SAISON 2026

BALNEO ET RANDO AU COEUR DES CEVENNES

Randonnée accompagnée en étoile avec opyion Balnéo

Offrez-vous une parenthèse hivernale alliant **nature, bien-être et douceur de vivre**, au cœur de la Lozère. Ce séjour **raquettes ou randonnée hivernale douce**, de **niveau moyen**, est pensé pour profiter pleinement des paysages enneigés des Cévennes tout en prenant le temps de se ressourcer.
Accompagnés par **Laurent et son équipe de guides locaux**, vous évoluerez à votre rythme sur des itinéraires soigneusement choisis, entre forêts, plateaux et panoramas ouverts. Les randonnées privilégient le plaisir de la marche, l'observation et la découverte, dans une atmosphère paisible et accessible, propice au lâcher-prise.
L'expérience se prolonge chaque jour par un **véritable programme balnéo** aux **thermes de Bagnols-les-Bains**, dont **une séance est comprise dans le séjour**. Eaux naturellement chaudes, espaces de détente et soins thermaux invitent à la relaxation profonde. Possibilité de rajouter en plus des séances aux termes de Bagnols pour personnaliser votre séjour selon vos envies et vos besoins.
De retour à la maison, vous serez enveloppés par une **ambiance feutrée et cocooning**, idéale pour se poser, se réchauffer et savourer l'instant. **Annabelle, maîtresse de maison attentionnée**, veille chaque jour à votre confort, à travers une cuisine soignée et une présence chaleureuse, pour que chacun se sente attendu et choyé.
Un séjour tout en équilibre, entre activité douce, détente thermale et atmosphère chaleureuse, pour vivre l'hiver autrement, dans un esprit de bien-être, de simplicité et de convivialité
.

LES CHEMINS FRANCIS
04.66.47.60.04
Mail : contact@hotel-cheminsfrancis.com Site : www.hotel-cheminsfrancis.com
09 place du Pont Bagnols les bains 48190 MONT LOZERE ET GOULET
IMO48110010 RCS B 389 660 168

PROGRAMME

Jour 1 : Dimanche - Accueil
Installation dans le petit village lozérien de Bagnols-les-Bains, au pied du mont Lozère, dans un hôtel au charme authentique.
Accueil, présentation du séjour autour du pot de bienvenue et dîner à l'hébergement. Installation à l'hébergement et présentation du séjour.

Jour 2 : Lundi - Les clochers Tourmente
Randonnée à la découverte des villages des flancs du Mont Lozère, et de leurs traditions. Les villages et hameaux du Mont Lozère ont en commun l'existence d'un patrimoine usuel important, reflet d'une vie villageoise et rurale intense. Les clochers de tourmente rythmaient autrefois l'activité du hameau et servaient de repère sonore. Pendant les longs mois d'hiver, la tourmente, vent rasant balayant la neige poudreuse, limitait les liaisons entre les villages et surprenait les voyageurs. Ils devaient leur salut au son de la cloche actionnée par les villageois, signalant la proximité d'un abri.

Dénivelé : 400 m , temps de marche : 4 heures

Jour 3 : Mardi - Le Causse du Masseguin

Randonnée à la découverte du Causse du Masseguin. Un environnement pauvre et contraignant, où le bois d'œuvre et l'eau de pluie sont des biens précieux, a conduit les caussenards à créer une architecture typée. Fondée sur l'utilisation du seul matériau disponible, la pierre calcaire, omniprésente dans le bâti, elle utilise un mode de construction sur voûtes. Sur les Causses, on trouve des « chazelles », frustres bâtiments de lauzes, abris du berger sur les parcours à moutons. On voit aussi beaucoup de clapas et murets. Ce sont les pierres extraites des champs qui sont assemblées en tas ou en murettes. Découverte également de la forêt de la Loubière, une des plus belles sapinières des Cévennes, où le sapin pectiné rare à l'état naturel, a été très répandu par les forestiers.

