



## Échappée équestre dans le Lot

### COURT SEJOUR FRANCE / MIDI - PYRÉNÉES

Partez pour 3 jours d'**escapade à cheval** dans le décor grandiose des **vallées du Lot et du Célé**, une nature sauvage et préservée. Vous suivez à cheval le cours de ces rivières encaissées par des chemins taillés dans la roche et où dominent d'imposantes falaises calcaires. De quoi prendre un bol d'air en pleine nature, le temps d'une **échappée équestre dans le Lot**.

Court séjour France	 3 jours (3 à cheval)	 À partir de 680 €		En famille à partir de 12 ans	Ouvert aux non cavaliers
---------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------	--------------------------



### ITINÉRAIRE

## Les points forts

- Découvertes culturelles dans une nature étonnante et préservée à travers les églises, les châteaux et les citées médiévales de la région
- Repas champêtres à base de produits locaux
- Une cavalerie de qualité et de très belles occasions de galops
- Passage par le chemin de halage, taillé dans la roche le long de la rivière

## Jour 1 — PECH MERLE - MARCILHAC SUR CELE

Arrivée prévue vers 9h00 au centre équestre, en tenue d'équitation. Navette possible depuis la gare de Cahors, la veille (sur demande, à régler sur place). Vous êtes accueilli par le guide, premiers contacts avec les autres cavaliers et présentation du programme de la randonnée pour le week-end. Vous découvrez les chevaux qui vous accompagnent pour les jours à venir et préparez votre monture pour l'étape du jour. Vous partez pour votre première journée à cheval le long du GR 651. Vous chevauchez à travers la vallée du Célé pour rejoindre la ville de Marcilhac, située au pied des grandes falaises de calcaire. Vous longez ainsi les falaises qui bordent la vallée du Célé, une étape sauvage sur des chemins rocailleux chargés d'histoire. Le midi, pique-nique et visite du musée de plein air de Cuzals. En fin de journée, arrivée au village médiéval de Marcilhac sur Célé. Dîner et nuit en chambres d'hôtes.

## Jour 2 — MARCILHAC SUR CELE - SAINT JEAN DE LAUR - 5H à cheval

Après un bon petit-déjeuner, il est temps de se remettre en selle pour cette seconde journée à cheval. Vous traversez dans un premier temps le massif calcaire qui sépare la vallée du Lot, de celle du Célé. Après quelques chemins ponctués de cazelles, ces cabanes en pierres sèches qui servaient autrefois d'abris à la fois aux hommes et aux animaux, vous atteignez Cajarc par un chemin en encorbellement. La nature environnante est imposante. Cajarc est connu pour être un bourg médiéval encore très vivant. Après une ascension, arrivée à l'étape du soir, repos et dîner. Nuit au domaine de Gayfié.

## Jour 3 — SAINT JEAN DE LAUR - CABRERETS - PECH MERLE - 5H à cheval

Pour cette dernière journée, vous prenez la direction du chemin retour vers la ferme équestre, par la vallée du Lot. Vous faites d'abord étape pour le déjeuner, au village de Saint Cirq Lapopie, dans un des restaurants au cœur de cette cité médiévale. L'après-midi, vous suivez le chemin de halage taillé dans la roche pour rejoindre la ferme équestre, où se termine votre randonnée. Après avoir pris soin de remercier votre monture pour ces 3 jours de randonnée, il est temps de se dire au revoir. Départ individuel des cavaliers.

### DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	STATUT
13/07/2024	15/07/2024	680 €	Complet
03/08/2024	05/08/2024	680 €	Départ garanti

