

# ARDECHE

## Saint Laurent les Bains

**7 jours, 6 nuits, 5,5 jours de randonnées et de visites, 5 séances de soins.**

Nous vous proposons un séjour de randonnées intense et décontracté à la fois. Nous vous offrons la possibilité de vous "**remettre en forme**" dans le cadre des **Thermes de Saint-Laurent-les-Bains**, tout en faisant de très intéressantes visites du riche patrimoine local, sans oublier bien entendu quelques belles randonnées dans des **paysages cévenols** de grande beauté.

Votre découverte d'une région largement méconnue se fera sur deux parcs qui sont le Parc National des Cévennes et le Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche.

C'est une grande richesse du **patrimoine humain** de l'époque romaine, du Moyen-âge et de la vie difficile des époques plus récentes (cultures en terrasses, habitat traditionnel...), mais aussi du **patrimoine naturel** avec une grande quantité de grands rapaces (comme l'aigle et le vautour), marmottes, cervidés... que vous allez connaître.

### ITINERAIRE DE RANDONNEE

Randonnées à faire selon votre choix :

#### Randonnée 1 :

Randonnée au départ de l'hôtel. Sommet de l'Espervelouze, puis la crête boisée au-dessus de l'**Abbaye Cistercienne de Notre-Dame-des-Neiges**. Visite de l'Abbaye (église, chapelle Charles de Foucault). Retour par la Borie.

2 à 3 heures de marche.

#### Randonnée 2 :

Transfert jusqu'au col de l'Echelette. Descente à travers les châtaigneraies et la forêt de chênes verts. Visite du **village de Thines** et de son église du 12<sup>e</sup> siècle classée monument historique. Magnifique sentier qui remonte vers le col avec une belle vue sur le village et son éperon rocheux.

3 h 30 de marche.

#### Randonnée 3 :

Transfert jusqu'à La Garde Guérin. De là, plusieurs itinéraires de randonnées vous sont proposés dans le topoguide aux alentours de **la Garde Guérin**, village médiéval du 12 et 14<sup>e</sup> siècle. Mais aussi de superbes itinéraires dans **les gorges du Chassezac** ou encore sur le "**Sentier du canal de la Viale**". Il s'agit là, d'un sentier "interprété" qui vous donnera quelques exemples de l'adaptation de l'homme à un environnement hostile : terrasses de culture, canaux d'irrigation....

3 à 4 heures de marche.

#### Randonnée 4 :

Randonnée au départ de Saint Laurent Les Bains vers le village de **Laval d'Aurelle** et **ses magnifiques châtaigneraies**. Traversée de la Borne avant de remonter par Ubac. Possibilité de visiter une miellerie. Puis vous traversez les châtaigneraies, symbole et témoin de la vie cévenole d'autrefois.

3 à 4 heures de marche.

### **Randonnée 5 :**

Randonnée au départ de **Saint Laurent Les Bains** vers la tour de guet et l'ancienne la voie romaine. Une belle piste surplombe Saint Laurent Les Bains et vous donnera toute la mesure de ce petit village blotti entre les montagnes. Descente jusqu'à **la rivière La Borne** puis remontée par les anciennes mines.

*3 à 4 heures de marche.*

Nous vous conseillons de passer à l'Office de Tourisme de St Laurent les Bains pour récupérer le programme "randonnées" et toutes les informations de visites de la région.

Chaque jour, vous pourrez intégrer dans une randonnée, une visite concernant le patrimoine de la région...  
Des topos guides vous seront envoyés avant votre départ.

De nombreuses possibilités de visites parmi lesquelles : Les villages de La Garde Guérin, Thines, Montselgues, Villefort, la trappe Notre-Dame-des-Neiges etc...

### **LE FORFAIT BALNEO :**

Ce programme est réalisé au sein des thermes de Saint Laurent les Bains, établissement appartenant à la Chaîne Thermale du Soleil. Les prestations sont dispensées avec de l'eau thermale.

