

RANDONNÉE RAQUETTES ACCOMPAGNÉE - 2018

## RAQUETTES ET BALNÉO EN GÉVAUDAN

**Bagnols les bains au pied du Mont Lozère tout près des Cévennes**  
**7 jours / 6 nuits**

Aux sources du Lot, au pied de la montagne du Goulet et du mont Lozère, Bagnols-les-Bains offre des ressources inépuisables de randonnées en étoile.

Chaque jour nous partirons à la découverte des vieux villages blottis aux flancs du Mont Lozère aux toits de Lauze et clochers de tourmente de la haute vallée du Lot, le causse du Masseguin, le Goulet et les crêtes dénudées et chaos granitiques du Mont Lozère. Une découverte tout en douceur avec, chaque soir, la chaleur du feu de cheminée.

### LES PLUS DU SÉJOUR

- Piscine intérieure chauffée (29°C) avec nage à contre-courant
- Sauna et espace détente et remise en forme (rameur, vélo, espalier, tapis, transats)
- Coin cheminée
- Accès au centre thermal (en option)

## PROGRAMME

### **Jour 01**

**Dimanche. Accueil.** Installation dans le petit village lozérien de Bagnols-les-Bains, au pied du mont Lozère, dans un hôtel "logis de France", classé Table gourmande de Lozère. Accueil, présentation du séjour autour du pot de bienvenue et dîner à l'hébergement. Nuit à l'hôtel.

### **Jour 02**

Randonnée à la découverte des villages des flancs du mont Lozère, et de leurs traditions. 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.  
 Nb heure de marche: 4.5 h de marche.  
 Nuit à l'hôtel.  
 Dénivelé plus: 250 m.

### **Jour 03**

Départ depuis le sommet du Goulet (1497m), massif qui forme une crête strictement parallèle au nord du Mt Lozère, dominant d'environ 400m les vallées situées de part et d'autre ; de nombreux cours d'eaux y prennent leur source (le Lot ). Découverte du château du Tournel qui abritait dès le XIIème siècle la Baronnie du Tournel. Cette citadelle de schiste, désormais en ruines, dressée au dessus du Lot, semblait imprenable. Découverte également du village de Saint Julien du Tournel et de son église romane du XIIème - XIIIème siècles. 5 heures de marche Dénivelé environ 300 m.

### **Jour 04**

Randonnée à la découverte du mont Lozère ouest et de ses quelques particularités naturelles : le granite et son érosion laissant apparaître, sur les versants des vallées et au fond de celles-ci, des chaos de blocs arrondis de granite ou même la roche massive. Cheminement par le Roc des Chiens Fous, la croix de maître Vidal et le chaos du Roc des Laubies (1562m). 4,5 heures de marche Dénivelé environ 300 m

### **Jour 05**

Mont Lozère est, départ depuis le col de Finiels (1541m), randonnée à la découverte des sources du Tarn, qui prend sa source au creux d'une combe à plus de 1500m, dans un ensemble de tourbières qui assure un débit important à la rivière dès son premier kilomètre. Immersion complète dans le blanc où quelques pins à crochets résistent aux rigueurs du climat. 5 heures de marche Dénivelé environ 300 m.

### **Jour 06**

Randonnée à la découverte du pic de Finiels. En suivant "Les Montjoie", ces bornes de granite servaient et servent de balises pour repérer le chemin qui, en hiver, disparaît sous la neige. Au point culminant du mont Lozère (1699m), on peut y découvrir, par beau temps, un panorama qui va des Alpes à la Méditerranée. 5 heures de marche. Dénivelé environ 250 m.

### **Jour 07**

Dispersion après le petit déjeuner.

**Code : 12BAGQA**

À votre disposition dans l'enceinte de l'hôtel, l'espace détente (piscine intérieure chauffée, sauna ...)

