

# 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 . . .

## DU PIC ST LOUP A ST GUILHEM LE DÉSERT

Randonnées accompagnées, en semi itinérance, sans portage

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

En chambres d'hôtes, hôtel tout confort

				Saison				Départ garanti 		
3 Chaussures	En Hôtel	En itinérant	Sans portage	J	F	M	A	M	J	À partir de 6 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Élu GR® préféré des Français en 2021, l'itinéraire de Pays "Grand Pic St Loup" est source d'inspiration pour ce séjour. Situé au nord de la ville de Montpellier, cité dynamique du Languedoc au riche patrimoine architectural, ce parcours ne fait aucune concession à la beauté de l'arrière-pays en ralliant en 6 jours de véritable randonnée itinérante les plus beaux sites naturels de cette région. Nous partons depuis le Pic Saint Loup et ses fameux vignobles pour la secrète vallée de la Buèges, le grand Site de France du Cirque de Navacelles et celui de Saint Guilhem le Désert, classé au patrimoine de l'Unesco. Une semaine d'immersion en pleine nature où chaque pas nous fait découvrir des paysages sans cesse renouvelés.

## NOS POINTS FORTS

- Les nombreux sites classés
- Un trek itinérant avec très peu de transferts
- Un groupe limité à 10 marcheurs

DATES	TARIFS
Du 14/09/2025 au 20/09/2025	1095 €
Du 12/10/2025 au 18/10/2025	1050 €

### **Supplément chambre individuelle (selon disponibilité) :**

**270€** en mars et en mai ou **290€** pour les autres dates de départ.

#### LE TARIF COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en hôtel 2\* ou auberges ou maisons d'hôtes, en demi-pension, sauf le Jour 1
- Les pique-niques le midi
- Les transferts prévus au programme

#### LE TARIF NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion Les visites
- Le dîner du Jour 1
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

### **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.

# Déroulement du séjour

## JOUR 1 : MONTPELLIER



Accueil en gare SNCF St Roch en début d'après-midi (14h). Installation à l'hôtel dans un quartier calme, proche du centre historique. Visite du centre historique. La capitale du Languedoc ne manque pas d'atout en termes de patrimoine, avec sa célèbre place de la Comédie, le centre historique de l'Ecusson et ses vieux hôtels particuliers, la faculté de médecine, la cathédrale St Pierre, l'esplanade du Peyrou d'où la vue s'étend de la mer aux Cévennes, ou encore son jardin botanique, le plus vieux de France.

Dîner (libre) dans un restaurant du centre-ville.

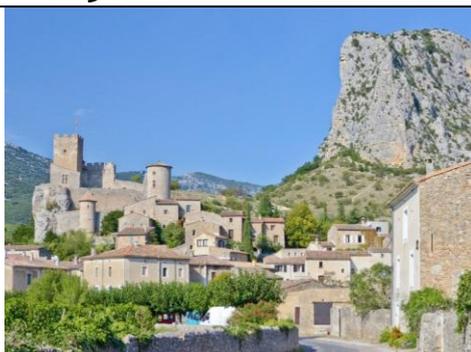
## JOUR 2 : SAINT MATHIEU DE TREVIERS - PIC SAINT LOUP (658m) - SAINT MARTIN DE LONDRES



Court transfert en taxi (1/2h) pour St Mathieu de Tréviers. Le Pic St Loup, montagne emblématique des montpelliérains, au relief si singulier qui surgit au milieu des vignobles réputés, avec ses modestes 658m d'altitude, constitue une vigie incomparable sur tout l'arrière-pays de Montpellier. Nous effectuons la traversée depuis St Mathieu de Treviers en passant par le sommet du Pic, jusqu'au village de St Martin de Londres. Le coeur de ce village typiquement languedocien recèle un trésor, son église, l'un des joyaux du premier art roman dans la région.

▲ 15km, 6h de marche, +500/-400m de dénivelée

## JOUR 3 : SAINT MARTIN DE LONDRES - SAINT JEAN DE BUEGES



Au départ de l'hébergement, nous cheminons face au massif de la Séranne. Empruntant d'anciens chemins de transhumance, l'itinéraire rejoint le hameau du Causse de la Selle après avoir franchi les gorges de l'Hérault au Moulin Bertrand (baignade possible). Nous rejoignons St Jean de Buèges, paisible village, blotti contre l'imposant Roc de Tracastel et dominé par les ruines de son château de Baulx du XIIème siècle, au pied duquel s'écoulent les eaux limpides de la Buèges.

Nuit à St Jean de Buèges.

