

VOYAGE ITINERANT Istres-Mont Lozère-Istres

Mardi 02 au Vendredi 06 mai 2023



Né dans l'âpre univers du mont Lozère, le Lot roule des eaux fertiles jusqu'aux portes de l'Aveyron. Sa montagne originelle s'impose comme le lieu le plus emblématique du département : elle lui a donné son nom.

Culminant au sommet de Finiels à 1 699m d'altitude, il s'étend, comme un grand plateau, sur une trentaine de kilomètres du causse de Sauveterre à Villefort dans le sens ouest-est et du Pont-de-Montvert au Bleyard dans le sens sud-nord. Les deux autres sommets de ce grand plateau sont le signal des Laubies à l'ouest et le pic Cassini à l'est. Le Tarn prend sa source sur le versant méridional du mont Lozère. -

La partie sommitale du mont Lozère (au-dessus de 1 500m) est occupée par une pelouse subalpine, vaste de 6 000ha, entretenue par le pâturage de plusieurs milliers d'ovins (et plus localement de bovins) qui transhument sur la montagne.

Les zones d'altitude du mont Lozère comptent également de nombreuses tourbières où croissent des espèces spécifiques à ce milieu

Mais avant d'atteindre ce sommet par le côté sud, nous traverseront les contreforts des Cévennes gardoises qui recèlent de multiples merveilles. Tout ne sera que du tourisme pour atteindre le mont Lozère par le Col Finiels avant de redescendre dans la vallée du Tarn

Côté sportif, pour gravir les montagnes ou traverser les vallées, les itinéraires ne cessent de jouer aux montagnes russes pour le plus grand plaisir de nos mollets ...

Nous vous offrons le plaisir de percevoir ces paysages en quatre étapes. Quel que soit votre niveau, vous n'aurez aucune difficulté à surmonter les multiples bosses de ce parcours voulu avant tout original, convivial et surprenant par la beauté des décors que nous offre mère Nature.

En complément aux efforts physiques, nous avons retenu 3 sites repos pour revitaliser notre corps.

L'Ethic-Etap Le Cart à Sommières

Le Cart est une grande maison du XVIII^{ème} siècle agrémentée d'un jardin à la française, au pied d'une colline boisée que surplombent les vestiges du château.

L'Hôtel des Vignes Rouges à Ispagnac

Il vous accueille dans les meilleures conditions, pour un séjour ressourçant à la découverte de la Lozère. Le restaurant vous réserve une cuisine généreuse et traditionnelle élaborée, dans la mesure du possible, avec des produits locaux

Le VVF « Les Cigales » à Méjannes le Clap

Situé à deux pas du bourg, le VVF Club Intense Les Cigales du Gard à Méjannes-le-Clap est le lieu idéal pour vous ressourcer dans la garrigue des basses Cévennes.

Tarif

Sur la base d'un groupe de **8 personnes** comprenant les casse-croustes du midi, les diners et petits déjeuners dans les lieux d'hébergements, les prestations s'élèveraient aux environs de :

240€

L'association prend en charge 44.50€/pers (ristourne licencié 10% + minibus, + réconforts alimentaires+ taxes de séjour + autres)

Règlement

80€ à l'inscription avant le 15 décembre 2022

80€ au 1^o versement avant le 1 février 2023

50€ au 2^o versement avant le 1 avril 2023

30€ comme solde lors de la réunion préparatoire

Le Conseil d'administration d'ISC vous encourage à partager esprit sportif et convivialité lors de cette manifestation sur des routes et paysages recelant de multiples merveilles.

Mardi 02 mai : La Haute Camargue-La porte des Cévennes

Istres – Sommières : 96km et 357m D +



Eglise paroissiale de Générac



Église Notre-Dame et Saint-André de Congénies

Mercredi 03 mai : L'approche vers le Mont Lozère

Sommières-Ispagnac : 141km 2536m D +



Cascade d'Aigues Folles à Saint-Julien-de-la-Nef.



Cabrilac, les bosses de l'Aigoual

Jeudi 04 mai : Le Col Finiels au sommet du Mont Lozère

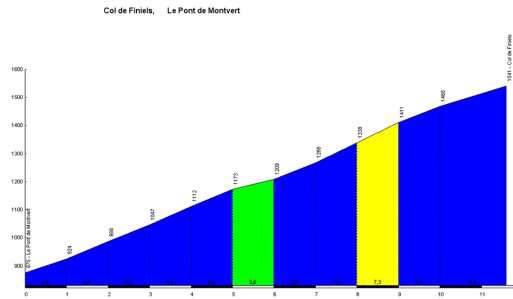
Ispagnac-Mt Lozère-Méjannes le Clap : 112km et 1579m D +



Cocurès



Col Finiels



Col de Finiels depuis Pont Montvert

Vendredi 05 mai : Retour vers la Crau par Le Pont du Gard

Méjannes-le-Clap - Istres: 108km et 618m D+



St André d'Olerargues



Château-Donjon à Beaucaire

Convivialité et loisirs

Parallèlement au programme sportif, le volet touristique sera abordé.

De nombreuses curiosités sur le parcours et dans les gîtes étapes (vestiges gallo-romains, architectures particulières, décors pittoresques des gorges et des contreforts montagneux) font l'objet d'une étude par les responsables de la commissions « séjours » de l'association.

La bonne préparation de ce circuit doit conduire à **une haute prestation cyclo-touristique** attendue de tous.

Tout ne doit pas être divulgué, la part d'inconnue constituera la cerise sur le gâteau !

Nous comptons sur votre participation

La commission « séjours »