

Saint Jacques de Compostelle

Via Arverna

De Bretenoux à Cahors

Randonnée – 7 jours/6 nuits – en liberté

LES POINTS FORTS

- Bastide de Bretenoux
- Villes et villages emblématiques : Loubressac, Carrenac, Rocamadour et Cahors
- Gouffre de Padirac
- Vallée de la Dordogne et rives du Lot
- Cité perchée de Rocamadour
- Ancienne bastide anglaise de Montfaucon

Découverte de cette voie encore peu empruntée, qui figure parmi les plus beaux parcours du Massif central. Son tracé sauvage traverse la Basse-Auvergne et ses églises romanes. Puis, il sillonne la Haute-Auvergne, avec un passage panoramique dans les monts du Cantal à 1700 m d'altitude. Il mène enfin à la cité sacrée de Rocamadour avant de rejoindre la « Via Podiensis » à Cahors.

L'itinéraire borde tout d'abord le pays des causses (plateaux) calcaires du Quercy. Ces territoires sont pourvus de nombreux gouffres, appelés igues ; le plus célèbre est le gouffre de Padirac découvert par Alfred Martel. Plus loin, c'est ensuite la traversée du causse de Gramat torturé par l'eau souterraine, terre à moutons, ouvert par les canyons de l'Alzou (Rocamadour) et de l'Ouyse. Enfin, les rives du Lot conduisent par des anciens chemins de halage jusqu'à la ville d'art de Cahors.

JOUR 1 : Bretenoux

Accueil en fin d'après-midi en nuit + petit-déjeuner en chambres d'hôtes à Bretenoux.

JOUR 2 : De Bretenoux à Loubressac

A découvrir au fil de l'étape : la bastide de Bretenoux avec ses maisons anciennes, son église, son enceinte de ville, le village d'Autoire avec son cirque, sa cascade, ses maisons typiques, son église, ses ruines de château, le village de Loubressac avec son église, son château, ses remparts et ses maisons anciennes. Accueil en hôtel en demi-pension.

15 km - 4 à 5 h de marche environ

JOUR 3 : De Loubressac à Carennac

A découvrir au fil de l'étape : le gouffre de Padirac, cavité naturelle dotée d'une rivière souterraine, la vallée de la Dordogne, le village de Carennac classé « Plus Beau Village de France » avec son prieuré clunisien, ses demeures renaissance et son château des Doyens. Accueil en hôtel en demi-pension.

15,5 km - 4 à 5 h de marche environ

JOUR 4 : De Carennac à Rocamadour

A découvrir au fil de l'étape : la vallée de la Dordogne, le cirque de Montvalent formé par un bras de la Dordogne, la vallée de l'Alzou, la cité perchée de Rocamadour avec son grand escalier des pèlerins, sa basilique Saint-Sauveur, ses 7 églises et chapelles, son château et ses remparts.

Accueil en hôtel en demi-pension.

26,5 km - 8 h de marche environ

JOUR 5 : De Rocamadour à Labastide-Murat

A découvrir au fil de l'étape : le très beau village caussenard de Couzou et son château classé « Monument Historique », le moulin à vent de la Comté caractérisé par ses deux paires de meules, l'ancienne bastide royale anglaise de Montfaucon fondée en 1292. Accueil en demi-pension en chambres d'hôtes ou en hôtel selon les disponibilités.

25,5 km - 7 à 8 h de marche environ

JOUR 6 : De Labastide-Murat à Vers

A découvrir au fil de l'étape : les points de vue sur le plateau de Bel-Air, les combes de la Rauze et du Vers, l'ancienne commanderie de Cras, l'aqueduc gallo-romain de Divona, l'oppidum de Murcens et le village de Vers.

Accueil en hôtel en demi-pension.

24 km - 7 à 8 h de marche environ.

JOUR 7 : De Vers à Cahors

A découvrir au fil de l'étape : vues sur les rives du Lot, les écluses du Lot et l'ancien chemin de halage, le village d'Arcambal avec son église et son château, la ville de Cahors avec son pont Valentré classé Patrimoine Mondial par l'UNESCO, ses vieilles maisons et sa cathédrale Saint-Etienne.

Fin de programme et de nos prestations à Cahors en fin d'après-midi.

16,5 km - 4 à 5 h de marche environ

▫ LES INFOS PRATIQUES

▪ **Les points clés :**

Le rendez-vous : Accueil en fin d'après-midi à Bretenoux.

La fin du séjour : En fin d'après-midi à Cahors. Possibilité de nuit supplémentaire en formule nuit + petit-déjeuner en fin de séjour (nous consulter).

Le niveau : Entre 4 et 8 h de marche par jour, sans difficulté technique.