Attention ! Ce programme est un exemple parmi de nombreuses possibilités Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué: soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain : éboulements, sentiers dégradés, etc... ), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

### HORAIRES SEJOUR

> Vers 16h, arrivée et installation à l'hôtel. Dimanche  
 À 19h, pot d'accueil.  
 > Du lundi au vendredi  
 De 9h30 à 16h, randonnées accompagnées, pique-nique le midi.  
 De 17h à 20h, temps libre  
 > Samedi  
 De 9h30 à 12h, randonnée accompagnée. Vers 12h, déjeuner au restaurant, fin du séjour.  
 > Soirées  
 Tous les soirs vers 20h, dîner au restaurant  
 Soirée "aligot" (plat typique régional) le vendredi.

## PROGRAMME BIEN-ÊTRE

### L'ETABLISSEMENT

### THERMAL

Situé à une centaine de mètres de l'hôtel.

Peignoir et serviette sont fournis. Location chaussures de bains offerte

Remise en forme du Lundi au vendredi : bain en piscine active, bains à remous, bains écossais, hammam, espace sensoriel (salle de relaxation), douche manteau, douche filiforme, salle de musculation et repos.

### FORFAIT 5 ACCES ESPACE FORME

- Piscines extérieure Située après la salle de repos, essentiellement dans un but de détente. Chauffée toute l'année à 33°.
- 5 séances en piscine active, température du bain 31°C. Il existe différentes buses disposées dans la piscine.
- Jacuzzi Bain commun à la température de 38°C présentant des buses hydrauliques de massage, ainsi que des buses d'arrivées d'air. de 5 à 15 minutes avec possibilité de répéter dans la journée. Action relaxante, massante et drainante.
- Hammam Le centre dispose de 2 étuves, celle de gauche est à la température de 49°C, celle de droite est à 44°C. L'atmosphère y est humide et parfumée au lait d'eucalyptus.
- 5 accès salle de fitness, 5 accès espace sensoriel, pièce de repos chauffée avec ambiance musicale et parfumée aux essences de plantes.
- Douche manteau Douche chaude tridimensionnelle à faible pression.Pratique : 3 à 5 minutes à répéter. Action : sollicitation des récepteurs sensoriels cutanés dans

**Code : 12BAGQA**

un but relaxant. Bienfait des composants de l'eau thermale (soufre, fluor, bicarbonates et autres sels minéraux).

- 5 accès bain écossais,
- 5 accès douche filiforme, Jet tombant vertical permettant un massage localisé. Pratique : 3 à 5 minutes sur une zone algique ou contracturée. Action : massante, antalgique et décontracturante.
- accès en salle de gymnastique pour exercices libres.

### **FORFAIT 3 SOINS (en plus du forfait Espace Forme)**

- 1 modelages relaxants ( 30 min ), Modelage localisé, aux huiles essentielles. Léger et anti-stress. Bienfaits : Stimule la circulation et apaise les tensions musculaires.
- 1 bains bouillonnants ( 15 min ), Les bienfaits combinés de l'eau thermale et l'effet relaxant des bulles d'air... Bienfaits : ce bain bouillonnant permet d'apaiser certaines tachycardies et de réguler la tension artérielle. Il favorise le relâchement musculaire et génère une impression de bien être.
- 1 réflexologie plantaire ( 20 mn )

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

L'accueil se fera à l'hôtel, le dimanche à partir de 16 h.

Installation dans vos chambres

Pot d'accueil et bienvenue à 19 h

### En voiture :

De PARIS, A71 jusqu'à Clermont-Ferrand. Ensuite, A75 jusqu'à sortie 34. Puis N106 jusqu'à Mende et N88 direction Langogne - Le Puy. 10km après Mende, prendre la route de Villefort (D901) jusqu'à Bagnols. Carte Michelin 240, pli 3.

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

[www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

[www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

Parking : au parking de l'hôtel.

### En train :

Gare de Bagnols - Chadenet, ligne Marvejols - La Bastide - Saint-Laurent-les-Bains.

(Correspondance avec les lignes Paris/Clermont/Nîmes et Paris/Clermont/Béziers).

Veillez consulter la SNCF au 3635 ou sur Internet [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) au moment de votre inscription

### Correspondance

Transfert gratuit gare Bagnols - Chadenet / Hôtel.

Prévenir directement l'hôtel à l'avance de votre arrivée.

OFFICE DE TOURISME DE BAGNOLS : 04 66 47 61 13.

