

Contenu du sac de voyage :

Maxi 10 kg **impératif**

Sac de sport
ou sac à dos



Couchage : duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie épaisse pour être réutilisable, drap sac (pour nuits en refuge), lampe frontale.

Vêtements : se référer à la rubrique « séjours » du site HCE.

Pharmacie : médicaments personnels, pansements, protections ampoules...

Divers : petits jeux, carnet de chants, instruments de musique...

Tente 2/3 places (**facultatif**).

Chaussures de rando **indispensables**.

ET Contenu du sac à la journée :

Pour tous

gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Pour les Passagers

Joëlette (2 sacoches latérales mises à disposition sur la joëlette)

Équipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel si **nécessaire**.

Pour les marcheurs

Sac à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...). Gants de cycliste conseillés.

Matériel collectif fourni

4 **Joëlettes**, 1 **grande tente** Marabout, 1 tipi, matériel de **cuisine** et **couverts** complets, **tables et bancs**, pharmacie de **premiers secours**, abri et **chaise WC**, **véhicule** pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre), un **âne de bât** pour porter le pique-nique et le matériel du **bivouac**.



Handi Cap Évasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr> - hce@free.fr

Agrément tourisme IM069240002



Mont Lozère, sources du Tarn

Situé au sud-est du Massif Central, entre les volcans d'Auvergne et les Cévennes, le Mont Lozère est un vieux massif granitique, sauvage et préservé. Connu principalement pour son chemin de Stevenson avec la belle étape par le sommet de Finiels, il domine les vallées cévenoles et les Gorges du Tarn.

Nous évoluerons durant 6 jours au sein du Parc National des Cévennes, plus grande Réserve Internationale de Ciel étoilé d'Europe. Et pour contempler ce joyau, rien de mieux qu'un bivouac sur le toit de la Lozère, à 1699m d'alt. ! Les atmosphères rencontrées lors de ce séjour seront variées : entre milieu forestier, tourbières et crêtes dénudées, nous longerons le Tarn depuis sa source en faisant notre trace au milieu des chaos de granite.

Du 19 au 26 juillet 2025

Descriptif du séjour :

- **Séjour itinérant.**
- Hébergement : 4 nuits en campement (1), 1 nuit en gîte (3), 1 nuit en camping (4) = **véhicule d'HCE sur place, pas de portage de sac** ; 1 nuit en bivouac (2) = **portage d'un sac adapté pour 2 jours de randonnée.**
- Difficulté : séjour à caractère montagne, **bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

Rendez-vous



Localisation : Lozère (48)

Début du séjour : samedi 19 juillet 2025, chez Lisa et Nicolas à la ferme de Rampon, 48400 Bédouès-Cocurès

Fin du séjour : samedi 26 juillet, même lieu.

Accès : Merci de **respecter l'heure de Rdv** sur place ou en gare



De Lyon : A47 pour St-Etienne, puis Le-Puy-en-Velay, Langogne, Mende et Balsièges par RN88, Florac par N106.
De Paris : A75, sortie 39, Chanac par RN88, Florac par N106.
De Nîmes : Alès, Florac par N106. Florac > Bédouès-Cocurès par D998.



Covoiturage possible en gare SNCF de Mende, située à 50mn du début du séjour : samedi 19 juillet à 16 h. Retour par la même gare.

- **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :** Norbert Weber ☎ +352621211042. Pour éviter de payer des communications surtaxées vers ce numéro à l'étranger, utilisez Whatsapp ! ✉ norbweb@gmail.com
- **Organisation du transport :** <http://hce.asso.fr/covoiturage>
- **Encadrant(e) du séjour :** Willy Sudre ☎ 06 85 02 23 11 à joindre en cas d'extrême nécessité.
- **Co-AEM :** Didier Sauvestre

Tarif A : se référer au site sous la rubrique « séjours »

Mont Lozère, sources du Tarn

Programme indicatif :

1er jour : Accueil des participants à 17h à la ferme de Rampon. Nuit en campement (1) (altitude 630m).

2ème jour : Transfert véhicules. Départ pour 6 jours d'itinérance par les pentes Sud du Mont-Lozère, ses châtaigniers et les jolis hameaux perchés de Malbosq et Malaval. Nuit en campement (1) (alt. 950 m). D+ 450m, D- 100m,

3ème jour : Montée qui réchauffe pour gagner le plateau de la Cham des Bondons comptant pas moins de 150 menhirs, avec comme point de mire les fameux Puechs, curiosité géologique. Nuit en campement au bord de l'étang de Barrandon (1) (alt. 1370 m). D+ 550m, D- 150m.

4ème jour : Matinée tranquille en forêt domaniale jusqu'au pique-nique puis, changement d'ambiance l'après-midi : nous cheminerons sur les crêtes du Mont Lozère, au milieu de la bruyère, des myrtilles et des jolies vaches Aubrac. Bivouac (2) à proximité du sommet de Finiels avec panorama à 360° (alt.1699 m). D+ 400m, D- 150m.

5ème jour : Depuis le bivouac, nous continuerons notre traversée des crêtes hors sentiers en faisant notre trace au milieu des chaos granitiques jusqu'aux sources du Tarn. Nuit au village de gîtes (3) du Mas de la Barque (alt. 1400 m). D+ 250, D- 450m.

6ème jour : «Promenons-nous dans les bois pendant que la bête du Gévaudan n'y est pas !» De belles forêts aux hêtres tortueux... puis nous longerons le Tarn jusqu'au pique-nique. Baignade facilement accessible. Notre point de chute sera le village animé du Pont-de-Montvert, point de rencontre et site incontournable des Hautes Cévennes. Nuit en camping (4) (alt. 900 m). D+ 300m, D- 550m.

7ème jour : Montée sportive à la fraîche sur les pas de Robert Louis Stevenson (GR70) et itinéraire forestier au milieu de la belle montagne du Bougès. Nous ferons une halte au hameau de Grizac, village natal du pape Urbain V. Nuit en campement (1) à la ferme de Rampon (alt. 630 m). D+ 300m, D- 550m.

8ème jour : Séparation de la joyeuse troupe à 10h.