Dénivelé : 300 m , temps de marche : 4 heures

Jour 4 : Mercredi - Le château du Tournel
Randonnée à la découverte du château du Tournel qui abritait dès le XIIème siècle la Baronnie du Tournel. Cette citadelle de schiste, dont il ne reste aujourd'hui que des ruines, dressée au dessus du Lot, semblait imprenable. Au pied des murs de pierres et des tours veillant sur la haute vallée se trouve l'ancien hameau du Tournel. Le château fut abandonné au XVIIème siècle après la destruction d'une partie de ses fortifications ordonnée par Richelieu. Découverte également du village de Saint Julien du Tournel,et de son église romane du XIIème - XIIIème siècle.
Dénivelé : 300 m, temps de marche :4 heures

Jour 5 : Jeudi - Les sources du Tarn
Randonnée à la découverte du Tarn, qui prend sa source au creux d'une combe, dans un ensemble de tourbières qui assure un débit important à la rivière dès son premier kilomètre. Au début de son cours, le Tarn est un ruisseau froid, aux eaux pures, acides et peu minéralisées. Découverte également de la ferme de Mas Camargues, écomusée du mont Lozère, et du territoire des Templiers. Les parcours et forêts du sommet du mont Lozère ont appartenu jusqu'en 1795 aux chevaliers de l'ordre de Saint Jean de Jérusalem, qui avaient installé la commanderie de Gap Francès au hameau de l'Hôpital. Leur propriété était bornée par des pierres plantées marquées de la croix de Malte, emblème de l'ordre.

Dénivelé : 250 m , temps de marche : 5 heures

Jour 6 : Vendredi - Les crêtes du Mont Lozère

Randonnée à la découverte du sommet de Finiels, point culminant du Mont Lozère. Les hautes terres d'estive du Lozère ont longtemps constitué une barrière suffisante pour limiter les contacts économiques et culturels entre les versants nord et sud. La crête sépare les Cévennes protestantes de la Margeride, catholique. On peut y découvrir, par beau temps, un panorama qui va des Alpes à la Méditerranée. La randonnée emprunte le GR 70, l'itinéraire emprunté par Robert Louis Stevenson et son âne Modestine, lors de son Voyage avec un âne à travers les Cévennes, au 19ème siècle, mais également la route des chômeurs, construite dans les années 30 par des ouvriers. Le chemin est également jalonné par de nombreux "montjoies", des pierres dressées par les moines Hospitaliers afin de jalonner les chemins ainsi que leur vaste propriété. Certaines d'entre elles portent d'ailleurs des croix de malte gravées.

Dénivelé : 200 m, temps de marche : 4 heures

Jour 7 : Samedi - Fin du séjour
Fin du séjour le dernier matin après le petit déjeuner.
Dispersion et retour vers la gare en minibus pour celles et ceux qui sont arrivés en train.

Programme donné à titre indicatif. Les circuits de randonnées pourront être modifiés et adaptés en fonction de la météo, du niveau ou d'autres critères.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Dimanche à partir de 16h00. Vous êtes attendus à l'Hôtel Les Chemins Francis à Bagnols les bains. En cas d'arrivée tardive merci de prévenir l'hôtel directement au 04.66.47.60.04

DISPERSION

le dernier jour , au matin après le petit déjeuner.
dispersion et retour à la gare pour celles et ceux qui sont venus en train.

FORMALITES

Vous devez être en possession de :

- Carte d'identité ou passeport
- Carte vitale et mutuelle
- Contact avec votre assureur RC famille.

