

Chemin de Saint-Guilhem-le-Désert, l'intégral

Le chemin de Saint-Guilhem-le-Désert, parcours emblématique, offre une expérience de randonnée unique, mêlant découverte de la nature, patrimoine historique et traditions locales. En empruntant ce chemin, vous suivrez les traces des pèlerins d'autrefois, tout en explorant certains des plus beaux sites du sud de la France. Vous traverserez le plateau de l'Aubrac, la charmante vallée du Lot, les mythiques Causses et gorges du Tarn, pour finir par les Cévennes. Que vous soyez un randonneur aguerri ou un amateur de belles balades, ce voyage vous laissera des souvenirs impérissables et une profonde connexion avec la nature et l'histoire de ces terres ancestrales.

PROGRAMME

Jour 1 : Aumont-Aubrac

Arrivée à Aumont-Aubrac et installation à votre hôtel en fin d'après-midi. Selon votre horaire d'arrivée, découverte de ce village perché à 1000 m d'altitude sur le plateau de l'Aubrac et de ses maisons typiques en pierre. Un véritable havre de paix pour votre première étape.

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

Jour 2 : Aumont-Aubrac - Nasbinals

Étape emblématique du chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, le chemin monte progressivement pour offrir des panoramas spectaculaires sur le plateau. La solitude des grands espaces, ponctuée par la présence des troupeaux de vaches Aubrac, confère à cette étape un caractère presque mystique. Vous traversez des hameaux typiques comme La Chaze-de-Peyre et Montgros, avant d'atteindre Nasbinals, village pittoresque au cœur de l'Aubrac, réputé pour son église romane.

HEURES DE MARCHÉ : 6h

DISTANCE PARCOURUE : 26 km

DÉNIVELÉ + : 592 m

DÉNIVELÉ - : 510 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 3 : Nasbinals - Saint-Chély-d'Aubrac

L'itinéraire se poursuit à travers le plateau de l'Aubrac et ses vastes prairies, ses pâturages parsemés de blocs de granit et ses petites forêts de hêtres.

Puis redescend vers Saint-Chély-d'Aubrac, avec un passage par le pont des Pèlerins, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Saint-Chély-d'Aubrac, niché au fond de la vallée, est un charmant village où règne une atmosphère paisible, parfait pour se reposer après cette belle étape.

HEURES DE MARCHÉ : 4h30

DISTANCE PARCOURUE : 17 km

DÉNIVELÉ + : 380 m

DÉNIVELÉ - : 560 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 4 : Saint-Chély-d'Aubrac - Col de Trébatut

Aujourd'hui vous commencez par une montée à travers des forêts denses de hêtres et de chênes. En s'élevant, le chemin offre des vues magnifiques sur la vallée. Le parcours est ponctué de petits cours d'eau et de murets en pierre sèche typiques de la région. L'arrivée au Col de Trébatut, situé à environ 1100 m d'altitude, marque le point culminant de l'étape. Ce col offre un panorama impressionnant sur les collines environnantes.

HEURES DE MARCHÉ : 7h30

DISTANCE PARCOURUE : 28 km

DÉNIVELÉ + : 860 m

DÉNIVELÉ - : 590 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 5 : Col de Trébatut - La Carnougue

Après avoir quitté le col de Trébatut, vous entamez une descente progressive en quittant les hauteurs du plateau de l'Aubrac pour rejoindre des vallées plus verdoyantes. Le parcours traverse des forêts offrant des moments de fraîcheur et de calme, avant de rejoindre des zones plus ouvertes. Au fil de la descente, la végétation devient plus dense et méditerranéenne, témoignant du changement d'altitude. Arrivée à La Canougue, souvent appelée la "Petite Venise de Lozère" en raison de ses nombreux canaux. Ce village, avec ses ruelles étroites et ses maisons anciennes, offre une ambiance agréable et reposante.

