



Chemin de Compostelle : Le Chemin d'Arles, St. Gervais sur Mare - Castres



Parmi les Chemins de Compostelle, le Chemin d'Arles ou voie Toulousaine fut l'un des plus importants. Suivant le tracé des anciennes voies romaines, il reliait les deux centres majeurs de la chrétienté européenne : Rome et Saint Jacques de Compostelle.

**6 jours - 5 nuits - 5 jours
de marche**

- Départ garanti à partir de 1
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Liberté

Code voyage :
FP2ARL2



Les points forts

- Village médiéval de St-Gervais-sur-Mare
- Murat et ses nombreuses pierres mégalithiques
- La Salvetat-sur-Agout, village fortifié
- Anglès, son château de Campan du XVème siècle

The resource of this report item is not reachable.

Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

Ainsi, jacquaires et "romieux" se croisaient sur cette voie, fil conducteur à double sens des échanges spirituels et culturels le long des siècles. Sur les pas des anciens pèlerins le marcheur de nos jours traverse en France des villes et lieux avec un riche patrimoine avant de pénétrer dans la vallée d'Aspe et traverser les Pyrénées par le Col du Somport. Puis, déjà en Espagne, le Haut Aragon et la Navarre. À Puente La Reina il rencontre le Chemin venant de Roncevaux pour entamer la grande ligne droite... Au cœur du Parc Naturel Régional du Haut Languedoc, le parcours sinue entre la crête de l'Espinouse et les Monts de Lacaune, puis c'est l'arrivée sur le plateau des lacs (La Salvetat sur Agout, et Anglès) avant de rejoindre la ville de Castres.

■ PROGRAMME

JOUR 1

Saint-Gervais-sur-Mare : Accueil en fin d'après-midi en ½ pension en chambres d'hôtes à Saint-Gervais-sur-Mare.

JOUR 2

De Saint-Gervais-sur-Mare à Murat-sur-Vèbre : Entrée dans le Parc Naturel Régional du Haut Languedoc. Les signes les plus visibles de la faune et de la flore méditerranéenne s'estompent peu à peu. Les forêts sont plus denses et les résineux sont partout présents. Le parcours est jalonné de croix ornées de coquilles et de vestiges tels que la chapelle Saint-Eutrope (hors GR). Au pied du sommet de l'Espinouse (1124 m), le col du Ginestet marque la frontière entre les régions du Languedoc-Roussillon et du Midi-Pyrénées. Accueil en 1/2 pension en hôtel ou en chambres d'hôtes selon les disponibilités.

Temps de marche : 6 à 7h. Distance : 24km.

JOUR 3

De Murat-sur-Vèbre à la Salvetat-sur-Agoût : Au-dessus du village de Candoubrese dresse le dolmen de Castelsec et plus loin c'est la découverte de deux menhirs preuve de la trace mégalithique de l'homme en ces lieux. Puis, passage par Villelongue, village de schiste en bordure du lac artificiel de Laouzas situé à une altitude de 790 m. Accueil en 1/2 pension en hôtel ou en chambres d'hôtes selon les disponibilités.

Temps de marche : 5h30. Distance : 21km.

JOUR 4

De la Salvetat-sur-Agoût à Anglès : Départ de la Salvetat-sur-l'Agoût et de son lac en suivant l'Agoût. Traversée de vastes forêts ponctuées de maisons isolées et de villages disséminés. A mi-chemin, passage du département de l'Hérault pour celui du Tarn. Accueil en 1/2 pension en gîte ou chambres d'hôtes selon les disponibilités.

Temps de marche : 5 à 6h. Distance : 20km.

JOUR 5

D'Anglès à Boissezon : L'étape du jour chemine jusqu'au village de Boissezon qui garde quelques restes de murailles d'un village fortifié et d'une église romane. Accueil en 1/2 pension en chambres d'hôtes.

Temps de marche : 5 à 6h. Distance : 20km.

JOUR 6

De Boissezon à Castres : Pas de difficultés particulières pour cette l'ultime étape de ce parcours qui, après le passage dans le village de Noailhac, conduit en terre occitane dans la ville de Castres. Fin du programme et de nos prestations en fin de journée.

Temps de marche : 4 à 5h. **Distance** : 15km.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

■ INFOS PRATIQUES

RENDEZ-VOUS

A l'hôtel à Saint Gervais sur Mare dans l'après-midi.

FIN DU SÉJOUR

Fin de programme à Castres en début d'après-midi.

ACCÈS AU LIEU DE RV

En train : gare SNCF de Bédarieux (ligne Béziers - Clermont-Ferrand). Pour rejoindre St Gervais sur Mare depuis Bédarieux, taxi Christophe à St Gervais sur Mare - Tél. : 04 67 23 60 57 ou 06 82 58 53 32 - e-mail : christophe.ambulances@orange.fr

En voiture : pour votre itinéraire, consulter les sites Internet www.viamichelin.fr ou www.mappy.fr.

PARKING

Le stationnement est en principe gratuit à St Gervais sur Mare, toutefois il est utile de vérifier auprès de l'office de tourisme avant de garer son véhicule - Tél. : 04 67 23 68 88.

COMMENT REPARTIR

En train : gare SNCF de Castres

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

1

NIVEAU

Randonnées de 4 à 6 heures sans difficulté.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins (sauf option Sans transport des bagages).

HÉBERGEMENT

En hôtel 1*, 2** ou en chambre d'hôtes, bain ou douche et wc dans la chambre.