GARE SNCF DE MENDE : 04 66 49 00 39.

### DISPERSION

Le samedi après le petit déjeuner. Navette pour la gare SNCF de Bagnols / Chadenet.

Fin du séjour : les chambres doivent être libérées le jour 7 au matin. Un local sera mis à votre disposition pour entreposer vos affaires. Douche et piscine possibles avant le départ.

### Extension

Hébergement avant ou après le séjour (selon disponibilités) :  
Compter environ 60€/personne pour une chambre double en demi-pension (dîner + petit déjeuner). A  
reserver à l'avance.

### NIVEAU

Altitude globale : entre 913 et 1700m.  
Durée des étapes : 4 à 6h de progression.  
Dénivelé moyen : 300m à 400m par jour à la montée.  
Dénivelé maximum : 400m.

**Code : 12BAGQA**

Altitude maxi de passage : 1700m.  
 Nature du terrain : larges plateaux granitiques entrecoupés de vallées très boisées.  
 Difficultés particulières : aucune en dehors du vent qui peut être très froid.  
 Vous ne portez que vos affaires de la journée.

### HEBERGEMENT

Hôtel\*\* : chambres doubles avec douches et WC.  
 Logis de France 2 cheminées (recommandé par le parc National des Cévennes).  
 Table Gourmande de Lozère. Piscine intérieure chauffée, sauna, salle de gymnastique.  
 Possibilité de chambre individuelle, suivant disponibilité. Supplément de 135€.  
 Nourriture  
 Restaurant cuisine traditionnelle, repas pris à l'hôtel, pique-niques à midi.

### GROUPE

Jusqu'à environ 14 participants

### ENCADREMENT

un accompagnateur qualifié habitant à Bagnols les Bains.

### EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

#### Vêtements

- 1 pantalon solide et chaud,
- 1 pantalon léger,
- 1 paire de guêtres légères,
- chemise de laine ou sous-pull,
- polaire, cape de pluie ou veste type goretex,
- 3 paires de chaussettes de laine,
- 1 collant + 1 maillot de corps chaud,
- 2 paires de gants ou moufles,
- bonnet couvrant les oreilles,
- 1 paire de chaussures de randonnée chaude (pas de chaussures de type Moon Boots) + surchaussures imperméables,
- 1 tenue pour l'après-raquettes,
- 1 maillot de bain.

#### Equipement

Lunettes de soleil ou

**Code : 12BAGQA**

lunettes de vue "masque",

couteau de poche, gourde ou thermos, petite pharmacie personnelle (Elastoplast en prévention des ampoules, pansements, crème solaire, nécessaire de toilette).

**Matériel**

Une paire de raquettes. **fourni**  
Votre accompagnateur possède une pharmacie de premiers secours qu'il transporte toujours avec lui.  
Aux thermes, serviette et peignoir.

**DATES ET PRIX**

04/02 au 10/02
11/02 au 17/02
18/02 au 24/02
25/02 au 03/03
04/03 au 10/03

\*ATTENTION LA BALNEO N'OUVRE QUE LE 06/02 PAS DE BALNEO LA PREMIERE SEMAINE

Tarif sans balnéo : 610 € / pers.

Forfait 5 accès libre : 735 € / pers

Forfait balnéo + 3 soins : 825 € / pers

Possibilité de chambre individuelle, suivant disponibilités. Supplément de 140€.

**LE PRIX COMPREND**

- Hébergement en pension complète en hôtel.
- L'encadrement par un accompagnateur qualifié.
- Le prêt des raquettes, bâtons,

**LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Boissons et pourboires, taxes de séjour (env. 0,60 € / jour / pers)
- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous, assurances
- Les
- Eventuelle chambre individuelle 140 €

## POUR EN SAVOIR PLUS

### **Bibliographie**

- "Lozère, Lozère", Jeanine Brager et Alain Gas, Ed. La Regordane.
- "Cévennes", Alain Gas et Jacques Durand, Ed. Espace Sud.
- "Cévennes", Kenneth White et Daniel Faure, Ed. Duculot, P.N.C.
- "Lozère des sources", Morel-A-L'Huissier, J. François Sales, La Regorda

### **Cartographie**

- Carte Michelin n° 80 et 76, ou 239 et 240.
- Carte IGN au 1/100.000e n° 354 (Parc national des Cévennes).
- Carte IGN au 1/25 000e 2739 OT (Mont Lozère - Florac).

