

Le Lot et le Haut-Quercy

Séjour du dimanche 17 au dimanche 24 septembre 2023

Caractéristiques générales :

A cheval sur l'Occitanie et la Nouvelle Aquitaine, la région du Haut-Quercy est traversée par le Lot. De Cajarc à Cahors, en passant par Saint-Cirq-Lapopie, cette vallée offre des paysages variés, sur les bords du Lot mais aussi sur le causse de Limogne. Nous découvrirons entre autres, Cahors, ville d'art et d'histoire, Saint-Cirq-Lapopie, Bouziès et la grotte de Pech Merle. Nous serons hébergés au cœur du Haut-Quercy à St Géry-Vers au « Mas de Saboth », dans un domaine de 20 ha, à 15 km de Cahors.

Hébergement et accès :

Le Mas de Saboth

46090 Saint-Géry-Vers (Lot)

GROUPES - Domaine du Mas de Saboth

Téléphone : 05.65.31.41.74

Coordonnées GPS : long. 1.54362 - Lat. 44.47756

(44°28'39"N, 1°28'39"E)



Séjour en pension complète avec pique-nique fourni le midi.

Logement en chalet, composé de deux chambres doubles ou Twin avec salles d'eau et sanitaires privés.

Accès : 784 km de La Bassée, par A1, A10, A71 et A20.

Gare la plus proche : Cahors à 15 km.

Accueil à partir de 16h00

A noter que nous devons disposer sur place de suffisamment de véhicules pour aller aux points de départ de nos balades.

Les randonnées prévues : *De difficultés moyennes (les indices seront indiqués avant les inscriptions).* L'ordre des randonnées peut être modifié en fonction de la météo et des heures de visites.

J 1/lundi : « Les Falaises du Lot de St Géry vers Arcambal » 13,5 km, D.415 m (4h30).

J 2/mardi matin : « L'Abbaye de Marcihac » 8 km, D.225 m (2h30).

/mardi après-midi : « Le château des Anglais » 11 km, D.343 m (3h30).

J 3/mercredi : « Le chemin de halage de St Géry à St Cirq » (1h30)

« Croisière sur le Lot » pique-nique à St Cirq, puis visite de la cité.

« Retour à St Géry » (1h30)

J 4/jeudi matin : à Bouriane « Entre Causse et Bouriane » 12,5 km (3h15).

/jeudi après-midi : à Vaillac « La ronde autour du Château » 6 km (1h45).

J 5/vendredi : « Cabrerets et la grotte de Pech Merle »

12,5 km, D.510 m (4h)

Pique-nique et visite de la grotte.

J 6/samedi : à Cahors « du Lot au Mont St Cyr » 8 km, (2h30)

Pique-nique et visite de la ville.



Les visites prévues :

La grotte de Pech Merle.
La cité de Cahors.
La cité de St Cirq Lapopie.
Balade en bateau sur le Lot



Autres visites possibles :

Organisation et encadrement :

Organisation : Bassée en Balade, 29, rue Jean Jaurès 59496 Salomé ;
Tél. +33(0)781 896 368

Courriel : bassee.en.balade@gmail.com

Encadrement : Dominique GREVET et Dominique Cardon

Conditions :

Ce séjour est ouvert aux membres de Bassée en Balade en règle avec le certificat médical. Le prix du séjour en pension complète (pique-nique fournis pour le midi) est de **500 € environ** par personne. Les jeunes de moins de 18 ans bénéficient d'une remise de 25%.

Sont compris dans ces prix :

L'hébergement en pension complète avec le ménage en fin de séjour.

Les draps et les linges de toilette.

Les visites guidées : Cahors, la grotte de Pech Merle et la balade en bateau seront prises en charge.
Et autres commentaires assurés par Dominique G.

Ne sont pas compris :

Le voyage jusqu'à St Gély-Vers et les déplacements sur place en voiture.

Bassée en Balade recommande le covoiturage.

L'assurance annulation.

Le nombre de participants est prévu pour 30 personnes maxi. Les inscriptions seront prises en compte dans la limite des places disponibles, au fur et à mesure de vos réponses au formulaire (lien dans le mail d'ouverture des inscriptions) suivies de la réception des bulletins d'inscription accompagnés des chèques libellés à l'ordre de Bassée en Balade.

Le participant individuel à ce séjour, dans toute la mesure du possible, indiquera la personne avec laquelle il ou elle partagera une chambre.

Recommandations :

Il convient d'être suffisamment entraîné pour apprécier ce séjour. Un bon équipement – veste, pantalon, chaussures, bâtons, lunettes de soleil – permet d'affronter le soleil et éventuellement la pluie. Quant au sac à dos, on le prendra d'une taille permettant le transport de boisson, pique-nique et de vêtements nécessités par l'évolution des conditions climatiques au cours de la journée de randonnée.

RCP : GROUPAMA Paris Val de Loire 60, Bd. Duhamel du Monceau
45160 OLIVET Ct n° : 41789295M / 0002

Garantie financière : GROUPAMA Assurance-crédit & Caution 132 rue des Trois
Fontanot 92000 Nanterre Tel 33(0)149313131 ct. n° 4000716162 /0

Adresse postale : Bassée en Balade, 29, rue Jean Jaurès 59496 Salomé
Association Loi de 1901, déclarée à la Préfecture du Nord sous le n° W595004366
Siège Social : Hôtel de Ville, place du général de Gaulle, 59480 La Bassée
Affiliée à FFRandonnée sous le n° 04414, labellisée Rando Santé®
Soutenue par la ville de La Bassée

tél. +33(0)781 896 368, bassee.en.balade@gmail.com, <http://benb.fr>
Agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports sous le n° 59 S 3008
Bénéficiaire de l'immatriculation tourisme n° IM075100382 de la Fédération française de
la randonnée pédestre, 64 rue du Dessous des Berges, 75013 Paris
N° SIRET 447 712 670 00010, code NAF 93.12Z