

Contenu du sac de voyage :

Maxi 10 kg **impératif**

Sac de sport
ou sac à dos



Couchage : duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie, drap sac (pour nuits en refuge), lampe frontale.

Vêtements : se référer à la rubrique « séjours » du site HCE.

Pharmacie : médicaments personnels, pansements, protections ampoules...

Divers : petits jeux, carnet de chants, instruments de musique...

Tente 2/3 places (**facultatif**).

Chaussures de rando **indispensables**.

ET Contenu du sac à la journée :

Pour tous

gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Pour les Passagers Joëlette

(2 sacoches latérales mises à disposition sur la joëlette)
Equipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel **si nécessaire**.

Pour les marcheurs

Sac à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...). Gants de cycliste conseillés.

Matériel collectif fourni

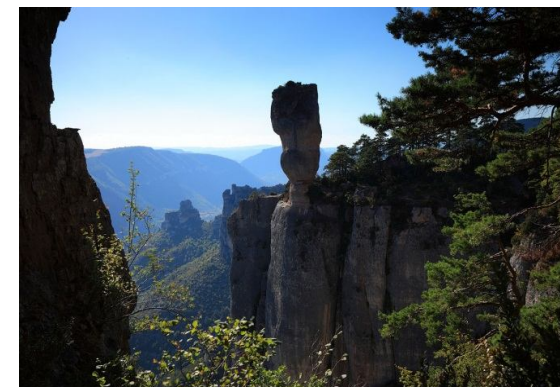
4 Joëlettes, 2 grandes tentes Marabout, matériel de **cuisine** et **couverts** complets, **tables et bancs**, pharmacie de **premiers secours**, abri et **chaise WC**, **véhicule** pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre), un **âne de bât** pour porter le pique-nique et le matériel du **bivouac**.



Handi Cap Evasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr> - hce@free.fr



Au fil du Tarn

Le Tarn, rivière intrépide, s'insère dans les Causses comme un ver dans une pomme. Elle a creusé dans la roche et s'est frayé le chemin dans la plus friable, à certains endroits jusque 500 mètres de profondeur. Ce lieu, il y a 120 millions d'années, était un vaste golfe dans lequel vivait une myriade de petits animaux marins. La sédimentation de leurs coquilles, mélangée à la terre et drainée par les rivières depuis les hauteurs environnantes, a formé le calcaire d'origine marine des plateaux caussenards. Aujourd'hui, cette terre hostile exposée aux éléments, a le privilège d'abriter une faune rare qui exige une absolue sécurité, de vastes espaces et une grande variété de proies. Il est possible en ces lieux de côtoyer l'aigle royal et les vautours fauves et moines.

Après avoir vadrouillé dans ces reliefs escarpés de falaises et de gorges contrastées par la platitude du Causse, l'aventure se poursuivra dans le décor granitique et les forêts du Mont Aigoual. Notre élévation se fera en douceur dans la fraîcheur des hêtres et des conifères jusqu'au sommet (1560m). Un voyage dans les Cévennes...

Du 04 au 11 juillet 2020

Descriptif du séjour :

- Séjour en partie itinérant.
- Hébergement : 3 nuits en camping aménagé ; 1 nuit en camping sauvage (1) = **véhicule HCE sur place, pas de portage de sac** ; 1 nuit chez l'habitant (2), 1 nuit en bivouac (3) et 1 nuit en gîte (4) = **portage d'un sac adapté pour plusieurs jours de randonnée**.
- Difficulté : séjour à caractère montagne, technique, avec peu d'eau sur le causse. **Bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

Rendez-vous :



Localisation : Lozère (48) - Gard (30)

Début du séjour : samedi 04 juillet 2020 à 17h.

Parking sous le pont de Sainte Enimie (48210)

Fin du séjour : samedi 11 juillet 2020 à 10h.

Camping de Berthézène - 30570 Valleraugue ☎ 04 67 82 20 57

Accès : Merci de **respecter l'heure de Rdv** sur place ou en gare



De Paris : A75, sortie 39, Chanac par N88 et D986 pour Ste Enimie.

De Lyon : Mende par A47/N88, D986 pour Ste Enimie.

De Nîmes : Alès, Florac par N106. D907 bis pour Ste Enimie.



Covoiturage possible en gare SNCF de Mende, située à 30mn du début du séjour : le samedi à 16 h. Retour par la gare SNCF d'Alès.

• **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :**

Jean Yves BEAU ☎ 04 78 45 98 02 ou 06 15 62 43 31

✉ jean-yves.beau@ac-lyon.fr

• **Organisation du transport :** <http://hce.asso.fr/covoiturage>

• **Encadrant(e) du séjour :** Willy SUDRE ☎ 06 85 02 23 11, à joindre en cas d'extrême nécessité.

Tarif A : se référer au site sous la rubrique « séjours »

Au fil du Tarn

Programme indicatif :

1^{er} jour : Accueil des participants vers 17 h, installation en camping sauvage (1) (altitude 500m).

2^{ème} jour : Après une immersion dans le décor grandiose des eaux du Tarn, nous prendrons un sentier ondulant le long de la rivière jusqu'à Hauterives, village en restauration accessible à pied ou en barque. Possibilité de baignade et nuit chez l'habitant (2) (sans véhicule HCE à proximité). (D+ 200m).

3^{ème} jour : Après un départ plutôt acrobatique, nous longerons le Tarn jusqu'à la Malène. L'après-midi sera plus tranquille, en barque, bercé par les remous paisibles d'une rivière qui a jadis creusée avec force ces reliefs abrupts. Nuit en camping. (D+ 100m).

4^{ème} jour : A la fraîche, une montée sportive nous amène sur le Causse Méjean, ce grand plateau pris en étau entre le Tarn et la Jonte. Nous traverserons une forêt de pins pour arriver au joli belvédère du Roc des Hourtous. Cet environnement est privilégié pour l'observation des vautours. Final de la journée par un petit transfert pour installer le campement au pied de l'Aigoual. Camping chez Sylvie et Christian et nuit sous yourte. (D+ 500m).

5^{ème} jour : Au départ de Ribevenes, nous progresserons sur un chemin en crête avec pour ligne de mire « le Mont de tous les temps » afin de rejoindre un bivouac (3) très forestier en bord de torrent. (D+ 600m).

6^{ème} jour : Montée sur la crête de la forêt domaniale de l'Aigoual. Une première approche par des sentiers et chemins à la faune et à la flore abondantes avant d'arriver au sommet. Nuit au gîte (4) de l'Aigoual. (D+ 600m).

7^{ème} jour : Départ matinal. Après avoir profité du sommet et de son panorama, une descente longue par le sentier des quatre mille marches, nous attend. Tantôt crête, tantôt versant sud, c'est la chaleur de la vallée que nous retrouvons petit à petit. Camping de Berthézène. (D- 1200m).

8^{ème} jour : Petit déjeuner, rangement et dispersion de la troupe à 10 h.