Vous devez vous présenter aux thermes de Saint Laurent les Bains le jour 2 (le jour 1 étant celui de votre arrivée), ouverture de 6h00 à 13h00, fermé le dimanche.

Les soins auront lieu du jour 2 au jour 6 inclus (soit 5 jours consécutifs, le matin) et ils dureront en général environ 1h30.

Votre forfait comprendra 4 soins par séance qui seront :

- Douche sous immersion en piscine.
  - Bain de boue général en apesanteur réduite.
  - Bain de vapeur.
  - Douche pénétrante.
- + L'accès aux salles de relaxation et d'exercices physiques.

### **ATTENTION :**

**Vous devrez présenter un certificat médical de non contre-indication pour cure thermale.**

## **DATES ET PRIX**

**CODE : 1333**

**PRIX : 630 €**

**DATE :** Du 15 avril au 31 octobre 2012 inclus.

Départs à votre convenance et suivant la disponibilité des hôtels.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également.

Ex : possibilité de décaler la randonnée de 1 ou 2 jours avant ou après... ; ceci au cas où l'hébergement ne serait pas disponible aux dates choisies.

Nous vous demandons également de réserver le plus tôt possible. Nous n'avons pas de places réservées dans l'hébergement, et celui-ci peut être complet plusieurs mois à l'avance.

**Suppl. single : 140 €(obligatoire si 1 seul participant).**

## LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en ½ pension, du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 7
- Le forfait remise en forme aux thermes
- Le carnet de rando

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous et le retour
- Les transferts pour se rendre aux thermes, pour les débuts et fins de randonnées
- Les repas de midi
- L'éventuel supplément single
- Les assurances

### MODIFICATION DE RESERVATION : ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout changement sur la réservation déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de nuits supplémentaires en début ou en fin de randonnée doivent se faire obligatoirement à l'inscription et être spécifiées sur le bulletin de réservation.

Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.

## RANDONNEE LIBERTE : En étoile - Niveau 2

Facile, accessible à tout randonneur. Les randonnées quotidiennes représentent 3 à 4h00 de marche. Toutefois, nous sommes en moyenne montagne ; il faut donc s'attendre à quelques montées certains jours.

## GROUPE

A partir de deux participants. 1 seul participant possible avec supplément (single obligatoire).

Les randonnées s'effectuent sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain etc...).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue...).

## HEBERGEMENT ET REPAS

Vous résiderez dans un hôtel\* NN, dans des chambres à deux lits (grand lit pour les couples), toutes avec téléphone, douche, lavabo et WC.

Des chambres individuelles (en nombre limité) sont possibles avec supplément.

Les petits-déjeuners et dîners sont pris à l'hôtel.

Pour ce forfait, les repas du midi ainsi que les boissons personnelles restent à votre charge.

## ACCUEIL ET DISPERSION

Accueil le jour 1, entre 17h00 et 19h00 à l'Hôtel\* La Grande Halte, au village de La Bastide Puylaurent. Si vous arrivez après 19h00, veuillez prévenir votre hébergement au 04 66 46 00 35. Dispersion le jour 7 après le petit-déjeuner au même endroit.

## ACCES

**Ce séjour nécessite d'être motorisé** (ou de prendre un taxi pour les déplacements sur les départs de randonnées (2 fois) et pour les thermes (distant de 10 km)).

La Bastide Saint-Laurent se trouve à la limite des départements de la Lozère et de l'Ardèche. L'idéal est de se munir de la carte Michelin Local 331 : Ardèche, Haute-Loire.

La Bastide se trouve à :  
598 km de Paris (6h00 de route par l'autoroute Orléans, Clermont).  
180 km de Lyon (2h30 de route environ).  
242 km de Marseille (un peu plus de 3h00 de route).

### **- Pour ceux qui viennent de la partie nord de la France :**

Rejoindre Le Puy en Velay, puis N88 jusqu'à Langogne, et enfin D906 jusqu'à La Bastide Puylaurent.

### **- Pour ceux qui viennent de Rhône-Alpes :**

N88 St-Etienne, Yssingeaux, Le Puy en Velay, Langogne, puis D906 comme ci-dessus.

