

Le Caroux, terre ensoleillé des Cévennes

*Cette semaine de **randonnée** à travers les sentiers oubliés vous plonge dans le massif du **Caroux**, qui s'ouvre doucement vers la Méditerranée. Le relief, parfois abrupt, abrite une multitude de vasques naturelles aux eaux cristallines.*

Ce territoire est une véritable réserve de biodiversité, abritant la plus grande population de mouflons d'Europe. Le paysage vous offre une palette de couleurs et de textures variées : des chênes-verts aux conifères majestueux, en passant par des hêtres imposants et des châtaigniers omniprésents. Vous parcourez des sentiers et en chemin, vous découvrez les "Sécadous", ces petites constructions en pierres qui servaient jadis à sécher les châtaignes pour les transformer en farine. Une immersion totale dans les traditions locales, témoignant de la vie d'antan.

*Cette expérience unique, au cœur du **Caroux**, est l'occasion idéale de se reconnecter avec la nature et de découvrir la richesse des **Cévennes**. Laissez-vous porter par la magie de ces lieux enchanteurs et par l'accueil chaleureux des petits villages de montagne que vous croisez sur votre chemin.*

Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Quels animaux observer en montagne ?](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil - Forêt des Ecrivains Combattants

Pour ceux d'entre nous qui arrivent en voiture, nous suivrons le minibus qui transportera les bagages des voyageurs arrivés en train.

Un espace de stationnement est prévu un peu en contrebas de notre hébergement (200m) offrant un accès facile pour laisser notre véhicule avant de commencer l'aventure.

Nous entamons notre séjour dans les Cévennes par une première marche en direction du col de Madale, un lieu propice à l'évasion, où la nature se déploie dans toute sa splendeur. Ce premier col, à la fois pittoresque et apaisant, marque le début de notre exploration. Ensuite, nous poursuivons notre route vers le col d'Aussières, un autre passage emblématique des Cévennes, offrant des panoramas à couper le souffle.

De là, nous empruntons un petit sentier qui nous mène jusqu'au hameau de Rosis. Ce chemin, parfois discret mais toujours charmant, nous permet de découvrir des coins secrets et préservés de cette région, loin des sentiers battus. Une fois à Rosis, nous suivons une piste qui nous guide à travers des paysages sauvages, entre forêts de châtaigniers et vastes chênaies. Les couleurs et les odeurs de ces bois nous accompagnent.

HEURES DE MARCHÉ : 2h30 - 5.4km

DÉNIVELÉ + : 250 m

DÉNIVELÉ - : 250 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 2 : Les Gorges de la Colombières

A travers les châtaigneraies nous découvrons des paysages magnifique : roches escarpées, sous-bois denses, ruisseaux clairs et végétation luxuriante.

En suivant le ruisseau d'Arles, nous randonnons à travers forêts et vasques naturelles. Ici nous sommes plongé au coeur de gorges encore secrète qui nous offre une atmosphère intime, loin des foules.

Après le pique-nique et une bonne pause dans les gorges, nous repartons sur le chemin des Fleysse en suivant les voies romaines.

HEURES DE MARCHÉ : 5h - 11.4km

DÉNIVELÉ + : 500 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : La Vallée du Vialais

Nous rejoignons le hameau de Douch, au creux de la montagne pour nous diriger dans la vallée encore sauvage du Vialais. Nous randonnons sur le versant nord du Caroux, où les paysages défilent sous nos yeux : châtaigniers, Hêtraies ... Nous sommes ici à la frontière entre l'Espinouse et le Caroux.

HEURES DE MARCHÉ : 5h - 11.5km

DÉNIVELÉ + : 700 m

DÉNIVELÉ - : 700 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 4 : Le Plateau du Caroux

Ca matin c'est depuis l'hébergement que nous attaquons cette journée. Nous découvrons des paysages dégagés sur les crêtes, entouré de landes, de bruyères et de tourbières.

Les vues sur les Cévennes et même sur les Pyrénées sont superbe tout au long de la journée.