HEURES DE MARCHÉ : 4h30

DISTANCE PARCOURUE : 16.5 km

DÉNIVELÉ + : 210 m

DÉNIVELÉ - : 760 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 6 : La Carnougue - Sainte-Eminie

L'étape du jour vous emmène à travers la vallée du Lot pour rejoindre les spectaculaires gorges du Tarn. Le chemin serpente le long de la rivière, traversant de charmants hameaux et paysages bucoliques. L'itinéraire monte ensuite dans la vallée du Tarn pour ensuite se terminer au village médiéval de Sainte-Eminie, l'un des plus beaux villages de France, connu pour ses ruelles pavées, ses maisons en pierre, et ses sources d'eau limpide. Cette étape combine nature sauvage et patrimoine historique, un véritable voyage à travers le temps.

HEURES DE MARCHÉ : 7h

DISTANCE PARCOURUE : 29 km

DÉNIVELÉ + : 730 m

DÉNIVELÉ - : 810 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 7 : Sainte-Eminie - Meyrueis

L'itinéraire suit le Tarn en longeant ses falaises de calcaires. Les vues sont impressionnantes avec la rivière en contrebas, des formations rocheuses uniques, et une végétation typiquement méditerranéenne. Le sentier alterne entre bord de rivière et points de vue exceptionnels sur les gorges. Nichée au confluent de trois rivières, vous arrivez à Meyrueis.

HEURES DE MARCHÉ : 8h

DISTANCE PARCOURUE : 29 km

DÉNIVELÉ + : 930 m

DÉNIVELÉ - : 710 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 8 : Meyrueis - L'Espérou

Montée progressive à travers le Parc National des Cévennes, offrant des vues panoramiques sur la vallée et les montagnes environnantes. Le sentier traverse des forêts de châtaigniers et

de pins. En s'élevant, les paysages deviennent plus ouverts, avec des landes et des prairies d'altitude. L'arrivée à L'Espérou, un petit village de montagne, marque la fin de l'étape.

HEURES DE MARCHE : 7h

DISTANCE PARCOURUE : 21 km

DÉNIVELÉ + : 980 m

DÉNIVELÉ - : 450 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 9 : L'Espérou - Le Vigan ou Avèze

Aujourd'hui vous descendez des hauteurs du Mont Aigoual vers la vallée du Vigan. Le parcours commence par des sentiers en forêt, offrant de superbes vues sur les Cévennes et les vallées environnantes. La descente se fait progressivement, avec des panoramas sur les collines boisées et les villages perchés. En approchant du Vigan, la végétation devient plus méditerranéenne, marquée par la présence de chênes verts et d'oliviers. Arrivée au Vigan, petit village au cœur des Cévennes.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DISTANCE PARCOURUE : 19 km

DÉNIVELÉ + : 250 m

DÉNIVELÉ - : 1170 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 10 : Le Vigan ou Avèze - Navacelles

Le chemin serpente entre les vallées verdoyantes et les forêts de chênes. Vous entrez progressivement dans le cirque de Navacelles. Une formation géologique impressionnante sculptée par la rivière. Vous faites étape au cœur du cirque à Navacelles et appréciez la beauté de cette région unique.

HEURES DE MARCHE : 7h

DISTANCE PARCOURUE : 23 km

DÉNIVELÉ + : 710 m

DÉNIVELÉ - : 610 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 11 : Navacelles - La Vacquerie

Vous quittez Navacelles par un chemin qui monte vers les hauteurs puis continu dans les vastes étendues du Causse du Larzac, un plateau calcaire caractérisé par ses prairies arides et ses formations rocheuses. Profitez de cette plénitude et de ces grands espaces. L'étape se termine à la Vacquerie, un petit village typique à l'atmosphère rurale.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DISTANCE PARCOURUE : 19 km

DÉNIVELÉ + : 630 m

DÉNIVELÉ - : 310 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 12 : La Vacquerie - Saint-Guilhem-le-Désert

Dernière étape de ce célèbre chemin en direction des gorges de l'Hérault. La descente vers Saint-Guilhem-le-Désert est spectaculaire, avec des vues plongeantes sur les gorges et la vallée de l'Hérault. Le chemin serpente à travers des forêts de pins et des falaises escarpées, offrant des panoramas saisissants. Vous arrivez à Saint-Guilhem-le-Désert, un village médiéval niché au cœur des gorges. Réputé pour son abbaye et ses ruelles pittoresques, ce village est l'une des perles de la région, offrant une fin d'étape magnifique au cœur de la nature et de l'histoire.

