

RANDONNEES SUR LE PLATEAU DU MEZENC



Samedi 26 mai au Samedi 2 juin 2018

C'est une région perchée sur un plateau vallonné coincé entre l'Auvergne et les gorges de l'Ardèche. Ici le temps s'écoule encore aux rythmes des saisons et les routes sont désertent. Après une forte désertification rurale, quelques éleveurs ont réussi à maintenir leur production de bovins à viande. Ici l'hiver est synonyme d'isolement géographique avec la formation de murs de glace, ou congères, liés à l'accumulation de neige par le vent.

A l'automne le plateau prend des teintes rouge et orange liées à la présence de nombreuses forêts de hêtres. Ces couleurs de feux tranchent avec la douceur des alpages destinés au pâturage et au fourrage des vaches. Ici, la race locale est l'Aubrac qui est une vache à viande. Les fermes et maisons de village sont construites avec des pierres volcaniques noires rappelant que nous sommes sur des volcans endormis. Les toits sont faits de lauzes ressemblant fortement aux ardoises. Ce paysage jardiné reste magnifique et ponctué de petits murets de pierres volcaniques. Un des points culminant du massif du Mézenc est le mont Gerbier des Joncs d'où affleure les sources de la Loire. Certaines vieilles fermes possèdent encore des lavoirs connectés sur ces sources, des villages, des abris, des théâtres, des tours et des villas romaines.

VVF LES ESTABLES

A 30km du Puy en Velay, Altitude à 1350m
43150 Les Estables 04-71-08-34-75

Les Estables : prendre l'air !

Le VVF Villages, situé dans le bourg des Estables, se compose de petits immeubles distincts de deux niveaux (sans ascenseur) abritant 59 appartements et d'un ensemble hôtelier de deux niveaux (sans ascenseur) regroupant 21 chambres. Ce dernier comprend aussi l'accueil, le bar, le restaurant et tous les espaces de loisirs et de rencontres. Un **village de vacances** dans le Massif Central idéal pour un séjour en Auvergne, au pays des volcans.

Il sera notre camp de base.

Hébergement :

Chambre 2 pers. :

En pension complète et demi-pension - 1 lit 160 (possibilité de séparés le lit en deux de 0,80, salle d'eau avec WC (21 m²))



Restauration : PENSION COMPLETE

La gastronomie auvergnate vous est proposée au restaurant du village :



Menu du jour, vin au pichet, avec dégustation de spécialités et de repas à thème

Bar à pâtes

Restaurant avec véranda

- COCKTAIL DE BIENVENUE.

A votre disposition :

Les équipements au village

GRATUIT

- Piscine intérieure chauffée, Hammam
- Salles de musculation et de remise en forme (accès avec un encadrement professionnel)
- Bibliothèque, Tennis de table
- Terrains de volley, basket, pétanque
- Espace montagne : cartes et topoguides pour les parents

Fiches nomades Cyclo

- fiches-circuits de tous niveaux, pour une petite balade ou une sortie à la journée en vélo
- conseils et informations sur les circuits
- facilités pour l'entretien et la réparation des vélos
- 1 réception, Wifi à l'accueil
- 1 salle de séminaire.

Tarif

Sur la base d'une réservation de 10 chambres doubles, les prestations, en pension complète, s'élèveraient aux environs de :

Licenciés-membres (participation association 70€)

340€

Accompagnants

410€

Règlement

80€ à l'inscription avant le 08 décembre 2017

80€ pour 1^o acompte avant le 01 février 2018

100€ pour 2^o acompte avant le 01 mars 2018

80€ pour 3^o acompte avant le 15 avril 2018

Le solde lors de la réunion préparatoire (mi-mai)

Le Conseil d'administration d'ISCyclo vous encourage à partager esprit sportif et convivialité lors de cette manifestation sur des routes et paysages typiques du Mézenc.

LE PROGRAMME SPORTIF

Dimanche 27 mai : Le Mont Mézenc

Circuit long : 72km 1214m D+

Circuit court 45 km 613m D+



Le Mont Mézenc et le Pic Lizieux

Lundi 28 mai : Le Lac d'Issarlès

Circuit long : 85km 1387m D+

Circuit court 71km 1078m D+



Coucouron près du Lac d'Issarlès

Mardi 29 mai : Les Monts du Vivarais

Circuit long : 71 km 1154m D+

Circuit court : 51km 1210m D+ ou

64km 1133m D+



Champschiroux

Mercredi 30 mai : Le Mont Gerbier de Jonc

Circuit long : 52 km 1435m D+

Circuit court 41 km 1387m D+



Usclades et Rieutord face au Gerbier du Jonc

Judi 31mai : La Vallée de la Loire

Circuit long : 91 km 1387m D+

Circuit court : 63km 1387m D+



Entrée du village de Barges

Vendredi 1° juin : Le Domaine de Meygal

Circuit long : 90 km 1387m D+

Circuit court 68 km 1387m D+



Freycenet-Latour

Convivialité et loisirs

Parallèlement au programme sportif, le volet touristique sera abordé tant pour les cyclos que pour les accompagnateurs.

Ils feront l'objet d'une plaquette d'information qui sera remise aux futurs inscrits.

Votre escapade sur les Monts du Mézenc

Le village des Estables invite à une découverte des **paysages du Mézenc**, sculptés par le **volcanisme** et la tectonique.

Les sites incontournables de la région : les roches de Borée, le suc de la Lauzière, le **Mont Gerbier-de-Jonc** situé à 1551m d'altitude, le **lac de Saint-Front**, les **Narces de Chaudeyrolles**, le **Lac d'Issarlès**...

Sites touristiques

» La **Ferme des Frères Perrel**, véritable petit musée illustrant l'art traditionnel paysan d'autrefois (Moudeyres)

» **Panoramas** du Mézenc

» **Maison troglodyte** transformée en Musée (Lac d'Issarlès)

» **Le Monastère bénédictin** de Monestier sur Gazeilles

» **Parc des Chiens Nordiques** à Coucouron

Puis tout cette culture auvergnate : Les lentilles vertes du Puy-en-Velay, le premier château des bords de Loire (Polignac), la bête du Gévaudan, ...

A ce stade de la préparation, tout ne doit pas être divulgué, la part d'inconnue constituera la cerise sur le gâteau !

Nous comptons sur votre participation.

Le Conseil d'administration de l'Association