La documentation fournie : Nous vous enverrons un carnet de voyage comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : topo-guide et cartes, étiquettes pour vos bagages, feuille de route comprenant les coordonnées des hébergements. Vous y trouverez la description des chemins (tout le parcours est balisé) et des commentaires sur les villages, les monuments...

L'hébergement : Nuits en hôtels de différentes catégories ou chambres d'hôtes selon les disponibilités (douche et WC dans la chambre le plus souvent).

Pour des raisons d'organisation, l'accueil et l'installation dans certains hébergements ne peut se faire avant 16 h / 16 h 30. Ces informations seront précisées sur votre feuille de route.

Les repas :

- Dîners : servis à partir de 19 h / 19 h 30 ; la plupart du temps, ils correspondent au menu pèlerin du jour (entrée, plat et dessert). Au cours de votre randonnée, vous découvrirez les spécialités régionales.
- Petits-déjeuners : servis à partir de 7 h 30, à table ou sous forme de buffet, ils sont composés le plus souvent d'une boisson chaude, de pain et/ou viennoiseries, beurre et confiture, et parfois, d'un jus de fruits, d'un yaourt, de céréales sucrées.
- Pique-niques : la plupart des hébergements proposent des paniers pique-niques (non compris, à payer sur place), le topo-guide fourni dans votre carnet de route vous renseigne sur les possibilités de ravitaillement dans les commerces, à l'étape et/ou sur le chemin.

Précaution/hygiène :

Tous nos hébergements ont été sélectionnés pour leurs qualités d'accueil, de confort et de propreté. Malgré cela, certains d'entre eux nous ont signalé le retour des **punaises de lit** qui sont le plus souvent véhiculées par des randonneurs. Pour aider les hébergeurs à éradiquer ce fléau mais aussi pour limiter les risques de piqûres, il convient de pulvériser l'intérieur et l'extérieur de vos bagages (sac à dos de la journée et bagage suiveur), ainsi que tous vos vêtements et vos chaussures. Des sprays sont en vente dans les pharmacies et dans certains hébergements ; quelques produits sont 100 % naturels et labellisés ECOCERT. **Afin de limiter les risques de propagation, nous vous demandons de suivre scrupuleusement les consignes mises en place par les hébergeurs sans les prendre comme des brimades (par exemple l'interdiction d'emporter vos bagages et sacs à dos dans les chambres ou dortoirs).** De retour à la maison, en cas de doute, nous vous conseillons de laver l'ensemble de vos affaires à 65°C ou sinon, de mettre vos affaires pendant 2 jours dans un congélateur (la punaise ne survit pas aux températures inférieures à 0°C).

Organisation :

Lorsqu'il n'y a pas de disponibilité à une étape du programme décrit ci-dessus, nous vous proposons deux nuits consécutives à l'étape précédente ou à l'étape suivante et nous organisons les transferts correspondants (supplément possible). Votre itinéraire à pied n'est pas modifié.

Pour pouvoir réaliser les étapes du programme, nous vous conseillons de réserver le plus tôt possible.

Transport des bagages : Vos bagages sont transportés par nos soins sauf si vous choisissez la formule sac au dos.

Le balisage : Tout le sentier est balisé : GR (blanc et rouge) et/ou coquille.

- **Les accès :**

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant.

Pour arriver au point de rendez-vous :

En train : Gare SNCF de Bretenoux. Pour connaître les horaires et les prix consulter le site www.voyages-sncf.com.

Service plus : Via Compostela réserve vos billets de train SNCF. Vous bénéficiez d'un tarif et d'une place garantis, vous pouvez alors vous inscrire en toute sérénité. Pour recevoir une proposition de chez vous à la gare de départ de la randonnée, contactez-nous : transport@via-compostela.com.

En voiture : Pour votre itinéraire en voiture, consulter le site www.viamichelin.com

Votre hébergement à Bretenoux dispose d'un parking privé.

Soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter le site suivant qui organise le covoiturage : www.blablacar.fr.

En fin de circuit :

En train : Gare SNCF de Cahors (environ 2 h 20 de trajet avec un changement à Brive-la-Gaillarde). Pour connaître les horaires et les prix consulter le site www.voyages-sncf.com

▪ **Le prix comprend :**

- La demi-pension (sauf dîner du jour 1)
- Le Carnet de Route (documentation pour la réalisation de la randonnée)
Un Carnet de Route est fourni par dossier d'inscription.
- Le transport des bagages entre les hébergements selon la formule choisie
- Les taxes de séjour

▪ **Le prix ne comprend pas :**

- Les déjeuners et le dîner du jour 1
- Les boissons
- Les visites
- L'assurance
- Les frais d'inscription

▪ **L'équipement de base :**

Les bagages :

- 1 sac de voyage souple ; évitez les valises qui sont plus encombrantes, et limitez le poids de vos affaires à 10 kg maximum
- 1 petit sac à dos de 30 L minimum pour les affaires de la journée

Les vêtements :

