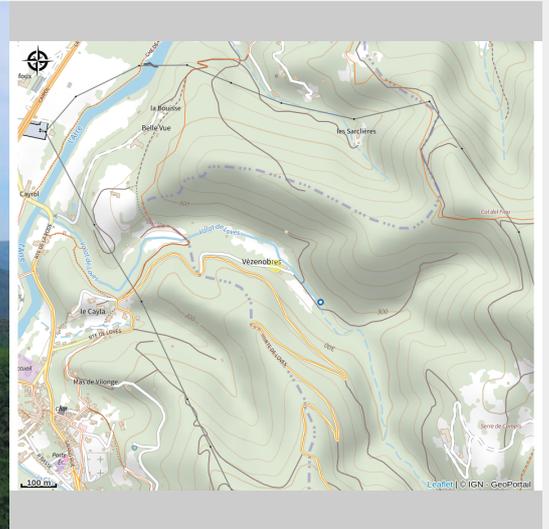


Séjour Tour de l'Aigoual en VAE

Aigoual



Infos pratiques

Type : Séjours écotourisme

Description

Un séjour alliant journées en vélo à assistance électrique et journées en randonnée pédestre permettant ainsi, une découverte 100 % nature de ce territoire en plein cœur du Parc national des Cévennes, Réserve de Biosphère et Réserve internationale de ciel étoilé.

Entre le sommet de l'Aigoual et le Grand Site du cirque de Navacelles, nous découvrirons, par des itinéraires valorisés, les « Serres », les « Valats », et les villages cévenols à forte identité patrimoniale, historique et humaine.

Programme :

• J 1 : Vigan – Mas de Vézénobres

Arrivée à 14h00 sur l'hébergement, le Mas de Vézénobres, sur la commune d'Avèze à proximité du Vigan. Ancienne filature rénovée avec beaucoup de charme et de goût par un couple d'artistes. Installation et présentation du séjour. Petite boucle pédestre dans l'après-midi sur les bords de l'Arre. Prise en main en fin de journée des vélos à assistance électrique. Possibilité d'accès à l'espace bien-être avec le sauna finlandais alimenté au bois.

Repas du soir pris sur l'hébergement

Hébergement : chambres d'hôtes (2 nuits).

• J2 : Boucle VAE sur le Grand Site du cirque de Navacelles

Très belle boucle au départ de l'hébergement. Belle ascension jusqu'au village de Montdardier, situé en bordure du causse de Blandas et orné de son château style Viollet-le-Duc. Poursuite sur ce plateau aride dans des paysages calcaires aux nombreux vestiges d'occupations préhistoriques : cromlech, dolmen, menhirs. Arrêt au point panoramique sur le site unique du Cirque de Navacelles. (Possibilité d'aller/retour au cœur du site et à la résurgence du moulin de la Foux)

Durée : 4h30 de vélo sans les pauses - Parcours env. : 55 kms

Dénivelé positif : 850 mètres

Hébergement : identique à la veille.

- **J3 : VAE : Cultures en terrasse et sériciculture : du Vigan à Valleraugue**

Départ en vélo électrique depuis l'hébergement en direction de la Haute vallée de l'Hérault et de Valleraugue avec des traversées de villages typiquement cévenols entourés de terrasses d'oignons doux (AOP) offrant des paysages extrêmement identitaires : Mandagout, Taleyrac, Le Mazel, Ardailhés ... Tous ces noms nous rappellent que nous sommes également au cœur du pays des Huguenots avec toute l'histoire autour des guerres de religion entre les Dragons du Roy et les camisards au début du XVIIIème siècle. Enfin nous porterons une attention particulière tout au long du parcours au patrimoine autour de la sériciculture (élevage du vers à soie) : des magnaneries aux filatures, une journée riche culturellement. Un accueil fort sympathique nous sera réservé à la Coconnière à Valleraugue !

Pique-nique midi : préparation surprise avec son four à pain chez Jérôme, un jeune producteur d'oignons doux

Durée : 4h00 de vélo sans les pauses - Parcours env. : 35 kms

Dénivelé positif : 700 mètres

Hébergement : chambres d'hôtes au cœur du village de Valleraugue dans une ancienne filature (2 nuits).

- **J4 : Boucle au Col de l'Elze et châtaignier (rando pédestre)**

Très beau sentier au départ de Valleraugue qui grimpe à travers les cultures de châtaignier, appelé « l'arbre à pain » par les cévenols. Un peu avant le col, une stèle nous rappelle l'épisode « maquisards » lors de la deuxième guerre mondiale. Au col de l'Elze, une grande zone ouverte anciennement cultivée de seigle et de blé noir est devenue une zone de pâture pour les brebis. Elle offre surtout un superbe panorama sur les contreforts inhospitaliers de l'Aigoual, la vallée de Taleyrac et les monts calcaires de Sumène. Retour par le village de Campredon et le hameau de la Bessède (bois de bouleaux) exposé à l'Ubac.