Nous pourrons même apercevoir le Mont Ventoux.

A la fin de la journée, un passionné d'astronomie nous rejoint pour observer les étoiles, dans ce ciel pur. Il nous conte les histoires fascinantes des constellations.

HEURES DE MARCHÉ : 5h - 9.5km

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : Le sentier des Banissons

Nous parcourons aujourd'hui le sentier d'interprétation situé au nord du massif. Il nous permet d'en apprendre plus dans les traditions locales liées à la châtaigneraie. Nous vivons un instant hors du temps entre patrimoine et nature.

HEURES DE MARCHÉ : 5h - 11km

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 6 : Le portail de Roquandouire

Aujourd'hui nous découvrons un massif caché. Depuis ses crêtes nous profitons des vues extraordinaire sur les vallées de la Mare et du Casselouvre.

C'est ici que nous franchiront une arche naturelle remarquable : le portail de Roquandouire.

Ruines et drailles anciennes nous rappellent les conditions de vie dans ces hauts cantons, sur les pas des pèlerins de Saint Jacques de Compostelle.

HEURES DE MARCHÉ : 4h - 8,5km

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 7 : Le Tour de la montagne de Cabrière

Ce matin nous entamons notre dernière randonnée. Depuis Madale, ancienne terre de bergers, l'itinéraire contourne la montagne de la Cabrière par des sentiers en balcon.

Tout au long du parcours, les vues se succèdent sur les gorges de Colombières, dans un décor minéral et forestier. On termine par un dernier pique-nique au bord de la rivière, les pieds dans l'eau et la tête encore dans les sommets.

A 13h30, un transfert sera organisé vers la gare pour ceux qui prennent le train.

Les programmes sont donnés à titre indicatif. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement (météo, niveau des participants...). Nos accompagnateurs peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite. Nous attirons votre attention sur le fait que ce séjour se déroule en zone de montagne. Il est donc nécessaire que chacun des participants en ai conscience tant au niveau du respect de l'environnement et des habitants mais surtout concernant le niveau d'engagement que cela nécessite.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le jour 1 à 15h30 devant la gare SNCF de Bédarieux. Un membre de l'équipe vous y attendra.

Le transfert entre la gare SNCF et l'hébergement est à réservation à l'inscription (20€ par personne l'aller-retour).

SI VOUS VENEZ EN TRAIN :

Arrivée en gare SNCF de Béziers (TGV/TER). Vous prenez ensuite le bus départemental LIGNE 655 en direction de la gare SNCF de Bédarieux.

Votre recherche de trajet en train depuis votre lieu de départ doit être programmé pour une arrivée en gare SNCF de Béziers afin que tous les horaires disponibles vous soit proposés.

Veuillez consulter le site de la [SNCF](#) afin de connaître les horaires exacts .

Le trajet entre Béziers et Bédarieux est proposé via une bus départemental qui vous déposera en gare SNCF de Bédarieux (trajet 50 minutes. Prix: 2€). Vous pouvez consulter les horaires sur la fiche de la [LIGNE 655 de Hérault Transport](#)

SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites de calcul de trajet sur internet.

Rendez vous à 15h30 devant la gare SNCF de Bédarieux.

Vous suivrez ensuite le minibus qui transportera les voyageurs venus en train. Temps de route 25 minutes. Un espace de stationnement est prévu en contrebas à 200m de notre hébergement. Les voitures seront accessibles durant tout le séjour. Après avoir garé les voitures nous démarrerons directement la randonnée du jour 1.

DISPERSION

Dispersion vers 13h30 sur le parking où les voitures seront stationnées.

Pour les voyageurs en train, un membre de l'équipe vous déposera en gare SNCF de Bédarieux vers 14h (si vous avez pris l'option transfert).

RETOUR EN TRAIN:

Départ de Rosis à 13h30 pour une arrivée à la gare de Bédarieux à 14h. Vous pourrez prendre le train pour Béziers à 14h20, pour une arrivée en gare à 14h50.

