

# SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

## RANDONNÉE EN DORDOGNE PÉRIGORD

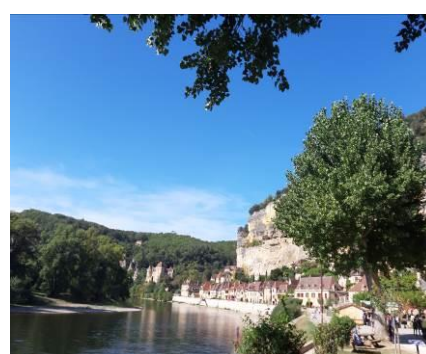
### Au pays du bien vivre

Randonnées en Liberté et en étoile

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours et 1/2 de randonnée

En hôtel restaurant de charme 3★ avec piscine couverte et chauffée

				Saison			Départ garanti 			
2 Chaussures	En hôtel 3★	En étoile	Sans portage	J	F	M	A	M	J	À partir de 2 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Le département de la **Dordogne** est certainement avant tout connu, pour sa gastronomie gourmande et généreuse... **Le foie gras d'oie**, le canard, la truffe, la noix ou encore les **vins de Bergerac**, pour ne citer que ces principaux produits du Terroir, tous issus d'un savoir-faire ancestral. Il fait partie intégrante du **Périgord Noir**, région historique disposant d'un important patrimoine culturel, archéologique et naturel.

Nous avons fait le choix d'y séjourner, afin de vous faire découvrir la richesse de ces **Terres millénaires**, le long ou au fil de l'eau et à travers ses plus belles randonnées. C'est entre les forêts de chênes, les doux reliefs vallonnés et collinaires, les grottes ou falaises, façonnées par l'omniprésence de l'eau ou bien ses châteaux médiévaux, ses bastides ou encore ses églises de style Roman que le **Périgord** dévoilera devant vous, tous ses trésors...

## Nos Points forts

- La découverte de certains des plus **beaux villages de la Dordogne**
- Un **hôtel de charme** avec piscine couverte et chauffée
- Un restaurant qui privilégie la **cuisine traditionnelle** du Périgord Noir
- Le choix **des plus belles randonnées**, dans ces paysages riches et variés

## DATES 2025

Selon votre convenance et selon les disponibilités de l'hôtel, au moment de votre réservation

## TARIFS

**875 €** par personne (avril et octobre)

**825 €** par personne (mai, juin, juillet, septembre)

**Single : + 240 €** par personne (selon disponibilité en haute saison)

### LE TARIF COMPREND

- L'hébergement en hôtel, en demi-pension du jour 1 au soir, au jour 7 après le petit déjeuner,
- Un topo guide,
- Une carte de randonnée, avec les itinéraires stabilotés,
- Un voucher pour notre hôtel
- La taxe de séjour,

### LE TARIF NE COMPREND PAS

- Les boissons, avant, pendant et après les repas,
- Tous les pique-niques,
- Les transferts A/R depuis la gare et aux départs des randonnées,
- Les visites ou entrées prévues au programme.
- Les dépenses personnelles,
- les assurances.

