



La randonnée se déroule sur 4 jours de marche :

1 ère journée :	Laguiole	Saint Chely d'Aubrac	25 km
2 ème journée :	Saint Chely d'Aubrac	Nasbinals	25 km
3 ème journée :	Nasbinals	Saint Urcize	20 km
4 ème Journée :	Saint Urcize	Laguiole	22 km

Départ des marches le matin à 8 h 30 – 9 h

Le départ de Beaufort est prévu le 13 Juin 2017 à 13 h
Arrivée à Laguiole 450 km 19 h

Hébergement prévu :	Mardi 13 Juin 2017	Le Gîte de Laguiole
Saint Chély d'Aubrac	Mercredi 14 Juin 2017	Gîte Saint André
Nasbinals	Jeudi 15 Juin 2017	La Grappière
Saint Urcize	Vendredi 16 Juin 2017	Pep 15 St Urcize
Retour Laguiole	Samedi 17 Juin 2017	

Gîte de Laguiole	2 chambres de 2 avec grand lits et salle de bain privative au tarif de /pers/nuit draps compris	22,00 €	43,50 €
	2 chambres de 2 avec lits séparés et salle de bain commune aux deux chambres au tarif de/pers/nuit draps compris	20,00 €	
	1 chambre de 4 lits séparés et salle de bain privative au tarif de/pers/nuit draps compris(pour les deux personnes restantes)	20,00 €	
	Petit déjeuner	7,00 €	
	Repas du soir Restaurant le Comptoir	16,00 €	
	Taxe de séjour	0,50 €	
Saint Chély d'Aubrac	2 chambres de 4 lits et 1 chambre de 2 lits comprenant le repas du soir, la nuitée, le petit déjeuner et la taxe de séjour.	38,00 €	38,00 €
Nasbinals	<u>en dortoir</u> de 15 places avec un forfait nuit et petit déjeuner par personne taxe de séjour compris <i>prévoir un sac de couchage ou un sac à viande et des serviettes de toilette</i>	20,00 €	36,00 €
	Repas du Soir à trouver sur place	16,00 €	
Saint Urcize	La nuitée	16,00 €	34,50 €
	Le diner	12,00 €	
	Le petit déjeuner	6,00 €	
	Taxe de séjour	0,50 €	
Gîte de Laguiole			43,50 €
4 Casse Croute		10,00 €	40,00 €
Cout prévisionnel par personne			235,50 €

Les frais de déplacement ne sont pas compris, mais le covoiturage sera de rigueur avec 3 véhicules prévus :

12 participants et les bagages.

Nous sommes sur de l'itinérance avec le sac à dos et les affaires pour les 4 jours, mais il est possible de faire transporter les bagages de gîte en gîte par la [Malle Postale](#) au tarif de 8 € par bagage ne devant pas peser plus de 13 kg et être mis à disposition à 8 h dans les hébergements.

Un premier acompte de 80 € par personne est demandé à l'inscription et à adresser à notre trésorier :

Alain Simkens, 13 Grande Rue, 39190 ROSAY

Un deuxième acompte sera demandé début Avril et le solde en fin de séjour.

Rappel

La liste complète pour une rando sur la journée

La RANDO

- Sac à dos 20 - 30 litres
- Barres céréales, fruits secs ou pâte d'amande.
- Repas du midi
- Poche à eau type camelback (intéressant car vous pouvez boire tout en marchant), ou gourde classique. Une bouteille en plastique dur type Coca ou Perrier.
- Lampe frontale
- Couverture de Survie
- Boussole + Carte (1/25000 ou au 1/50000)

VÊTEMENTS

- Chaussures de randonnée (imperméables et respirantes),
- Chaussettes de trek
- Pantalon léger ou short
- T-shirt technique
- Veste polaire
- Veste Gore-Tex contre la pluie (attention le temps change très vite en montagne !).
- Chapeau / casquette pour protection soleil.
- Bâtons de randonnée

ÉQUIPEMENTS

- Crème solaire, stick lèvres,
- Lunette de soleil
- Mouchoirs et papier toilette
- Mini-pharmacie (sparadrap, bandage) – de quoi lutter contre les ampoules au pied.
- Appareil photos + piles de rechange éventuellement
- Papiers d'identité
- Sifflet (pas pour siffler les filles mais pour signaler votre présence en cas de problème).
- Téléphone portable (très utile en cas de pépin)