HEURES DE MARCHÉ : 6h

DISTANCE PARCOURUE : 20 km

DÉNIVELÉ + : 500 m

DÉNIVELÉ - : 1050 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel ou chambre d'hôtes

ASSISTANCES BAGAGES : avec transports de bagages (si vous avez choisi cette option)

Jour 13 : Saint-Guilhem-le-Désert

Fin du séjour après le déjeuner.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Accueil en fin d'après-midi à votre hôtel à Aumont-Aubrac

Accès :

Arrivée : Gare SNCF d'Aumont-Aubrac. Horaires et tarifs sur le site internet de la [SNCF](#) ou en voiture par l'A75 à Aumont-Aubrac. Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites :

www.viamichelin.fr

www.mappy.fr

DISPERSION

Après le petit-déjeuner à Saint-Guilhem-le-désert.

Navette régulière pour le retour (à réserver à l'inscription) :

Départ de Saint-Guilhem-le-Désert au parking du pré des pères à 10h30

Arrivée sur Aumont-Aubrac à la fontaine place du Portail à 14h00.

Le tarif pour le transfert retour est de **60€ par personne**.

Sinon possibilité de prendre un taxi ou un bus pour Montpellier - La Mosson (autobus 668), puis bus ligne 3 *Mosson > Montpellier St-Roch*.

Plus d'informations sur les sites internet des [transports publics de l'Hérault](#), et le réseau des transports publics de Montpellier, la [TAM](#).

NIVEAU

Dénivelés cumulés moyen en montée : 615m

Durée des étapes : entre 4h30 et 8h de marche par jour.

Difficultés particulières : aucunes. Sur sentiers, pistes forestières et petites routes.

HEBERGEMENT

Hébergement en hôtels et en chambres d'hôtes, en chambre de deux avec sanitaires privatif.

Les repas : sont pris dans les restaurants des hébergements. La cuisine est variée, adaptée aux besoins des randonneurs et souvent issus de produits locaux. Les régimes spéciaux doivent être précisés à la réservation afin que nous puissions prévenir les hébergements.

TRANSFERTS INTERNES

PORTAGE DES BAGAGES

Selon l'option choisie :

Sans transport des bagages : Vous portez toutes vos affaires personnelles pendant toute la durée du séjour.

Avec transport des bagages : Vous portez seulement vos affaires pour la journée (petit sac à dos). Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements. Dans le cas où le transport des bagages n'est pas possible dans un hébergement, vous emmènerez vos affaires personnelles pour la nuitée aussi. Vous retrouverez vos bagages le jour suivant.

GROUPE

Dès un participant.

ENCADREMENT

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un topo composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- paire de gants fins (facultatif)
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter 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 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter 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) de préférence imperméables.
- 1 paire de sandales ou chaussures détente pour le soir
- Un maillot de bain et une serviette

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

Équipement :

- 1 paire de lunettes de soleil de qualité, catégorie 3 minimum
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants
- 1 gourde (1.5 l de préférence)
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 boussole
- 1 couverture de survie (facultatif)
- 1 couteau de poche (facultatif)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent

- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO)
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl (disponible en 4 tailles)
- Boule Quiès (facultatif)
- Papier toilette - crème solaire + stick à lèvres.

MATERIEL PIQUE-NIQUE

- Une boîte plastique hermétique
- Un gobelet
- Des couverts

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- 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...)
- Répulsif anti-moustiques.

LE PRIX COMPREND

- Les documents de voyage,
- L'hébergement en demi-pension (dîner, nuit et petit-déjeuner),
- Les frais d'organisation et d'inscriptions,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Le transport aller-retour,
- Les boissons,
- Les pique-niques,
- Le transport des bagages,
- Le transfert retour en navette régulière jusqu'à Aumont-Aubrac.