### POURBOIRES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.

Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

### RÈGLEMENT :

**A l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

### LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

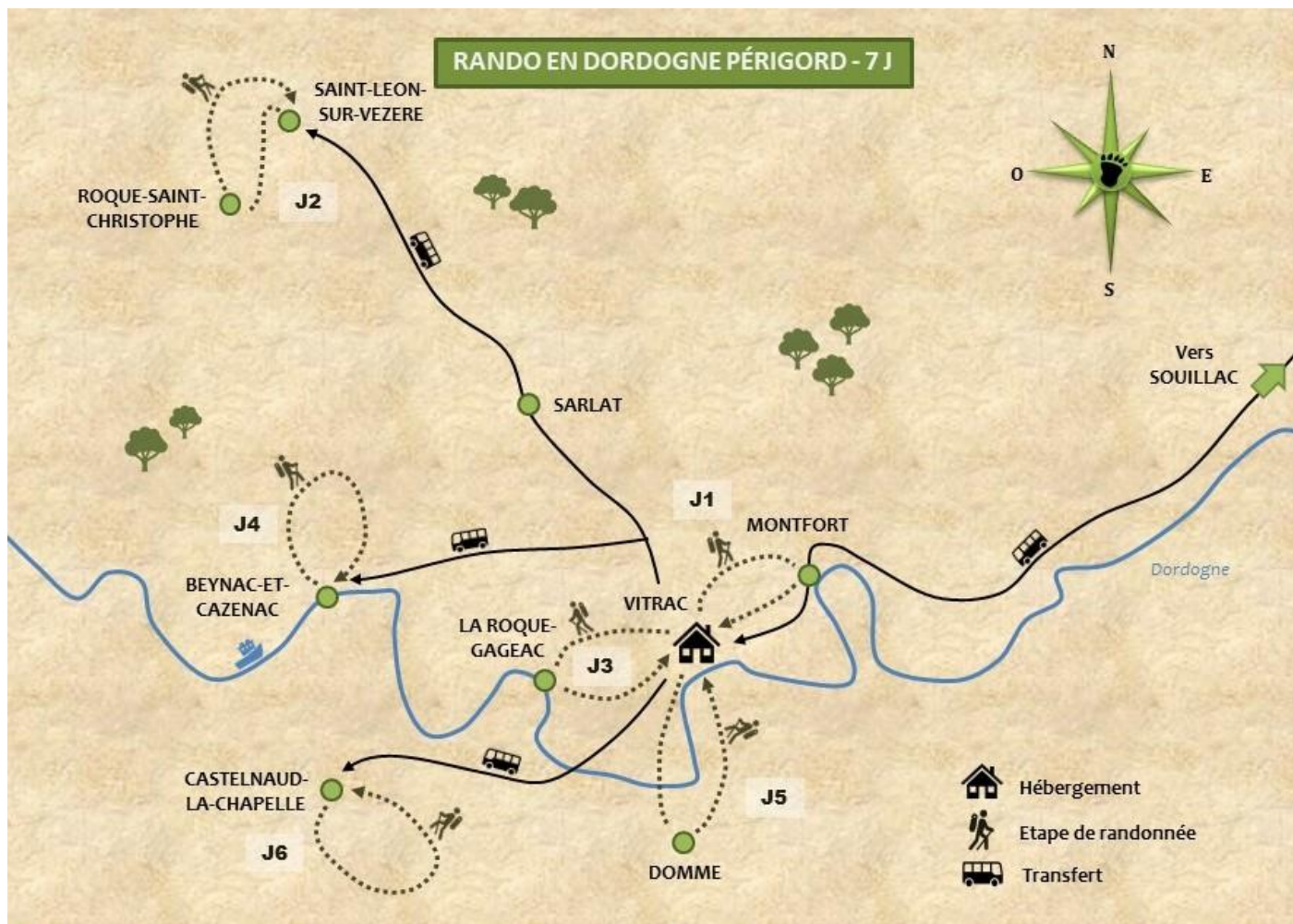
**Assurance Annulation** + bagages + extension pandémie et épidémie (**3,4%** du montant du séjour).

**Assurance Assistance Rapatriement** + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

**Assurance Multirisques** : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (**4,8%** du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

# Votre itinéraire



# Déroulement du séjour

## Jour 1 : INSTALLATION ET ERRANCE LE LONG DE LA DORDOGNE



RDV à notre hôtel vers **15h00**.

Début du séjour, avec une petite randonnée au départ de notre hôtel, pour découvrir ce Bourg perché sur son plateau, ainsi que le village de **Montfort** et son château médiéval.

Pour prolonger notre balade, nous ferons un petit détour pour flâner sur le port et faire connaissance avec un animal légendaire, **le Drac...**

**Environ 3h de marche pour 240 m de dénivelé positif et négatif.**

Nuit en hôtel

## Jour 2 : LA VALLÉE DE LA VÈZÈRE



C'est au départ d'un des plus beaux villages de France, **Saint Léon-sur-Vézère**, que nous vous proposons cette randonnée, le long de la rivière **Vézère**, en partie sur l'ancien chemin de halage ou sur le **GR 36**.

Passage obligé par **La Roque Saint-Christophe**, site troglodyte chargé d'histoire, accroché sur un escarpement calcaire long d'un kilomètre et haut de 80 mètres.

**Transfert de 40 mn.**

**Environ 5h de marche pour 350 m de dénivelé positif et négatif**

Nuit en hôtel

## Jour 3 : SUR LES HAUTEURS DE LA DORDOGNE



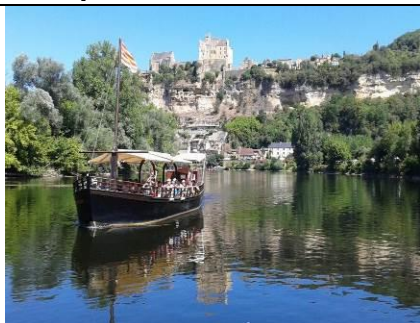
Après un bon petit déjeuner, nous partirons aujourd'hui sur les hauteurs de la rivière **Dordogne**, qui conflue avec la Garonne, ce qui forme l'estuaire de la Gironde.

Une belle boucle qui nous amènera au village pittoresque de **La Roque-Gageac**, également classé comme un des plus beaux villages de France, niché entre la falaise et le cours d'eau.

**Environ 5h00 de marche pour 450 m de dénivelé positif et négatif**

Nuit en hôtel

## Jour 4 : BOUCLE AUTOUR DE BEYNAC ET CAZENAC



Court transfert en direction du village de **Beynac et Cazenac**, charmant village médiéval avec son château fort du XII<sup>ème</sup>, qui trône fièrement au sommet d'une falaise calcaire vertigineuse. Perché à 150 m, il offre une vue inoubliable sur la vallée de la Dordogne. Nous ferons une boucle autour de ce village singulier. Dans l'après-midi, nous embarquerons sur une **gabarre**, pour revivre la formidable épopée de la batellerie du 18 et 19<sup>ème</sup> siècle.