### **- Pour ceux qui viennent du sud de la France :**

Rejoindre Alès puis D 906 pour Genolhac, Villefort et La Bastide Puylaurent.

## CARNET DE RANDO

Dans le mois qui précède votre départ, vous recevrez :

- Carte IGN 1/25.000<sup>ème</sup> 2838 OT.
- Le topoguide détaillé de votre itinéraire comprenant également les variantes, distances, temps de marche... et toutes les informations utiles sur les endroits traversés.
- Le fascicule sur le Haut Plateau Ardéchois.

Il nous semble qu'un apprentissage minimum à la lecture de cartes IGN est indispensable.  
Enfin, une boussole pourra être utile, ne serait-ce que pour orienter la carte.

## PORTAGE

Avec vous, uniquement vos affaires de la journée.

## VOS BAGAGES

### **Sac à dos :**

Un sac à dos (25 à 35 litres) pour vos affaires de la journée (pique-nique, gourde...).

### **Ce que nous vous conseillons d'emporter :**

- Chaussures de randonnée si possible montantes et avec semelles semi-rigides.
- 1 paire de chaussures type tennis pour le confort à l'étape.
- 3 T-shirts.
- Short et pantalon pour l'étape du soir (jean, survêtement...).
- Blouson en toile ou anorak léger.
- Sous vêtements.
- Au moins deux paires de chaussettes.
- Chemise laine ou coton épais.
- Chandail ou sous pull.
- Poncho ou imper léger (éviter le k-way),



- Couvre-chef, maillot de bain, lunettes de soleil, crème solaire,
- Nécessaire de toilette minimum (serviettes de toilette fournies).

**Petite pharmacie personnelle :**

- Antalgique (aspirine, Doliprane), vitamine C,
- Elastoplaste, pansements adhésifs, double peau (Compeed),
- Boules Quies,
- Vos médicaments personnels...

**Pour les pique-niques :**

- 1 boîte plastique contenance environ 700 ml (type Tupperware), des couverts, un gobelet, un couteau pliant (type opinel),
- 1 gourde et/ou une thermos (un litre minimum).

**Divers :**

- 1 pochette plastique étanche avec : la Carte Nationale d'Identité ou le Passeport (valide), le dépliant de votre assurance personnelle, argent (dépenses personnelles : boissons en cours de randonnée...).

**Facultatif :**

- 1 équipement photo,
- 1 paire de jumelles,
- 1 paire de bâtons de marche télescopiques.

**Pour la balnéo :**

- 1 certificat médical de non contre-indication pour cure thermale.
- Maillot de bain, bonnet de bain et chaussures antidérapantes (sandales en plastique).
- Les peignoirs et serviettes sont fournis par les thermes.

## **POUR EN SAVOIR PLUS**

### **Saint Laurent les Bains :**

Situé à 840 m d'altitude, le village est bâti dans un décor impressionnant, escarpé, plongeant sur la rivière Borne. Un dolmen dénommé le Palet de Gargantua atteste l'ancienneté de la présence humaine. Il semble par ailleurs que la voie romaine passant à St Laurent ait repris le tracé d'un chemin encore plus ancien reliant la plaine d'Aubenas à l'ancêtre de la Voie Regordane.

Grands amateurs de bains, les Gallo-Romains tirèrent profit des eaux jaillissant à 53°. Ils aménagèrent ici des thermes dont on a retrouvé de maigres vestiges. Relevée de ses ruines, la tour haute de six étages dominant le village fut vraisemblablement construite au X<sup>ème</sup> siècle.

Deux sources étaient déjà exploitées au XVIII<sup>ème</sup> siècle. La grande source alimentait la borne publique, le bain des hommes et le bain des femmes. La petite source alimentait le bain des pauvres. Des médecins de Montpellier étudièrent à cette époque les vertus curatives des eaux de Saint Laurent qui furent d'ailleurs déclarées d'utilité publique.