REPAS

Accueil en 1/2 pension. Les dîners et petits déjeuners sont pris dans les restaurants des hébergements. Les pique-niques peuvent être commandés la veille au soir dans les restaurants (hors forfait, à payer sur place). Vous pouvez également vous ravitailler à certaines étapes grâce aux petits commerces locaux.

DÉPLACEMENTS

E fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

LE PRIX COMPREND

5 nuits en demi-pension, le transport des bagages selon la formule choisie, un carnet de voyage avec topo-guide pour 1 à 4 personnes.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Les repas de midi, les boissons, les frais d'inscription et l'assurance.

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. Ayez également dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

CONTENU POCHETTE VOYAGE

Dans le mois précédant le départ et après réception du solde de votre séjour, nous vous enverrons une pochette voyage comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : une fiche pratique détaillant le déroulement de votre séjour (horaires de rendez-vous, transferts, contacts et adresses des hébergements...) un topoguide détaillant votre itinéraire et le plus souvent complété d'informations culturelles, naturalistes etc., cartes (parfois intégrées au topoguide), ainsi que les documents contractuels (facture, contrat d'assurance) et des étiquettes pour vos bagages. Sur certains séjours ou à certaines périodes, nous pouvons être contraints d'expédier votre pochette à l'hébergement du premier jour ; nous vous en informerons aussi tôt que possible.

CHAMP SUPP. INFOS SÉJOUR

Le carnet du pèlerin ou « credencial » ou « créanciale » :

Ce document est bien connu des pèlerins, il permet de garder une trace écrite de son parcours. Ce passeport est un signe fort d'appartenance à la communauté des marcheurs du Saint Jacques. Il est à tamponner à chaque étape et atteste de votre état de pèlerin. Il est délivré par les associations jacquaires - site Internet : www.chemindecampostelle.com/Associations/Associations.html mais vous pouvez également vous le procurer au départ du Puy-en-Velay.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement de bus ou d'organisation logistique. Le poids doit-être impérativement limité à 12 kgs. Tout bagage supplémentaire ou d'un poids supérieur risque de ne pas être pris en charge par le transporteur ou alors il vous demandera un supplément.

Evitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants chauds
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (utile si vous souhaitez emporter des salades pour votre pique-nique)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez vos compagnons de voyage de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

AUTRES PRÉCISIONS

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

■ EN SAVOIR PLUS...

BIBLIOGRAPHIE

Guides culturels et touristiques:

- Guide Gallimard SAINT JACQUES.
- Huchet / Yvon Boelle, Sur les Chemins de Compostelle, Patrick- Rennes, Ouest France - 1999 (regroupe la partie française et espagnole).
- Guides de poche du randonneur et du pèlerin sur le Chemin de Saint Jacques de Compostelle - F. Lepère. Ed. Lepère - février 2009.

Essais historiques:

- Yves BOTINEAU, Les Chemins de St-Jacques - Ed. Arthaud. (en réimpression).
- Xavier Barral, Compostelle, le Grand Chemin, Découverte Gallimard - Les chemins de St Jacques de Compostelle Collection In Situ Ed MSM/
- Jacques de Voragine, La légende dorée -, Point Seuil 1998. Ce livre ne se soucie pas tant de l'histoire que de romancer la vie des saints : où comment se construisent les légendes.

Récits:

- Jean-Claude BOURLES, Retour à Conques - - Ed. Petite Bibliothèque Payot / Voyageurs : Partis du Puy-en-Velay, deux marcheurs entreprennent la grande randonnée 65 qui, à travers la Haute-Loire, la Lozère et l'Aveyron, les conduira à Conques.
- Jean-Claude BOURLES, Passants de Compostelle-, Ed. Petite Bibliothèque Payot / Voyageurs : l'auteur interroge les pèlerins mais aussi des témoins privilégiés : agriculteurs, commerçants et tous ceux, laïcs ou religieux, qui voient se succéder les "passants de Compostelle" et parfois les accueillent.
- Jean-Claude BOURLES, Le grand chemin de Compostelle, Ed Petite Bibliothèque Payot / Voyageurs : Chemin de foi, chemin de savoir et d'échanges, chemin d'initiation : Compostelle fut tout cela, et plus encore. Mais qu'en est-il aujourd'hui ?
- Hans-Peter Kerkeling, Je pars, Paris, les arènes, 2006 Traduction 2008 Antoine Robin, 256p : Vendu à plus de 2.5 millions d'exemplaires, ce récit d'un humoriste allemand renouvelle le genre du récit de pèlerinage.

Romans:

- Coelho, Paolo, Le Pèlerin de Compostelle, éd. A. Carrière, 1991. Le philosophe nous emmène sur le chemin, un beau livre à ne pas confondre avec un récit où une étude historique.

Les librairies La Procure, spécialisées sur la religion catholique, offrent un large choix d'ouvrages. Un exemple de librairie à Paris : La Procure 3, rue de Mézières 75006 Paris, Tél. : 01.45.48.20.25. Il y en a également en province. Internet www.laprocure.com

SUR LE WEB

- Association des Amis du Chemin de St Jacques : www.aucoeurduchemin.org
- www.chemins-compostelle.com
- www.lacroiseedeschemins.com
- <http://www.zumaia.net>

■ ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement et pas l'annulation de votre voyage, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- d'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- une garantie annulation plus étendue avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour la **perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage. La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes. Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

■ CERTIFICATION ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche. Plus d'informations sur la certification ATR sur www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère Route du Val d'Azun, BP3 F 65403 Arrens-Marsous cedex

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour, Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

