



# RANDONNÉE EXTRÊME SUD-AVEYRON

## VVF Sud Aveyron\*\*\* Brusque Aveyron

Positionné dans les monts de Lacaune, partie méridionale du Massif central et plus vieille montagne d'Europe, Brusque est situé dans le sud Aveyron, limitrophe avec les départements de l'Hérault et du Tarn. Entre Grands Causses et Rougier, bordé par les montagnes du Caroux-Espinouse, Brusque est au centre d'un territoire composé de plusieurs entités paysagères, formidable terrain de jeu pour la randonnée pédestre.

### PROGRAMME RANDO 8 JOURS / 7 NUITS

**JOUR 1 ► Arrivée** en fin d'après-midi et dîner au VVF.

**JOUR 2 ► Matin « Randonnée Ermitage Saint Thomas »** : ce parcours est l'occasion d'une pause idéale à la chapelle Saint Thomas. Ici coule une source qui, dit-on, guérit les maladies des yeux et de la peau. Au départ du VVF - Durée 3 h – Rando 7 km en boucle – Dénivelé 321 m.

Déjeuner au VVF.

**Après-midi « Randonnée Autour de Sylvanès »** : pénétrez l'esprit de l'ermitage d'un moine du XII<sup>e</sup> siècle en parcourant les sentiers conduisant à l'église orthodoxe. N'oubliez pas également d'observer les nombreuses empreintes de cerfs, chevreuils et sangliers sur votre chemin. Approche 20 km A/R - Niveau vert - Durée 3 h – Rando 8 km en boucle – Dénivelé 226 m.

Dîner et soirée au VVF.

**JOUR 3 ► Journée complète avec pique-nique « Randonnée Le Caroux et l'Espinouse »** : le matin : randonnée pédestre dans la réserve nationale de Chasse et de faune sauvage du Caroux-Espinouse, les yeux grands ouverts pour surprendre les mouflons, et pour apercevoir dans le ciel l'aigle royal et le mangeur de serpents, le circaète Jean-le-Blanc. Pause pique-nique.

L'après-midi : balade naturaliste à la découverte d'une zone humide très particulière : la tourbière. Passage par une table d'orientation qui offre un joli point de vue sur la Méditerranée. Observation possible de mouflons. Approche 60 km A/R - Niveau bleu - Durée 6 h – Rando 11 km – Dénivelé 165 à 260 m.

Dîner et soirée au VVF.

**JOUR 4 ► Matin « Randonnée La croix de Brusque »** : une partie de ce parcours longe la rivière le Dourdou jusqu'au domaine de Céras. Au départ du VVF - Niveau bleu - Durée 3 h – Rando 8 km en boucle – Dénivelé 302 m.

Déjeuner au VVF

**Après-midi « Randonnée La dent de Saint-Jean »** : ce circuit vous conduit au point d'observation de « La dent de Saint-Jean » qui offre l'un des plus beaux panoramas sur Brusque et ses environs. Vous aurez aussi l'occasion d'observer la richesse de la flore locale. Au départ du VVF - Niveau rouge - Durée 3 h – Rando 7 km en boucle – Dénivelé 369 m.

Dîner et soirée au VVF.



**JOUR 5 ► Journée complète avec pique-nique « Randonnée Le Roc du Montalet »** : dans une ambiance montagnarde, l'ascension vers le **sommet du Montalet** s'effectue dans l'atmosphère ouatée de hêtres magnifiques. **Au rocher de la Vierge** (1 295 m d'altitude), le regard embrasse tout le sud du Massif central. **Pause pique-nique** à la mi-journée. *Approche 60 km A/R - Niveau bleu - Durée 4h30 – Rando 13 km – Dénivelé 400 m.*  
Dîner et soirée au VVF.

**JOUR 6 ► Matin « Randonnée Les rougiers de Camarès »** : c'est le rougier le plus vaste de France. Vous y découvrirez **un patrimoine naturel hors du commun**. *Approche 20 km A/R - Niveau bleu - Durée 2h30 – Rando 5 km – Dénivelé 140 m.*  
Déjeuner au VVF

**Après-midi « Randonnée Le château de Montaigut et le plateau de la Loubière »** : sur votre chemin, ne manquez pas **la carrière de gypse** à ciel ouvert, **le four à plâtre**, le ruisseau d'Aygue Lebade, le moulin à plâtre et **la croix sculptée** de la Jasse, avant la découverte du **château de Montaigut**. *Approche 30 km A/R - Niveau bleu - Durée 4 à 5 h – Rando 11 km – Dénivelé 210 m.*  
Dîner et soirée au VVF.

**JOUR 7 ► Journée complète avec pique-nique « Randonnée Le causse du Larzac »** : une journée de rencontre emblématique du causse du Larzac et du **paysage caussenard** dans toute sa splendeur. **Faune, flore et patrimoine bâti** seront au rendez-vous. *Approche 110 km A/R - Niveau bleu - Durée 4h30 – Rando 13,5 km en boucle – Dénivelé 215 m.*  
Dîner et soirée au VVF.

**JOUR 8 ► Petit déjeuner au VVF puis départ.**

*L'ordre de ces visites et/ou randonnées peut être modifié en fonction de la disponibilité des sites et des conditions météorologiques.*

## VOS AVANTAGES

- ✓ **1 gratuité** pour 20 personnes payantes (soit le 21<sup>e</sup> gratuit).
- ✓ **1 gratuité** pour le chauffeur du car.

## À NOTER

- ✓ Le programme proposé constitue une base. Il est adaptable par les guides/accompagnateurs sur place, en fonction de la condition physique des participants, des conditions climatiques, de la praticabilité des circuits, de la disponibilité des sites au moment du séjour.
- ✓ Attention à bien vérifier l'amplitude de conduite avec votre transporteur.
- ✓ Pensez à réserver la ou les place(s) pour le ou les guide(s) dans votre autocar.
- ✓ VVF s'inscrit dans une démarche de développement durable et contribue à la lutte contre le gaspillage. **Aussi, nous vous remercions de prévoir pour vos pique-niques** : un sac à dos, une gourde, deux boîtes hermétiques et des couverts. Des serviettes en papier seront fournies par le VVF et un kit composé d'une éponge, produit vaisselle et torchon sera mis à disposition dans vos logements.

*Les séjours sont régis par les Conditions Particulières de Vente VVF, disponibles sur demande ou à consulter sur [vvf-groupes.fr](http://vvf-groupes.fr)*