La vogue des stations thermales et l'amélioration des communications lancèrent St Laurent les Bains au cours du XIX<sup>ème</sup> siècle. Nombre de curistes venant de l'Auvergne et du Midi arrivaient alors par la ligne de chemin de fer Paris-Nîmes. Ils descendaient à la gare de La Bastide-Puylaurent, distante d'une dizaine de kilomètres de l'établissement thermal. Précisons que les curistes d'aujourd'hui disposent toujours de ces facilités d'accès. Spécialisée dans les soins de rhumatologie, l'établissement thermal continua de séduire les curistes jusqu'au lendemain de la seconde guerre mondiale. Faute de modernisation des installations, la clientèle finit par désertier les lieux, l'établissement thermal fermant ses portes en 1960.

Saint-Laurent tirait alors une partie de ses revenus de ses gisements de spath-fluor, exploités jusqu'en 1965. La Chaîne Thermale du Soleil fit l'acquisition des anciennes installations en 1985. Elle construisit alors, dans un style néo-palladien, un complexe thermal entièrement nouveau, proposant à la fois des cures de rhumatologie et

des séjours de remise en forme. La clientèle revint peu à peu, la fréquentation actuelle étant de l'ordre de 1200 curistes par an. Les habitants de Saint Laurent continuent de leur côté de laver leur linge au lavoir municipal, eau chaude à volonté oblige...

### **L'abbaye cistercienne de Notre-Dame des Neiges :**

Fondée en 1850, l'Abbaye de ND des Neiges renouait, après une interruption de quelques 60 années due à la tourmente révolutionnaire, le fil d'or d'une tradition monastique instaurée 700 ans plus tôt en cette région par l'Abbaye cistercienne de Mazan (1119).

Aujourd'hui, c'est dans ce cadre de montagnes et de forêts de sapins plantés par leurs pionniers que vivent, sous la règle de St-Benoît, car ils sont une branche du grand ordre des Bénédictins, une trentaine de moines. Deux années de probation ont permis au candidat d'étudier ses aptitudes et de purifier ses motivations avant tout engagement définitif. "Vivre pour prier", c'est ainsi que peut se résumer la vie de ces hommes que sept fois par jour la cloche appelle à la prière.

Ils partagent en effet leur journée entre prières liturgiques, travail manuel (4 à 5 h), lectures spirituelles et travail intellectuel. Couchés à 21 h, les moines se contentent de 7 h de sommeil. Debout à 4 h du matin pour faire retentir déjà la louange de Dieu, Créateur et Maître du monde, le monastère de ND des Neiges est un haut lieu qui pose à tous ses visiteurs le problème de Dieu et le résout aussi, car une telle vie serait inexplicable si Dieu n'existait pas ! Les moines vivent du travail de leurs mains, mais l'agriculture trop peu rentable en ce pays au sol ingrat et aux longs hivers les a contraints à adopter bon gré mal gré une industrie des vins, d'ailleurs fort appréciés. Cela leur permet d'assurer leur propre subsistance et aussi d'apporter une aide à beaucoup.

Les Ecclésiastiques sont heureux de se procurer un vin authentiquement liturgique et les acheteurs, un vin de table de qualité. On ne visite pas l'Abbaye. Les dépendances en revanche sont d'un accès commode : ferme, cave, etc...

L'Eglise reste toujours ouverte et il est facile au touriste comme au pèlerin d'assister à quelques-uns des offices monastiques de la matinée ou de la soirée. Mais pour avoir une information plus complète, on ne manquera pas d'aller voir la présentation, qui est faite dans la salle audio-visuelle, de la vie des moines.

### **Thines :**

Petit chef d'œuvre de l'art roman vivarois, l'église de Thines invite à découvrir, malgré les difficultés d'accès, le pittoresque village en impasse. Dépendante de l'abbaye de St Chaffre du Monastier, l'église Notre Dame de Thines fut élevée dans le dernier quart du XII<sup>ème</sup> siècle. La présence d'un édifice aussi soigné dans un lieu aussi isolé continue de poser question.