**Transfert d'environ 15 mn**

**Environ 3h00 de marche pour 240 m de dénivelé positif et négatif**

**50 mn de promenade commentée en gabarre**

Nuit en hôtel

## Jour 5 : DÉAMBULATION AUX ALENTOURS DE DOMME



En quittant notre hôtel, nous récupérerons le **GR64** qui nous conduira jusqu'à la noble **bastide de Domme**.

Site remarquable, construit vers 1280 sur la falaise de la « Barre », elle domine la **Dordogne** du haut de ses 150 m.

Nous bouclerons cet itinéraire en passant par **Giverzac**, petite commune sur laquelle se dresse un dolmen, un monolithe datant du Néolithique.

**Environ 5h de marche pour 400 m de dénivelé positif et négatif**

Nuit en hôtel

## Jour 6 : BOUCLE AU PAYS DU « DIAMANT NOIR »



Pour cette dernière journée, nous vous invitons à **Castelnaud-la-Chapelle** et son célèbre château, situé en surplomb du confluent de la Dordogne et du **Céou**. Cette belle boucle nous permettra de découvrir de magnifiques demeures Périgourdines, deux fameux châteaux, le tout dans un environnement verdoyant.

Nous terminerons cette journée par une visite surprise

Un beau programme en perspective, pour clôturer ce séjour...

**Transfert de 20 mn**

**Environ 4h de marche pour 350 m de dénivelé positif et négatif**

**Visite surprise en milieu d'après-midi (De 1 ou 2h suivant disponibilités...)**

Nuit en hôtel

## Jour 7 : FIN DU SÉJOUR

Après le petit déjeuner

### À NOTER






***Ce topo a été réalisé par un Accompagnateur en Montagne professionnel désireux de vous faire découvrir sa passion et notamment cette belle région du Sud Ouest. C'est consciencieusement et sur le terrain que les descriptifs ont été écrits. Les dénivelés et les temps horaires ont été calculés au plus juste mais il se peut que vous constatiez des variations plus ou moins importantes, ceci est tout à fait normal. Si toutefois, vous constatez des problèmes dans les indications, des changements sur le terrain ou d'autres impondérables, merci de nous en faire part...***

**Les jours 4, 5 et 6 pourront être intervertis suivant les disponibilités et les horaires des visites prévues.**

# Info séjour

## **NIVEAU : 2 CHAUSSURES**

Pour marcheurs pratiquant déjà la randonnée avec des dénivelés positifs de **450 à 600 mètres**. Étapes de **4h30 à 5h30** de marche en moyenne, sur sentier de campagne, parfois sur des routes mais sans aucune technique particulière, ni de difficulté sur le circuit.

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

## **PORTAGE :**

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles ainsi que de votre pique-nique.

## **GROUPE :**

Départ assuré avec 2 personnes minimum.

## **ENCADREMENT :**

Pas d'accompagnateur en montagne diplômé, pour la formule séjour en Liberté.

**RENDEZ-VOUS :** le jour 1, à notre hôtel vers **14h00**.

**DISPERSION :** le jour 7, après le petit déjeuner

## **ACCÈS**

En train : Gare SNCF de **Souillac (46)**.

Horaires et tarifs : Tél. 36 35 ou <https://www.sncf.com/fr>

## **HÉBERGEMENT :**

En hôtel 3★ très confortable, en formule chambre de 1 ou 2 personnes.

Nous avons sélectionné cet hôtel selon nos critères de confort, de situation géographique et pour son restaurant proposant une cuisine gourmande, authentique et généreuse, respectueuse des produits du terroir et des spécialités Périgourdines.

## **REPAS :**

En formule demi-pension.

- Le petit déjeuner est souvent proposé sous forme d'un buffet continental (boissons chaudes et froides, pains, viennoiseries, gâteaux, céréales, yaourts et fruits...)

- Les pique-niques ne sont jamais compris dans la formule Liberté.

- Le chef vous proposera des menus élaborés à base de produits régionaux, comme le magret de canard, la salade de gésiers ou encore un dessert aux noix..."

**DÉPLACEMENT :**

En véhicule personnel, pour se rendre à notre hôtel, puis quelques transferts au départ de notre camp de base, pour aller au départ des randonnées.

**SANTÉ :**

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être à jour de ses vaccinations.

**SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :**

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer sur les sentiers côtiers, dans la montagne ou ailleurs, emportez toujours vos poubelles jusqu'à l'hébergement du soir !

Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier...

# Nécessaire et Indispensable

## ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)

La météo peut vite changer, un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

### Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Un maillot de bain
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.

### Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Une petite glacière souple et son bloc réfrigérant
- Une gourde
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Un briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.



### Une petite pharmacie personnelle

- Vos médicaments si traitement
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

## En vous souhaitant un agréable séjour ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- Appelez nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
- Ou bien un courrier à :

**SUR LES HAUTEURS**  
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED  
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta  
31390 CARBONNE  
TEL : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031170004  
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€  
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS  
Garantie financière : Groupama caution  
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19  
TVA intracommunautaire : FR27828692442