- 1 veste imperméable et respirante (type gore-tex)
- 1 fourrure polaire ou 1 pull
- 1 cape de pluie (poncho)
- 1 pantalon de marche
- 1 paire de gants fins
- 1 bonnet
- 1 short
- 1 maillot de bain + serviette
- plusieurs paires de chaussettes (pas trop grosses)
- des sous-vêtements
- 1 paire de tennis
- 1 survêtement ou vêtement ample pour le soir

Le matériel :

- 1 paire de chaussures de marche ayant déjà servi
- lunettes de soleil, crème solaire et protection des lèvres
- 1 chapeau
- 1 gourde (prévoir 2 à 3 L par personne et par jour en été)
- 1 bol plastique type Tupperware pour le pique-nique + couverts

La pharmacie :

- 1 petite pharmacie personnelle (gaze, élastoplaste, antalgique, double peau pour les ampoules, boules Quies...)

Divers :

- vos papiers d'identité

N'oubliez pas votre bonne humeur, ni votre curiosité !

Bibliographie :

Des livres de photographies aux essais historiques en passant par les récits et les romans, le chemin a inspiré de nombreux auteurs. Voici notre sélection (non exhaustive), qui vous permettra d'aborder le pèlerinage en randonneur averti.

Ouvrages généraux :

- *Les Chemins de Saint-Jacques de Compostelle* – Bernard BRIAIS, Editions de Borée (octobre 2013), 240 pages.
Au travers de photographies, ce beau livre nous fait découvrir ou redécouvrir les beaux sites, les monuments historiques et les sites naturels qui jalonnent les quatre routes historiques du chemin de Saint-Jacques.
- *Mille ans vers Compostelle : l'aventure des pèlerins sur les chemins de Saint-Jacques* – Patrick HUCHET, Editions Ouest France - Collection Album (octobre 2012), 204 pages.
Cet ouvrage retrace toute l'histoire du pèlerinage de Compostelle, de sa fondation au IX^{ème} siècle à sa renaissance au XX^{ème} siècle.
- *Compostelle 813-2013, 1200 ans de pèlerinages* – Denise PERICARD-MEA et Louis MOLLARET, Editions Sutton - Collection Evocations (mai 2013), 160 pages.
Cet ouvrage présente des anecdotes et des témoignages vécus, démontrant l'influence des deux derniers siècles sur l'histoire de Compostelle. Il s'appuie sur une trentaine de récits de pèlerins, du premier connu aux années 1980.
- *Le pèlerin de Compostelle* – Paulo COELHO, Editions 84 - Collection J'ai Lu (avril 2009), 256 pages.
Dans ce roman, l'auteur, qui a lui-même entrepris le pèlerinage de Saint-Jacques de Compostelle, restitue dans un style simple et fluide son voyage initiatique comme une expérience universelle.

Ouvrage plus spécifique à la Via Arverna

- *Rencontres sur les chemins de Saint-Jacques de Compostelle* - Francis DEBAISIEUX et Noël GRAVELINE, Editions Debaisieux (mars 2009), 128 pages.
Ce récit de voyage nous fait cheminer dans les pas des anciens pèlerins, au fil des trois chemins qui traversent le Massif Central.

Le carnet du pèlerin ou « credencial » ou « créanciale » et « La Compostela » :

« Le credencial » ou « la créanciale », bien connu des pèlerins, permet de garder une trace écrite de votre parcours. Ce passeport est un signe fort d'appartenance à la communauté des marcheurs du Saint-Jacques. Il est à tamponner à chaque étape dans les hébergements, dans certaines églises, offices de tourisme... et atteste de votre état de pèlerin. Il est délivré par votre association jacquaire locale ou en faisant appel au service pèlerinage de votre diocèse mais vous pouvez également vous le procurer dans les principales villes-étapes du chemin (informations dans les offices de tourisme). Ces tampons témoignant de votre itinéraire, vous permettront d'obtenir le diplôme du Pèlerin « La Compostela » à votre arrivée à Saint-Jacques de Compostelle.

◉ AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Via Compostela est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d'informations concernant ATR sur : <http://www.tourisme-responsable.org>

Nous sommes également engagés dans le volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les espaces protégés de la fédération EUROPARC.

En savoir plus : <http://www.tourisme-responsable.org/voyager-responsable/charte-ethique-voyageur/>

Environnement :

Les randonnées se déroulent le plus souvent dans des espaces naturels sensibles et à ce titre toute activité se doit de respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement : on ne dérange pas les animaux qui sont chez eux et on n'arrache pas les fleurs car elles ne repoussent pas !

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats.

Garanties spécifiques d'assistance – rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 €
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un évènement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 € / pers.
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone, etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

Via-Compostela.com est une marque déposée par Chamina Voyages pour vous faire vivre une expérience unique sur les chemins historiques