La vallée de la Thines aurait pu constituer un raccourci entre Le Puy, St Gilles du Gard et St Jacques de Compostelle, Thines devenant dès lors un lieu de halte pour les pèlerins. L'association de styles très différents appuie cette hypothèse, alors même que l'édifice fut, semble-t-il, construit en une seule fois.

Le village de Thines propose quelques belles maisons en schiste aux toits de lauzes. La commune compte moins de 50 habitants aujourd'hui contre près de 900 au milieu du XIX<sup>ème</sup> siècle. Aussi a-t-elle fusionné avec ses voisines de Malarce et Lafigère qui ne sont guère plus peuplées. La vallée de la Thines abrita l'un des premiers maquis durant l'Occupation. Au terme d'un guet-apens tendu par les Allemands, neuf personnes furent fusillées le 4 août 1943, six résistants et trois habitants du hameau de Tastevin qui les hébergeaient.

### **Château de Luc :**

Dominant le village, d'où une vue remarquable est offerte sur la vallée de l'Allier et le Massif du Tanargue, les ruines du château attirent l'attention des promeneurs. Construit avant le XII<sup>ème</sup> siècle sur un emplacement celtique, au pied de la forêt de Mercoire, il fut l'un des plus importants de la région. Son architecture en "opus spicatum" (ou "épi de blé"), est remarquable. Agrandi au fil des alliances, il a gardé, malgré sa dégradation actuelle, les signes imposants d'une forteresse militaire.

Gardien du chemin de Regordane (axe de liaison entre le Midi et l'Auvergne), le château de Luc était un point stratégique entre les deux provinces de Gévaudan et Vivarais. Jusqu'au XIII<sup>ème</sup> siècle, il était le siège d'une importante baronnie appartenant à la famille De Luc. Ensuite, au gré des alliances, il sera l'apanage d'illustres familles seigneuriales de la région : d'Anduze, de Randon, de Polignac, de Moras, de Merle et de Perier.

Pendant la guerre de cent ans, il subit plusieurs assauts sans être assiégé. Au XVII<sup>ème</sup> siècle, les Guerres de Religion emmènent, à plusieurs reprises, les Etats du Gévaudan à installer une garnison à pied et à cheval au château de Luc. Il semble avoir été démantelé sur ordre de Richelieu, vers 1630. La Révolution avec l'abolition des droits féodaux, mais aussi la rigueur du climat et le défi du temps, l'ont amené à son état de dégradation actuel.

### **Village médiéval de La Garde Guérin :**

Située à 860 m d'altitude, La Garde Guérin domine le torrent de l'Altier d'un côté et les Gorges du Chassezac (400 m de dénivelée) de l'autre, et est entourée au nord des montagnes de l'Ardèche et du Vivarais et, au sud-ouest, du Mont Lozère.

De par ses paysages de montagnes et ses gorges encaissées, ce lieu mythique pourrait être comparé aux plateaux découpés du Connemara. Les vieilles pierres de ce village médiéval fortifié témoignent d'une histoire riche en événements. Peut-être renferment-elles de lourds secrets, ou cachent-elles quelques trésors oubliés...

Le village a gardé sa structure du XII<sup>ème</sup> siècle, avec des constructions du XVI<sup>ème</sup> siècle, de style Renaissance, ainsi que 31 maisons fortes.

Depuis 1929, le village est classé site historique, et la Tour et l'Eglise (romane du XII<sup>ème</sup> s.) monument historique. La Garde Guérin fait aussi partie des Plus Beaux Villages de France, depuis 1992 (seulement 2 en Lozère). Les membres de l'association G.A.R.D.E (Groupement pour l'Amélioration, la Rénovation de La Garde Guérin), seront heureux de vous guider sur les traces des chevaliers pariers, gardiens du village et de la voie Régordane.

### **Laval d'Aurelle :**

Autrement dit "la vallée de l'or". Personne ne peut dire si ce métal précieux a été trouvé dans la rivière mais, au siècle dernier, l'or était la châtaigne et le miel. Ces deux produits, dont l'exploitation a façonné le paysage et l'architecture de ce village cévenol typique, sont toujours la base de l'économie locale, d'où son parfait état de conservation.