## **ASSURANCE MULTIRISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE RAPATRIEMENT, INTERRUPTION DE SEJOUR**

### **ANNULATION DE NOTRE PART**

Sud Randos se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants ( 6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour. En cas d'insuffisance de participants, vous serez prévenus dans un délai minimum de 21 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

Notre conseil : Si vous vous rendez en train au départ de la randonnée, évitez certains tarifs non modifiables ou non remboursables type Prem's tant que le départ n'est pas assuré.

### **ANNULATION DE VOTRE PART**

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle Sud Randos a pris connaissance du désistement par courrier avec accusé de réception :

Jusqu'à 30 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 50€ par personne.

Entre 30 et 21 jours : 25 % du montant du séjour.

Entre 20 et 8 jours : 50 % du montant du séjour.

Entre 7 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.

A moins de 2 jours du départ : la totalité du montant du séjour.

Les remboursements seront fait dans un délais de 60 jours maximum après annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation.

Tout participant abrégant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant, non respect de nos conditions particulières de vente ou des consignes de sécurité.

### **CAS PARTICULIERS CONCERNANT LES VOYAGES A L'ETRANGER**

Cas Particuliers concernant les voyages avec titre de transport (billet d'avion ou de train) Dans le cas d'un billet d'avion, de train ou tout autre titre de transport, émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation. Dans le cas ou vous auriez acheté votre titre de transport par vos propres moyens, aucun remboursement ne pourra être effectué si le séjour venait à être annulé.

### **FRANCHISE SUD RANDOS**

Une franchise forfaitaire en complément des frais d'annulation ci dessus, pour frais de dossier, de 50€ par personne sera appliquée pour chaque annulation.

Nota : Le complément de remboursement par l'assureur sera réalisé suivant les confition du contrat et avec également une franchise propre.

## **EXTRAIT DES CONDITIONS GENERALES ET PARTICULIERES ASSURANCE MULTIRISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE RAPATRIEMENT, INTERRUPTION DE SEJOUR**

Nous proposons une assurance multirisques. Elle est facturée séparément (3,9 % du coût du voyage). Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de MMA Europ Assistance.

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Assistance – Annulation – Interruption de séjour Open Odyssée Vagabondages n° 58 223 429 joint à votre dossier.

Il est disponible sur [www.sudrandos.com](http://www.sudrandos.com) ou sur simple demande.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

### **L'ASSURANCE ANNULATION**

La garantie de l'assuré

**Code : 12BAGQA**

prend effet dès son inscription et

cesse lors de son départ.

Les événements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la modification ou le refus des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol de la carte d'identité, du passeport
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.

Dans les cas de mutation professionnelle, de modification ou de refus des dates de congés payés, de vol de la carte d'identité ou du passeport, une franchise de 20 % est applicable avec un minimum de 30 € par personne.

Dans les autres cas, une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

### **L'ASSURANCE FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE RAPATRIEMENT, INTERRUPTION DE SEJOUR :**

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès d'Europ Assistance sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 15 300 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 3 100 €,
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 8000 € par assuré,
- ...

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie frais de recherche et secours avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie frais de recherche et secours.

## **EXTRAIT DES NOS CONDITIONS PARTICULIERES DE VENTES DE SEJOURS**

### **QUAND RESERVER ?**

De toute façon, le plus tôt possible, car ainsi vous êtes sûrs que votre inscription est prise en compte.

### **COMMENT RESERVER ?**

L'inscription est effective dès que nous recevons votre bulletin d'inscription signé, accompagné d'un acompte de 30% (à plus d'un mois du départ) ou de la totalité du règlement (à moins d'un mois).

A moins de 8 jours du départ le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit.