RÉSERVATION EN LIGNE :
A partir de la fiche de séjour sur le site internet, vous pouvez effectuer directement votre réservation en ligne avec votre carte Bleue et notre système de paiement sécurisé ou choisir un paiement par chèque ou virement. Le choix du règlement se fera automatiquement en poursuivant votre réservation.
Vous pouvez choisir les options et l'assurance annulation / interruption de séjour.
A réception du règlement des 30% d'arrhes versés en ligne ou par chèque (ou chèque vacances ou virement), vous recevrez par mail une confirmation de votre séjour.
RÈGLEMENT DU SOLDE :
Au plus tard 21 jours avant le début du séjour.
Un courriel vous sera envoyé la veille des 21 jours, afin de vous inviter à solder votre voyage.
Assurance Annulation / Interruption de séjour :
La vente de nos séjours est régie par nos conditions de vente. Elles sont affichées sur le site internet. Vous pouvez les demander par courrier ou par mail à l'hébergeur.
Celles-ci seront automatiquement appliquées en cas d'annulation
Pour vous prémunir contre ces frais d'annulation pouvant aller jusqu'à 90 % du prix du séjour (- de 3 jours), nous vous conseillons vivement de souscrire à l'Assurance Annulation/Interruption de séjour que nous proposons à 4.20 % du montant de votre séjour.
Certaines cartes bancaires (Gold, Premier...) incluent cette option. Renseignez-vous auprès de votre banque.
RÉSERVATION TRADITIONNELLE HORS INTERNET :
Nous contacter afin de poser une option. Confirmer cette option, par un versement d'arrhes de 30% du montant total de votre séjour, par le moyen de paiement de votre choix et l'envoi du bulletin d'inscription et, le cas échéant du paiement de l'Assurance Annulation.
A réception, nous vous faisons parvenir une confirmation de votre voyage. Le paiement du solde doit être également réglé 21 jours avant le départ.
En cas de réservation de dernière minute (moins de 21 jours avant le départ) le règlement total du séjour vous sera demandé.
INFORMATIONS CONTRACTUELLES :
- L'inscription à tout séjour implique l'acceptation des tarifs proposés, de la fiche technique de votre séjour et des conditions de vente, qui entrent en vigueur dès réception de vos arrhes et l'envoi de notre confirmation.
- Votre inscription au séjour proposé signifie que vous avez pris connaissance du programme, que vous êtes en bonne santé et que vous n'avez aucune contrainte médicale à la pratique du sport en montagne.
Nous vous conseillons néanmoins d'avoir l'avis de votre médecin traitant avant tout engagement sportif !
- L'encadrement des randonnées est assuré par des professionnels diplômés Brevet d'Etat Accompagnateur en Moyenne Montagne disposant à ce titre d'une Assurance Responsabilité

Civile Professionnelle. Cependant, celle-ci ne serait se substituer à l'Assurance dont chacun est titulaire pour couvrir ses propres actions.

NIVEAU

Les Chemins Francis, la clé d'un pays
Chaque jour vous partirez avec un de nos accompagnateurs qui vous permettra de vous immerger dans cette nature préservée au sein du parc national des Cévennes, des randos découverte et conviviales.
Sur des chemins, hors sentiers , landes, pâturages de montagne avec un niveau, facile à moyen.
Niveau Moyen : randonnées de 300 à 500

HEBERGEMENT

Vous serez hébergés à l'hôtel les chemins Francis en chambre de deux personnes , twin ou double . Chambre individuelle avec supplément en fonction de nos dispos : 200 euros par personne . Accès libre sans supplément piscine intérieure chauffée, sauna, bain à remous, espace détente.
Nourriture : restaurant en cuisine traditionnelle, repas pris à l'hôtel, pique-nique à midi.
Lors de votre réservation, si vous suivez un régime alimentaire spécifique (allergies, végétarien, intolérance etc.…) merci de nous l'indiquer dans l'espace commentaire de votre inscription.

TRANSFERTS INTERNES

Transfert gare hôtel gratuit (depuis la gare de Bagnols-Chadenet) ou (Mende)
Transferts sur site pour départ des randos.

GROUPE

Groupe de 6 à 12 personnes maximum.

ENCADREMENT

Diplômé d'Etat Accompagnateur en Montagne membre de l'équipe locale.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Sac à dos : Sac à dos de randonnée d´une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée et pique nique.

