



RETRAITE SPORTIVE REGION LIMOURS - RSRL

PROGRAMME PREVISIONNEL

Séjour du au 15 au 22 mai 2016

*Au cœur du Territoire « Causses et Cévennes »
classé au Patrimoine Mondial de l'UNESCO*

LE ROC NANTAIS - NANT – 12230 – SUD AVEYRON

J1 : Arrivée dans l'après-midi, installation, cocktail de bienvenue. Dîner. Soirée libre.

J2 : NANT - Bourg médiéval – CANTOBRE – Village perché

Visite du village de Nant, bourg médiéval avec sa pâtisserie artisanale, dégustation de galettes de templiers. Départ pour Cantobre. Pour tous, déjeuner-buffet livré et servi à Cantobre.

***Marcheurs** : rando au Roc Nantais avec descente sur Cantobre. Déjeuner-buffet. Retour par le sentier longeant la Dourbie.*



J3 : LE LARZAC – LA COUVERTOIRADE – CAVES DE ROQUEFORT

Départ au cœur du Larzac. Découvrez ses vastes étendues. Visite de la Cité Templière et Hospitalière, la Couvertoirade, posée au milieu d'espaces infinis. Visite du Musée des Traditions au Domaine de Gaillac : retour dans nos campagnes d'autrefois où de nombreux personnages en grandeur nature vous invitent à partager le quotidien de nos aïeux. Retour à Nant. Déjeuner au Domaine de Gaillac : Jambon à la broche. Départ pour les Caves de Roquefort. Vous découvrirez tous les secrets du mystérieux fromage. Dîner.

***Marcheurs** : rando découverte du Larzac avec visite de Couvertoirade, déjeuner à l'auberge avec le reste du groupe, puis visite des Caves de Roquefort en après-midi.*



J4 : VIADUC DE MILLAU - MONT AIGOUAL

Départ pour Millau, capitale de la Peau du Gant. Visite d'une ganterie : présentation de la chaîne de transformation de la peau et découverte du métier du gantier. Temps libre pour flâner au cœur de la vieille ville. Visite du pôle accueil du viaduc de Millau : point de vue sur l'ensemble du chef d'œuvre avec tous les aspects techniques, commentés par votre guide accompagnateur. Retour à Nant. Déjeuner. Route vers le Mont Aigoual, au cœur des Cévennes : panorama du quart de la France (du Mont Blanc à la Méditerranée). Visite de l'Observatoire météorologique et entretien avec un météorologue. Découverte des Gorges de la Dourbie. Dîner.

***Marcheurs** : rando avec panier repas en pays Cévenol, visite de l'Observatoire Météo avec l'autre moitié du groupe.*



J5 : GORGES DU TARN - AVEN ARMAND - GORGES DE LA JONTE

Découverte des Gorges du Tarn avec leurs paysages abrupts et sublimes, leurs méandres impressionnants et leurs villages collés au rocher. Arrêt à Sainte Enemie : visite du village médiéval. Déjeuner dans une ferme auberge caussenarde. L'après-midi, visite de l'Aven Armand. « Une vraie forêt de pierres », une vaste salle où entrerait sans peine Notre-Dame-de-Paris, 400 stalagmites dont la plus haute atteint 30 m (record du monde). Découvrez également les Gorges de la Jonte et ses vautours. Arrêt au Comptoir Paysan : maison de pays. Dîner. Soirée animée.

***Marcheurs** : rando sur le thème Gorges du Tarn/Causse Méjean avec déjeuner à l'auberge et visite Aven Armand.*





J6 : CIRQUE DE NAVACELLES (car extérieur) = Repos chauffeur

Matinée libre. Petit marché de pays au cœur du village. Déjeuner au Domaine. L'après-midi, départ pour le Cirque de Navacelles, un des plus beaux spécimens de méandres des Gorges de la Vis. Dîner.

Marcheurs : le matin, matinée libre. Après-midi : rando au Cirque de Navacelles.



J7 : NORIA ESPACE DE L'EAU - LE CHAOS DE MONTPELLIER-LE-VIEUX

Départ pour Saint Jean du Bruel. Le Moulin du village du 13ème siècle accueille dans ses murs NORIA. Sa visite vous permettra de mieux apprécier les enjeux liés à l'eau : l'histoire de l'eau au cœur de la vie, voyage fait de turbines et de mécanismes actionnés par la Dourbie. Déjeuner au Domaine. Découverte du Causse Noir et du site grandiose de Montpellier-le-Vieux, univers insolite de roches aux formes étranges en petit train. Dîner.

Marcheurs : le matin, randonnée autour de St Jean : La Sentinelle.

L'après-midi Montpellier le Vieux pour tous.



J8 : DEPART après le petit-déjeuner avec le panier-repas.