Durée : 5h00 - Parcours : 12,5 kms

Dénivelé +/- : 700 mètres

Hébergement : identique à la veille.

- **J5 : VAE : Ascension de l'Aigoual par la forêt domaniale d'Aire de Côte**

Très belle petite route au départ de Valleraugue le long de la vallée du Clarou avec ses « bancels » incroyablement bien conservés. Puis la route grimpe dans un premier temps jusqu'au col du Pas (848m), et après un petit replat jusqu'au col de de l'Espinass, ascension modérée jusqu'au gîte d'Aire de Côte, ancienne maison forestière

construite lors des replantations de la forêt de l'Aigoual à la fin du XIX^{ème} début du XXI^{ème} siècle. Grande pause à la maison forestière pour recharger les batteries (des vélos et des hommes !). Puis poursuite de l'ascension par une très belle piste forestière ombragée sur le versant nord jusqu'au mythique sommet de l'Aigoual (1565 m) et sa station météo. Un panorama à couper le souffle depuis la mer jusqu'aux Alpes en balayant le Plomb du Cantal et le Canigou... Tout cela par temps très, très, clair ! Visite du musée météo puis grande descente jusqu'au village de l'Espérou avec au passage, la station de ski de Prat Peyrot et un dernier col : la Serreyrède (1300m) marquant la limite de partage des eaux avec sa maison forestière hébergeant l'OT et une expo du Parc national des Cévennes. Accueil très familial et convivial chez Monique et Michel avec une vraie cuisine de terroir !

Durée : 4h30 de vélo sans les pauses - Parcours env. : 37 kms

Dénivelé positif : 1200 mètres

Hébergement : chambres d'hôtes et gîte rural à l'Espérou, repas chez l'habitant (2 nuits).

- **J6 : Boucle option VAE : Lac des Pises et Saint Guiral**

Boucle option Rando : Vallée du bonheur et Gouffre de Bramabiau

Option VAE : Parcours au départ de l'Espérou sur le plateau du Lingas avec peu de dénivelé sur de belles pistes forestières très roulantes à travers des landes sauvages ou de belles forêts de hêtres et de résineux. Passage par le site du lac des Pises, lieu bucolique au milieu du massif de l'Aigoual. Poursuite par la piste équestre versant sud du plateau avec de belles vues jusqu'à la mer. Arrivée au pied du bloc granitique du légendaire lieu du Saint Guiral, dépose des vélos et petite rando pour monter sur ce bloc de granite avec vue splendide sur le causse du Larzac et la plaine Languedocienne. Retour sur l'Espérou par les pistes forestières et les petites routes.

Durée : 4h00 de vélo sans les pauses - Parcours env. : 44 kms

Dénivelé positif : 500 mètres

Option Rando : départ à pied depuis l'Espérou par la « draille », chemin de transhumance des troupeaux de brebis encore utilisé chaque année par les troupeaux de la vallée. Petit arrêt au col de la Serreyrède à la fontaine d'eau très pure, puis descente par la vallée du Bonheur et l'abbaye en ruine de Bonahuc datant du XI^{ème} siècle. Poursuite par cette large vallée jusqu'à la perte du Bonheur et l'entrée du site de l'abîme de Bramabiau, phénomène de rivière souterraine et de résurgence sur un petit causse calcaire relique, avant de rejoindre le village de Camprieu à 1100 m d'altitude. Possibilité de visite du site de Bramabiau. Puis retour à l'Espérou par la forêt.

Durée : 4h30 - Parcours env. : 12 kms

Dénivelé +/- : 350 mètres

Hébergement : identique à la veille.

- J7 : Vigan - Col de la Lusette :

Départ de L'Espérou par la petite départementale D329 traversant tout le plateau. Arrêt au col de la Lusette, et petit A/R à pied jusqu'au monument dédié à André Chamson écrivain cévenol et académicien du XX siècle. Un magnifique panorama s'étend à nos pieds sur la vallée de l'Hérault, les Cévennes Sud et jusqu'au Pic Saint Loup. Début de la grande descente avec un arrêt à Cap de Côte, lieu étape pour la transhumance avec son gîte (ancienne maison forestière) perdu au milieu des bois. Poursuite de la descente avec de larges vues sur la vallée, traversée de beaux villages comme : Mandagout, Aulas, Bréau... et leurs histoires protestantes. Arrivée en milieu de journée au Mas de Vézénobres, pique-nique sur site et fin du séjour vers 14h00.

Durée : 3h00 de vélo sans les pauses - Parcours env. : 32 kms

Dénivelé positif : 200 mètres // dénivelé négatif : 950 mètres

Situation géographique



Toutes les infos pratiques

Contact

Mas Cavaillac,
30120 Cavaillac
0467812395
0608252148
[https://www.facebook.com/
Semellesauventrando](https://www.facebook.com/Semellesauventrando)
contact@semellesauvent.com
<https://semellesauvent.com/>

Source



Parc national des
Cévennes
[http://www.cevennes-
parcnational.fr/](http://www.cevennes-parcnational.fr/)