▲ 15km, 5h de marche, +450m/-450m de dénivelée

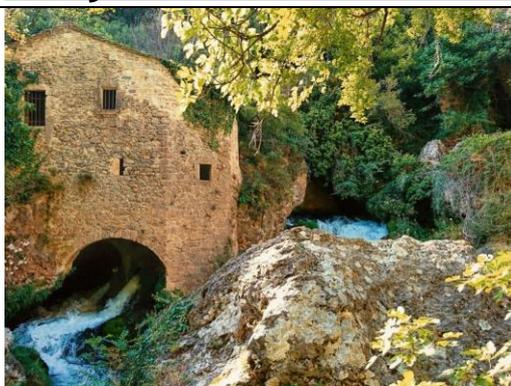
#### **JOUR 4 : SAINT JEAN DE BUEGES - NAVACELLES**



Départ à pied pour l'ascension du Rocher de Peyre Martine pour un des plus beaux points de vue de l'arrière-pays. Nous poursuivons sur le Causse vers St Maurice de Navacelles et rejoignons le belvédère du Cirque de Navacelles. Le site inscrit comme « Grand Site de France » est une des merveilles naturelles du Languedoc. La rivière la Vis a ici creusé il y a 600 000 ans, un impressionnant sillon de verdure profond de 300m. . Nuit à Navacelles à l'auberge.

▲ **21km, 6h de marche; +700m/-500m de dénivelée**

#### **JOUR 5 : LES GORGES DE LA VIS ET LE MOULIN DE LA FOUX**



Départ à pied pour l'ascension du Rocher de Peyre Martine pour un des plus beaux points de vue de l'arrière-pays. Nous poursuivons sur le Causse vers St Maurice de Navacelles et rejoignons le belvédère du Cirque de Navacelles. Le site inscrit comme « Grand Site de France » est une des merveilles naturelles du Languedoc. La rivière la Vis a ici creusé il y a 600 000 ans, un impressionnant sillon de verdure profond de 300m. . Nuit à Navacelles à l'auberge.

▲ **21km, 6h de marche; +700m/-500m de dénivelée**

#### **JOUR 6 : NAVACELLES - MONT SAINT BAUDILLE - SAINT GUILHEM DU DESERT – MONTPELLIER**



Court transfert en taxi (1/2h) pour le Mt St Baudille. Vue splendide depuis le sommet des Salins d'Aigues Mortes au Mt Ventoux et jusqu'aux Pyrénées Catalanes. Nous reprenons bientôt notre cheminement sur le "Grand Tour" direction Saint Guilhem le Désert. Nous marchons dans la Forêt Domaniale des Monts de St Guilhem boisée de pins de Salzman. Passage à l'ermitage Notre Dame des Belles Grâces. Arrivée à St Guilhem en début d'après-midi pour une visite complète du village et de l'Abbaye de Gellone. Retour en taxi (1h de transfert) pour Montpellier. Dîner inclus, et nuit à Montpellier.

**13km, 3h de marche, +200m/-600m de dénivelée**

#### **JOUR 7 : MONTPELLIER**

Séparation à l'hôtel à Montpellier après le petit déjeuner.

## À NOTER

Indépendamment de sa volonté, votre guide qui connaît parfaitement ce séjour et le terrain peut être amené à modifier quelque peu le programme indiqué en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants ou d'autres impondérables.

*De juin à septembre, l'accès aux massifs provençaux peut être restreint ou interdit par la préfecture, pour la demi-journée ou la journée entière. Cette décision est liée au niveau de risque d'incendie (pour cause de grosse chaleur, de fort mistral, etc...), évalué la veille de chaque jour de randonnée par les autorités.*

## Info Séjour

### **NIVEAU: 3 CHAUSSURES**

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière. De 4 à 6h de marche, entre +200m et 700m de dénivelée.

Aucune difficulté technique : toutefois, à noter que le J3 est un peu long : 21km et 700m de dénivelée positive. Pas de possibilité de raccourcir cette randonnée.

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

### **PORTAGE ET TRANSPORT DES BAGAGES :**

Rien à porter que votre sac à dos, avec vos affaires de la journée et le pique-nique.

### **GROUPE :**

De 6 à 10 participants.