### **CAS PARTICULIER D'UNE RESERVATION DE SEJOUR LIBERTE**

L'organisation de nos séjours en liberté ne nous permet pas de vous proposer de prendre une « OPTION » sur une date. Votre inscription sera donc forcément une réservation ferme est effective dès que nous recevons votre bulletin d'inscription signé, accompagné d'un acompte de 30% (à plus d'un mois du départ) ou de la totalité du règlement (à moins d'un mois).

A moins de 10 jours du départ nous nous réservons la possibilité de refuser votre réservation ou de vous facturer 50€ supplémentaires par personnes pour le traitement « très particulier » de votre dossier. Le paiement devra alors être obligatoirement effectué par carte de crédit.

### **MODE DE PAIEMENT**

Par chèque bancaire français à l'ordre de Sud Randos (préciser au dos de votre chèque le nom des personnes concernées si vous réglez pour le compte de quelqu'un d'autre).

Par chèques vacances. Sud Randos est habilité par l'ANCV à recevoir des chèques vacances en règlement des prestations.

Par carte de crédit Visa ou Mastercard. Dans ce cas, indiquez très lisiblement votre numéro de carte, la date d'expiration, les trois derniers chiffres du code inscrit au dos de votre carte, ainsi que votre signature (obligatoire) au bas du bulletin d'inscription.

Si vous n'habitez pas en France, nous vous conseillons de payer par virement bancaire. Attention : si vous payez l'acompte par carte bancaire, sauf avis spécial de votre part, le solde sera débité également par carte bancaire, un mois avant la date de votre départ.

### **CONDITIONS GENERALES VENTES**

Les conditions générales de vente de Sud Randos sont disponibles en ligne sur notre site : <https://www.sudrandos.com/condition-de-ventes#cgv>. Un extrait est fourni avec les fiches techniques et/ou le bulletin d'inscription. Elles sont réputées être acceptées par le client au moment du versement de l'acompte.

### **ACCUSE DE RECEPTION**

Lorsque nous sommes en possession de votre bulletin d'inscription et de votre acompte, nous vous envoyons un accusé de réception vous informant si d'ores et déjà si votre randonnée est assurée.

### **CONFIRMATION**

Lorsque la randonnée est assurée, nous vous adressons vos documents de voyage environ 10 jours avant votre départ. Ceux-ci comprennent la convocation, votre facture, la documentation de l'assurance et tous les éléments complémentaires nécessaires à l'organisation de votre randonnée. Pour les voyages à l'étranger, une convocation à l'aéroport vous parviendra au plus tard huit jours avant le départ.

### **FICHE TECHNIQUE**

**Code : 12BAGQA**

Pour chaque programme, nous vous ferons parvenir au moment de votre inscription (ou auparavant si vous le souhaitez), une fiche technique comportant tous les détails pratiques : accès routier, accueil gare, horaires, équipement à prévoir, etc...

## **ASSURANCES**

Responsabilité civile

Conformément à la réglementation de notre profession, SUD RANDOS est assuré en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.

## **PAIEMENT**

Votre inscription ne sera prise en compte qu'avec le versement d'un acompte représentant 30 % du prix du séjour choisi (ou la totalité à moins d'1 mois du départ). Pour effectuer un règlement, vous pouvez utiliser un chèque bancaire ou postal, votre carte bancaire, des chèques vacances (nous sommes affiliés à l'ANCV), ou un virement bancaire ou postal. Pour les règlements depuis l'étranger, nous conseillons vivement les paiements par carte bancaire, ce pour vous éviter des frais. Enfin, sachez que nous n'accusons pas réception de vos versements.

## **CONTESTATION**

Tout litige ou contestation est du ressort exclusif du tribunal de commerce de Montpellier. SUD RANDOS est une association qui a reçu une habilitation tourisme sous le numéro : HA 034980001, ainsi qu'une immatriculation ATOUT France : **IM034110035**

## **RESPONSABILITE**

SUD RANDOS se réserve le droit d'expulser à tout moment une personne dont le comportement compromet la sécurité ou le bien-être du groupe ainsi que de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires ou certaines prestations du programme directement ou par l'intermédiaire de l'accompagnateur qui reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.