NIVEAU

Dénivelé maximum : entre 350 et 750m

Altitude maximum de passage : +1090m

Nombre de kilomètre par jour en moyenne : entre 10km et 14km

Nature du terrain : montagneux, escarpé et sauvage. Pas de difficultés particulières.

Vous ne portez que vos affaires de la journée

4 à 6 heures de marche par jour environ.

Bonne condition physique requise.

HEBERGEMENT

Votre séjour se déroule à partir d'un hébergement situé au cœur du massif, isolé en pleine forêt. Cette ancienne ferme regroupait trois petites habitations mitoyennes. Après rénovation, ces maisons sont devenues une bâtisse unique en pierre et en bois, exposée plein sud, de 180 m², sans voisin à 2 km à la ronde. Le terrain s'étend sur plusieurs hectares.



La maison comprend cinq chambres, deux salles de bain, une cuisine, un salon et une salle à manger. Une terrasse surplombela forêt de châtaigniers, idéale pour profiter du ciel étoilé. Un espace cuisine extérieure permet de prolonger les soirées en plein air.





Un bain nordique est disponible à l'hébergement pour se détendre.

REGIME ALIMENTAIRE :

Merci de nous **prévenir à l'inscription** si vous êtes soumis à un **régime spécifique** (sans gluten, sans lactose, végétarien, vegan ...).

Nos petites structures n'ont pas la capacité de proposer des menus personnalisés à chaque régime.

Nous adapterons au mieux nos menus dans la limite de nos capacités (notamment d'approvisionnement).

Il faudra néanmoins **prévoir, de votre côté, des substituts adaptés** à vos besoins, notamment le pain, les encas, laits spéciaux, essentiellement pour les pique-niques !

TRANSFERTS INTERNES

Pour les transferts décrits dans le programme, vous utiliserez vos voitures personnelles.

Jour 3 : 6min / 4kms

Jour 6 : 10mn / 6kms

Pour les personnes venant en train, vous pourrez faire du co-voiturage avec les personnes venues en voiture.

PORTAGE DES BAGAGES

Vos bagages sont acheminés le Jour 1 depuis la gare vers l'hébergement. Ensuite vous dormez tous les soirs au même hébergement.

VOS BAGAGES:

- 1 sac de voyage souple ou rigide pour contenir les affaires. Pour la sécurité du personnel, merci de prévoir un bagage de 10kg maximum ou de taille maximum de 80cm x 40cm x 40cm.
- 1 sac à dos de 35 litres minimum, muni d'une ceinture ventrale pour les journées de randonnée.

GROUPE

De 5 à 11 participants

ENCADREMENT

Accompagnateur diplômé.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- 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 des t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilene (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 type 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
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de sandales ou de chaussures détente pour le soir.

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Equipement :

Pour la sécurité de nos équipes sur place, merci de prévoir un bagage de 10kg maximum ou de taille maximum de 80cm x 40cm x 40cm.

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (conseillé) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 drap sac ou drap plat (couvertures en polaire fournies)
- 1 couverture de survie (facultatif)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement
- Boules Quies (facultatif)
- Papier toilette
- Crème solaire et stick à lèvres

Pour les pique-niques :

- 1 gourde (2 litres minimum)
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.

- 1 boîte type "Tupperware" avec couvercle.

Couchage :

1 duvet au printemps, 1 drap de sac ou 1 drap plat. Les hébergements ont des couvertures.

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

LE PRIX COMPREND

- Le Transport des bagages le J1 et le J7
- L'encadrement par un guide diplômé
- L'hébergement en pension complète
- Les frais d'inscription et d'organisation
- Le prêt du matériel d'astronomie
- Les taxes de séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- Les Transferts des J3 et J6 réalisés avec vos voitures personnelles
- Le transfert entre la gare SNCF et l'hébergement le Jour 1 et le jour 7
- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Vos dépenses personnelles