Vêtements : prévoir vêtements chauds et coupe vent (suivant saisons), la température ressentie sur les plateaux peut être froide (altitude variable entre 900 et 1699m).
• 1 chapeau de soleil ou casquette
• 1 foulard
• 1 bonnet et/ou bandeau
• T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc…
• 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
• 1 veste en fourrure polaire
• 1 short ou bermuda
• 1 pantalon de trekking
• 1 pantalon confortable pour le soir
• 1 veste style Gore-tex, simple et légère.
• 1 cape de pluie (facultatif)
• 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
• 1 maillot de bain
• Des sous-vêtements
• Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d´ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.

• 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)

Equipement : chaussures de randonnée, chapeau/casquette, lunettes de soleil , couteau de poche, gourde ou thermos, petite pharmacie personnelle Elastoplast en prévention des ampoules, pansements, crème solaire.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en chambre double ou twin avec douche et WC,
- La pension complète (petit-déjeuner buffet, déjeuner ou pique-nique, dîner).
- L'accès aux équipements de l'hôtel (dont l'espace détente).
- **L'option balnéo comprenant 1 accès à partir de 16h30** à l'espace thermal Aqua Calida (situé à 150m de l'hôtel),
- Les transferts en mini-bus sur départs randonnées.
- L'accompagnement par un professionnel diplômé.
- Le pot d'accueil du premier jour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- **Les boissons et consommations personnelles.**
- **Supplément chambre individuelle (200.00 euros)**
- **L'option balnéo 2 ou 3 accès supplémentaires**
- **Les prestations de bien-être à la carte.**
- **La taxe de séjour**

DETAILS ET OPTIONS

Présentation du spa thermal Aqua Calida

Le spa thermal Aqua Calida, situé à 150 mètres de notre hôtel, a fait l'objet durant toute l'année 2020 de travaux importants. Ces rénovations avaient différents objectifs parmi lesquels mettre en valeur le patrimoine de la station et revaloriser l'image des thermes romains. Quelle que soit l'option choisie, vous pourrez profiter des installations suivantes au sein du nouveau spa thermal :

- **Bassin intérieur et extérieur en eau thermale**
- **Tisanerie**
- **Sauna infrarouge**
- **Sauna sel**
- **Douche de Runes (douche Niagara)**
- **Vaporium**
- **Frigidarium (partie des thermes où l'on peut prendre des bains d'eau froide).**
- **Caldarium (partie des thermes où l'on peut prendre des bains chauds).**
- **Douche locale**
- **Douche manteau**

Conditions d'accès

Accès au SPA THERMAL les Mardi, Mercredi, Jeudi et Vendredi à partir de 16h30. et dernière entrée 17 h45

Tarif des différentes options

- **1 Accès au SPA THERMAL (demi-journée) : compris dans l'offre de séjour.**
- **2 accès supplémentaires au SPA THERMAL : 46 €**
- **3 accès supplémentaires au SPA THERMAL : 69 €**

Peignoir, serviette et sandales sont fournis.

Prestations de bien-être (non compris dans l'offre - réservation conseillée)

En supplément, bénéficiez également de nos différentes prestations autour du bien-être Marianne Esthéticienne propose des modelages et de soins à la carte au sein de notre maison au Chemins Francis, elle vous accueillera à la demande tout au long de votre

séjour pour un moment de bien être. Réservation possible sur place ou lors de votre réservation

MODELAGES

- **Modelage localisé de 20 mn 27 € :**

prenez un instant de détente avec ce soin localisée du dos

- **Relaxologie plantaire 20 mn 27 €**
- **Modelage dorsal ou ventral de 30 mn 40 €**
- **Modelage du marcheur 30 mn 40 € :**

après un effort physique le modelage des jambes à l' arnica permettent une récupération musculaire

- **Modelage californien de 1 h 80 € :**

Ce modelage se caractérise par le grand mouvements lents, fluides et harmonieux sur tout le corps. Ce soin regroupe différentes techniques : effleurage, pressions glissées, friction, pétrissage.