

Un séjour dans « Les Causses du Quercy »

Dans le cadre de ses formations thématiques géologiques, le CDRP06 vous propose un séjour dans le Parc Naturel Régional du Quercy. Ce séjour, au sud-ouest de Figeac, sera consacré à la découverte de la région entre les vallées du Lot et du Célé par des randonnées pédestres accessibles à tous. Les caractéristiques de celles-ci, indiquées ci-dessous, permettent d'avoir une idée de l'effort physique.

D'une durée de 5 jours (5 nuits), il est prévu du lundi 21 septembre au soir au samedi matin 26 septembre 2026, dates proposées par l'hébergeur.

1 Les randonnées

A partir d'un hébergement situé administrativement sur la commune d'Orniac, nous évoluerons dans des terrains vieux de 150 à 175 millions d'années, du Jurassique Moyen (Dogger) essentiellement calcaires et au relief karstique.

Les randonnées **susceptibles** d'être faites, proches de l'hébergement, seraient les suivantes:

11 Le sentier dit « Des Falaises » de Brengues

Une superbe balade dominant le Célé et sous le « Château des Anglais ».

Longueur = 6 km et dénivelé de 160 m. Durée = 3h.

12 Autour de Saint-Cirq-Lapopie

Une balade dans la vallée du Lot, au-dessus du site médiéval de Saint-Cirq-Lapopie.

Longueur = 6 km et dénivelé de 210 m. Durée = 3h.

13 L'incision du lit du Célé à Marcilhac-sur-Célé

Une balade à la découverte des nombreuses caselles (=bories) et des formes karstiques.

Longueur = 7 km et dénivelé de 160 m. Durée = 3h.

14 A la découverte des igues du Quercy de Crégols

Des igues impressionnant (gouffres d'effondrement), une résurgence et une phosphatière.

Longueur = 6 km et dénivelé de 200 m. Durée = 2 h 30.

Les durées indiquées sont approximatives (sans les arrêts).

Bien sûr, d'autres randonnées sont possibles mais plus éloignées de notre hébergement. Le choix des sorties sera fait sur place et en fonction d'éventuelles contraintes météorologiques.

2 L'hébergement

Afin de limiter le coût du stage en évitant de recourir à un hôtel, celui-là se fera dans un gîte au S-O de Figeac. La prestation comprendra le couchage et les repas (à table, et pique-niques pour le terrain), c'est-à-dire en **pension complète**.

Les chambres sont de 2 à 3 lits simples ce qui implique, selon le nombre d'inscriptions, de chambres attribuées et de l'occupation du gîte, une possible mixité hommes-femmes. Nous tenons à bien préciser ce point afin d'éviter, sur place, des protestations et autres manifestations (!).

Les chambres ne disposent pas toutes de sanitaires individuels, ceux-ci étant parfois « au bout du couloir » sous forme de salles de bains avec lavabos, douches et WC. Là encore, nous tenons à le préciser.

Les repas, comme écrit ci-dessus, seront à table pour les dîners et petits déjeuners tandis que des pique-niques seront fournis pour le midi sur le terrain.

3 Inscriptions

Dans la mesure où la Fédération impose, pour des questions d'assurance, que toute personne inscrite à une de ses activités soit licenciée, cela peut se faire de plusieurs façons:

- si vous êtes licencié(e) dans un club affilié à la FFRP, l'inscription sera à prendre directement auprès du CDRP06;
- si vous êtes licencié(e) dans aucun club, il vous faudra prendre un « Pass Découverte » (quelques euros) auprès d'un club ou d'un Comité Départemental (le CDRP06 pour les Alpes-Maritimes) et vous inscrire auprès du CDRP06.

4 La partie touristique.

Les randonnées n'étant pas longues, nous aurons du temps pour admirer des sites exceptionnels ainsi que le patrimoine architectural utilisant des matériaux de la région (églises, châteaux, ponts, habitations), comme par exemple :

- Figeac (« 2 étoiles, *Mérite un détour* » au Guide Michelin).
- Saint-Cirq-Lapopie (« 3 étoiles, *Vaut le voyage* » au Guide Michelin), classé parmi les « Plus beaux villages de France ».
- La grotte du Pech-Merle (« 3 étoiles, *Vaut le voyage* » au Guide Michelin), aux peintures pariétales vieilles de 25000 ans.
- Marcihac-sur-Célé (« 1 étoile, *Intéressant* » au Guide Michelin), avec son abbaye du XII^e siècle.
- Le prieuré d'Espagnac (« *A voir* » au Guide Michelin), fondé en 1145.
- La cascade résurgence de la Pescalerie.
- Le chemin de halage du Lot (« 1 étoile, *Intéressant* » au Guide Michelin), souvenir du halage humain des gabares sur le Lot.
- Le Belvédère de Bancourel, très beau panorama sur la vallée du Lot et Saint Cirq Lapopie.
- Le château de Cénevières (« 1 étoile, *Intéressant* » au Guide Michelin), vieux de 12 siècles ;
- Les églises romanes de la région.

5 Divers

51 Coût du séjour

Celui-ci comprendra les prestations sur le lieu d'hébergement et le terrain mais pas le coût du trajet pour se rendre et revenir de votre domicile au gîte ni celui du covoiturage sur place.

En effet, je ne veux pas imposer un covoiturage, d'une part car il peut y avoir des personnes qui désirent arriver dans le Quercy avant le séjour ou en partir après celui-ci et, d'autre part, je ne veux pas imposer une affectation dans les voitures, certain(e)s n'appréciant pas forcément la façon de conduire de tel ou telle conducteur/trice !!! Pour information, il y environ 550 km de Cannes au gîte tandis qu'il faut compter environ 200 km A/R de déplacements sur place pour gagner les lieux de randonnées.

Afin de limiter ces frais de covoiturage, une liste des inscriptions avec domiciliation géographique vous sera communiquée avant le séjour. Quant à celui sur place, indispensable pour ne pas avoir trop de voitures qui se suivent au risque de se perdre ou d'avoir des difficultés de stationnement près des départs des randonnées, il sera laissé à votre entière liberté et affinité personnelle.

Le coût du stage est fixé à **400 €** par personne pour 5 nuits en **pension complète**.

52 Cartes

Carte routière au 1/100000° TOPtourisme n° D46 de l'IGN

Carte routière au 1/75000° Toprando n° TOP75026 de l'IGN

53 Pour information

Pour tout renseignement :

Thierry de GOUVENAIN 04-93-36-97-03 thierry.degouvenain@gmail.com

Amicalement.

TdG