière 4000713224/0 : Groupama Assurance-Crédit, 5 rue du centre – 93199 Noisy-Le-Grand Cedex.