### **BIBLIOGRAPHIE :**

- Histoire du Vivarais - Editions Privas.
- L'Ardèche à la page - Jean-Marc Gardès. Fédération des œuvres Laïques de l'Ardèche.
- Contes et légende du plateau Ardéchois - J.M Gardès, édition La Fontaine de Siloé
- Nanette Lévesque, conteuse et chanteuse du pays des sources de la Loire, édition établie par Marie Louise Ténèze et Georges Delarue, le langage des contes Gallimard, 2000.
- L'Encyclopédie Bonneton sur l'Ardèche (éditions Bonneton).

Allez jeter un coup d'œil dans le site de La Bouquinerie, éditeur spécialiste de la Drôme et de l'Ardèche :

<http://www.labouquinerie.com>

## VOS PLUS BELLES PHOTOS DE RANDONNEES !

Chers amis randonneurs,

Vous êtes de plus en plus nombreux à nous envoyer vos photos de randonnées ou trekking réalisés lors de vos séjours avec La Burle.

Partout dans le monde, du fin fond de l'Afrique à l'Asie, de l'Amérique à l'Europe ou tout simplement en France, les plus beaux moments ou paysages ont certainement eu droit à leur "arrêt sur image".

Alors pour que tous ces magnifiques clichés ne restent pas au fond "des cartons", nous souhaitons en faire profiter l'ensemble des randonneurs et amateurs de nature en illustrant nos séjours de ces belles photographies.

Afin de remercier les photographes donateurs (avec leurs accords bien sûr), nous avons décidé de récompenser les meilleures photos qui illustreront nos séjours sur notre catalogue et notre site internet.

C'est tout simple :

- Thématique photo : paysages, nature, rencontre, insolite ...
- Photos prises sur un séjour vendu par La Burle
- Envoi de 1 à 3 photos maximum sur internet ou par CD (pas de photos papier)
- Caractéristiques des photos : 2Mo minimum
- Coordonnées du photographe, adresse, E-mail et téléphone
- Date et lieu des photos
- Accord des droits à l'image s'il y a des personnes (reconnaissables) sur les photos.
- Accord cédant les droits d'image à la Burle pour son catalogue et son site internet.

*Sans tous ces éléments, vos photos ne pourront être retenues.*

**Si votre photo est éditée dans notre catalogue, vous profitez à votre prochaine inscription de :**

- **10%** offert sur un séjour randonnée La Burle Massif Central\* ou Camargue pour toutes photos sélectionnées pour une page de couverture.
- **5%** offert sur un séjour randonnée La Burle Massif Central\* ou Camargue La Burle pour toutes photos sélectionnées pour une pleine page intérieure.
- **3%** offert sur séjour randonnée La Burle Massif Central\* ou Camargue La Burle pour toutes photos sélectionnées pour une demi-page intérieure ou pour le site internet.
- **3%** offert sur un voyage randonnée La Burle Maroc Solidaire.

\*Sur les séjours production La Burle Randonnées.

## CONDITIONS DE VENTE

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale et sur notre site internet [www.laburle.com](http://www.laburle.com)

## SENTIERS CROISES

L'association Sentiers Croisés rassemble **des professionnels du trekking et de la randonnée**. Unis par les valeurs du **tourisme responsable**, par une passion commune de leur métier et de la nature, ils ont choisi de **créer et produire ensemble** certains circuits.



L'objectif des associés est d'améliorer encore, au travers de cette collaboration, **la satisfaction de leurs clients**.

## LA BURLE RANDONNEES

SARL au capital de 63 000 € - RCS AUBENAS 503 647 042 – IM 007110010  
Garantie financière : COVEA Caution 10, boulevard Marie et Alexandre Oyon 72013 Le Mans  
Responsabilité Civile Professionnelle : HISCOX 12, quai des Queyries 33100 Bordeaux