## **MODIFICATION DE LA RESERVATION**

ATTENTION ! Des frais de dossier (50 € par personne) pourront être retenus pour tout changement sur la réservation déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...). Votre randonnée commencée, pour des raisons évidentes d'organisation, vous devez impérativement suivre le programme tel qu'il vous a été confirmé. Il ne sera alors plus possible de modifier vos dates et lieux d'hébergement. Vous pourrez nous demander une nouvelle réservation confirmant vos modifications (changement du type de chambre, date de départ, nombre de personnes...). Cette nouvelle réservation sera facturée au tarif normal du séjour, incluant les frais d'annulation selon nos CGV du séjour concerné.

## **ADHESION**

La réservation d'une prestation, ou la participation à l'un de nos séjours ou activités, inclus l'adhésion à l'association SUD RANDOS. Le bénéficiaire du circuit ou de la prestation devient adhérent pour l'année civile en cours. Le montant de l'adhésion est voté en assemblée générale.

## ECOTOURISME

### **CHARTRE EUROPEENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTEGES**

SUD RANDOS est la première agence associative Européenne à obtenir le label Ecotourisme !

A l'issue de la réunion de la Section Française de la Fédération Europarc, le 16 avril 2014, SUD RANDOS a obtenu l'agrément Ecotourisme au titre du volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés. Cette certification témoigne de l'engagement de SUD RANDOS dans le développement d'un tourisme responsable selon les 3 piliers de la Charte : Social, Environnemental et Économique.

SUD RANDOS a été soutenue par le Parc Naturel Régional des Grands Causses en Aveyron.

### **BONNES PRATIQUES DE LA RANDONNEE**

Le patrimoine naturel est riche mais fragile. En balade, respectez la nature pour la conserver intacte...

#### **Soyez curieux... mais discrets :**

Si vous voulez observer les animaux sauvages, sachez que moins vous ferez de bruit et plus vous aurez de chance de les apercevoir. A certaines périodes de l'année quelques parcours seront modifiés pour ne pas déranger les animaux en période de reproduction.

#### **Fermez les portes derrière vous :**

Chicanes, portillons, barrières... ne sont pas là par hasard. Ni pour faire beau sur les chemins. Tous ces aménagements ont été spécialement installés pour garder les animaux, principalement des brebis à l'intérieur des clôtures. En traversant les parcs animaliers, soyez calme et discret pour ne pas nuire aux troupeaux.

#### **Laissez les fleurs où vous les trouvez :**

En chemin, vous pourrez admirer de nombreuses espèces végétales mais ne les cueillez pas, nombreuses sont protégées !

#### **Jetez vos déchets :**

A la poubelle ! Ne laissez rien d'autre que la trace de vos pas dans la nature. Les déchets peuvent mettre des dizaines voire des milliers d'années avant de disparaître, certains peuvent provoquer des blessures ou des incendies ! Truc d'indien : brûlez vos papiers hygiéniques (en prenant la précaution de ne pas provoquer un incendie...).

#### **Suivez les chemins :**

L'itinéraire que nous vous proposons respecte les cultures et les propriétés privées. S'il traverse un champ, contournez le !

#### **Fumée sans feu :**

Un simple mégot de cigarette, des braises mal éteintes multiplient les risques d'incendies. Soyez prudent !

#### **Les arbres :**

Vous les aimez, mais n'y inscrivez pas vos initiales pour la vie... Elles provoqueraient des blessures irrémédiables porteuses de parasites qui affaiblissent les arbres.

## EUROPÉENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTÉGÉS »

La Charte européenne du tourisme durable, qu'est-ce donc ?

- une charte en dix principes, créée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, signée par plus de 130 espaces protégés, dont 26 en France
- qui a pour vocation de développer dans les espaces protégés un tourisme de qualité dans le respect de l'homme et de son environnement

Etre certifié au titre de la Charte européenne du tourisme durable est **une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme durable**, une attestation de la confiance que portent les Parcs naturels à notre entreprise et à sa démarche.

Nos séjours, **créés en partenariat avec les Parcs naturels**, allient beaux paysages, découverte de patrimoines naturels et culturels d'exception, activités de pleine nature. La rencontre et l'échange, aussi, avec les hommes et femmes qui vivent ces territoires au quotidien.