### **ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours. Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

### **HÉBERGEMENT :**

- 2 nuits à Montpellier dans un hôtel 2\* dans le centre-ville en chambre de 2 personnes (doubles ou lits séparés)

- 1 nuit en Maison d'Hôtes à Saint Martin de Londres, chambres de 3 personnes ou 4 personnes avec salle de bains à partager.
- 1 nuit à Saint Jean de Buèges en chambre d'hôtes avec une chambre twin, une chambre triple et une chambre de 6 : cette chambre peut être unisexe ou mixte, nous consulter. En fonction des disponibilités et du nombre de participants, possibilité d'avoir 2 hébergements différents, dans le même village, dont un plus rustique (avec possibilité de dortoirs, pouvant être unisexe ou mixtes, nous consulter).
- 2 nuits à Navacelles dans une auberge de charme de 8 chambres de 2 (2 chambres doubles ou 6 chambres avec 2 lits séparés).
- *Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes. Pas de chambre individuelle possible*

### **REPAS :**

Les petits déjeuners et dîners sont servis dans les hébergements.

Pour le midi, votre accompagnateur vous aura soigneusement préparé un pique-nique généralement composé de salades variées et de produits régionaux.

### **RENDEZ-VOUS :**

Le Jour 1 à 14h à la gare saint Roch de Montpellier Centre ou à l'hôtel à 14h30. Les coordonnées vous seront communiquées dans la convocation.

En cas d'arrivée tardive, vous pourrez appeler notre accompagnateur pour qu'il vous donne un RV dans le centre-ville.

Au préalable, vous déposerez vos bagages à l'hôtel prévu.

Pour les arrivées en voiture, consulter la rubrique Parking de notre fiche technique.

Pour les arrivées en train, vous pouvez consulter la rubrique « Moyens d'accès / Train » de notre fiche technique.

### **DISPERSION :**

Le Jour 7 après le petit déjeuner à l'hôtel.

### **TRANSFERT :**

Les transferts sont assurés par des taxis privés.

### **SI VOUS VENEZ EN VOITURE**

Par l'autoroute A71 et A 75 jusqu'à Montpellier Itinéraire : [www.google.fr/maps](http://www.google.fr/maps)

### **Covoiturage :**

*De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte ensuite, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. Toutefois, nous sommes soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :*

<https://www.blablacar.fr>, <https://www.covoiturage.fr> ou [www.easycovoiturage.com](http://www.easycovoiturage.com), etc...

### **SI VOUS VENEZ EN TRAIN :**

Gares SNCF Montpellier Saint Roch (Gare du centre de Montpellier) ou Gare Montpellier Sud De France avec bus + tram jusqu'au Centre.

Horaires auprès de la SNCF : [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com), ou par téléphone au 36 35 - [www.thetrainline.com/fr](http://www.thetrainline.com/fr)

Horaires à titre indicatif à vérifier auprès de la SNCF :

ALLER

Départ 9h18 : Paris Gare de Lyon (TGV INOUI 6202).

Arrivée 14h00 : Montpellier Saint Roch

RETOUR

Départ 09h18 : Montpellier Saint Roch. (TGV INOUI 6202). Arrivée 12h46 : Paris Gare de Lyon.

### **FORMALITÉS :**

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport,
- Carte vitale,
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone),
- Carte Européenne d'assurance maladie.

### **SANTÉ :**

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs venant d'Europe. Nous recommandons cependant d'être à jour de ses vaccinations.

Penser à apporter votre Carte Européenne d'Assurance Maladie, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ.

# 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 de voyage ou une valise (pas de bagage trop volumineux) pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Un maillot de bain
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- 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 la randonnée :

 ÉQUIPEMENT VESTIMENTAIRE	 MATÉRIEL
<ul style="list-style-type: none"><li>• Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)</li><li>• Veste chaude ou sweat polaire type Polartec</li><li>• Une doudoune légère ou une micropuff</li><li>• Gilet sans manche coupe-vent</li><li>• Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-Tex reste le matériau de référence)</li><li>• Une cape de pluie</li><li>• Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable</li><li>• Un surpantalon imperméable</li><li>• Un short</li><li>• Paires de chaussettes semi montantes ou basses, en laine ou spécifique rando</li><li>• Casquette ou chapeau de soleil</li><li>• Tour de cou</li><li>• Bonnet</li><li>• Gants légers ou sous-gants en soie.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Un sac à dos de 30/50 litres avec une ceinture ventrale</li><li>• Une housse de protection du sac à dos (si non intégré dans le sac à dos)</li><li>• Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville</li><li>• Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos</li><li>• Protection solaire (crème et stick à lèvres)</li><li>• Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4</li><li>• Une gourde isotherme</li><li>• Une lampe frontale</li><li>• Couverts, couteau et gobelet</li><li>• Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)</li><li>• Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)</li><li>• Un briquet (facultatif)</li><li>• Une couverture de survie</li><li>• Une paire de lacets de rechange</li></ul>



### **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
- Antihistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- Bande de strapping
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- Pince à épiler (facultatif)
- Petits ciseaux (facultatif)
- Pince à tiques (facultatif)
- Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

## 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