Des séjours 100% Parcs naturels et naturellement développement durable.

### **Les 10 principes qui guident notre partenariat avec les Parcs naturels :**

- 1/ Impliquer toutes les personnes participant à la gestion et au développement touristique dans et autour de l'espace protégé
- 2/ Elaborer et mettre en œuvre une politique de tourisme durable et un plan d'action pour l'espace protégé
- 3/ Protéger et mettre en œuvre l'héritage naturel et culturel de l'espace protégé, pour et par le tourisme, le protéger d'un développement touristique abusif
- 4/ Proposer aux visiteurs une expérience de grande qualité pour tous les aspects de leur visite
- 5/ Accroître les bénéfices du tourisme pour l'économie locale
- 6/ Promouvoir les produits touristiques spécifiques permettant la découverte et la compréhension de ce paysage
- 7/ Approfondir la connaissance de l'espace protégé et les questions de viabilité parmi les parties concernées par le tourisme
- 8/ Veiller à ce que le tourisme soutienne, au lieu de diminuer, la qualité de vie des habitants locaux
- 9/ Communiquer de manière effective auprès des visiteurs, des entreprises touristiques et des résidents, au sujet des qualités particulières de la zone
- 10/ Surveiller et influencer les flux de visiteurs afin de réduire les impacts négatif

L'ESPRIT DE NOS

**Code : 12BAGQA**

SEJOURS

Il y a bientôt 30 ans, ce qui a rassemblé les agences de randonnées au sein du réseau VAGABONDAGES, ce sont des valeurs aujourd'hui dans l'air du temps :

- Implantation et vie de nos équipes en milieu rural.
- Implication dans la vie locale et ses projets.
- Respect de l'environnement.

**Toutes les agences du réseau VAGABONDAGES sont différentes, mais elles se rassemblent autour de valeurs communes. Nous avons choisi de travailler ensemble et de partager nos passions et nos randonnées !**

Aujourd'hui, les séjours VAGABONDAGES vous proposent de partager nos valeurs et notre engagement, en devenant vous aussi acteurs de votre randonnée.

Devenir acteur cela peut être :

- Vivre un temps privilégié avec chacune des rencontres (en chemin, en découverte, à l'étape, avec votre hôte, votre accompagnateur, les agriculteurs, ...).
- Utiliser autant que possible les transports en communs.
- Avoir le choix ou non de porter ses bagages. Le confort a des exigences? La question vous sera posée. Des solutions alternatives au transport des bagages pourront vous être proposées.
- Favoriser, consommer les productions locales pour une juste rémunération de chacun.
- Prendre plaisir à la dégustation de produits locaux de saison.

Etre acteur, c'est également, à l'issue de votre randonnée, prendre le temps de nous faire partager votre vécu et votre ressenti. Vous participez ainsi activement à l'évolution et à l'amélioration du séjour dans le respect de nos valeurs communes.

#### **Randonner :**

C'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure.

C'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.

C'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village.

C'est apporter une dimension humaine à la découverte d'un pays.

#### **Et enfin...**

N'oubliez pas que le succès complet de votre randonnée dépendra en grande partie de la capacité de chacun à participer pleinement à la vie de groupe, à laisser ses soucis de côté pour quelques jours. Nous ferons tout pour vous laisser un souvenir inoubliable de vos vacances, à vous de venir les vivre avec plaisir et humour

#### **Idée sympa :**

Vivez un moment de convivialité et de gourmandise, en partageant un échantillon de votre terroir pour le faire découvrir à vos compagnons de marche si vous rejoignez une groupe qui se constitue de personnes venues d'horizons diverses.

**SI NOUS N'AVONS PAS REPONDU A TOUTES VOS QUESTIONS N'HESITEZ PAS A NOUS CONTACTER :**

SUD RANDOS - rue du Pontil - 12490 ST ROMÉ DE CERNON .

Renseignements : 06 48 20 71 48

Urgences : 06 52 40 80 34

mail : [contact@sudrandos.com](mailto:contact@sudrandos.com) site internet : <https://www.sudrandos.com>

A très bientôt sur nos chemins, l'équipe de Sud Randos.

**Code : 12BAGQA**