## Remarques sur nos prix

- Les tarifs indiqués sont HORS TRANSFERTS par personne, en chambre double ou triple.
- Le groupe est composé de 4 à 8 cavaliers internationaux. L'accompagnement est francophone.
- Chambre individuelle possible à certaines dates moyennant un supplément, sur demande.
- Le transfert est possible depuis et vers la gare de Cahors (80€ A/R par voiture), à régler sur place. Des nuits supplémentaires seront obligatoires. Le transfert a généralement lieu à partir de 17h00 la veille du premier jour. Le transfert retour s'effectuera pour un train retour après 11h00, le lendemain de la fin de la randonnée.
- Possibilité de nuit supplémentaires, avant et après la randonnée pour plus de confort de voyage - obligatoire si transferts : 50€ par personne et par nuit en demi-pension, à régler sur place.
- Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 11 ans - à condition d'avoir le niveau équestre requis et d'avoir une expérience de la randonnée.
- Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 90 kg. Au delà de 90 kg, nous consulter.
- Les accompagnants non cavaliers sont les bienvenus et bénéficient d'une remise de 210€. Possibilité de suivre la randonnée en vélo (nous consulter pour des recommandations de location).

### AVERTISSEMENT

Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévu. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours. Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

## Notre prix comprend

### ACCOMPAGNEMENT

1 guide équestre francophone

### EQUIPE LOGISTIQUE

1 véhicule d'intendance avec chauffeur

1 cheval équipé par cavalier

### MODE D'HÉBERGEMENT

2 nuits en chambres d'hôtes, gîtes ou équivalent. Chambres de 2 à 3 personnes. Sanitaires à partager.

## REPAS

Pension complète du déjeuner du J1 au déjeuner du J3  
Les boissons pendant les repas (incluant vin)

## MATÉRIEL DIVERS

Pharmacie collective  
Sacoques doubles a cheval

## Notre prix ne comprend pas

---

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.  
Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.  
Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.  
Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

## REPAS

Boissons en dehors des repas et extras personnels

## TRANSPORTS

Transferts depuis et vers la gare de Cahors

## DIVERS

Pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)  
Les entrées payantes dans les parcs, sites et musées

## ASSURANCE

Les assurances annulation et recherche- assistance et rapatriement (obligatoire). Consultez nos conditions d'assurance

## INFOS ÉQUESTRES

### Cavalerie

---

Cavalerie de chevaux demi sang arabe et barbe principalement, habitués à la randonnée, aux pieds sûrs et vivants au pré. Ils mesurent entre 1m50 et 1m60 en moyenne.

### Guide & équipe locale

---

Pascal et Charline sont ATE (accompagnateur de tourisme équestre), et prennent beaucoup de plaisir à vous faire découvrir leur région, qu'ils connaissent parfaitement. Ils sont très impliqués dans la vie des villages aux alentours. Pascal parle anglais, et Charline a des notions d'Espagnol.

### Niveau équestre & forme physique

---

#### MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Cavaliers maîtrisant les 3 allures en extérieur et en terrain varié.  
Poids : 90kgs max

#### ALLURES

L'allure de base en randonnée reste le pas, ponctué de trots et galops quand le terrain le permet. Beaucoup de chemins roulants permettant de belles allures.

#### AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Il vous sera demandé de panser, seller, desseller et vous occuper de votre cheval durant la randonnée. Une aide peut être apportée pour la distribution des rations et de l'eau aux chevaux.

#### NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

---

Une bonne condition physique est nécessaire pour pouvoir parcourir 30 à 35 km par jour (5 à 6 h à cheval). Une pratique régulière de l'équitation est obligatoire pour participer à cette randonnée. Le terrain présente quelques difficultés et il vous sera demandé quelques fois de mettre pied à terre.

## EQUIPEMENT EQUESTRE

Briderie et sellerie de randonnée, tapis à poches ou sacoches fournies. Véhicule d'intendance pour le transport des bagages: merci de voyager léger. Le port du casque est fortement conseillé, voire obligatoire. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel. Aucun casque ne pourra vous être fourni sur place.

## INFOS PRATIQUES

### CONFORT

Hébergement en chambres d'hôtes, ou gîtes en chambres de 2 à 3 personnes. Supplément single possible à certaines dates, sur demande.

### REPAS

Petits déjeuners complets.

Déjeuners au restaurant. Les autres déjeuners sous forme de repas champêtre: En pleine nature, table dressée avec nappe, salades, quiches, cakes, fruits, fromages... Un déjeuner dans un restaurant gastronomique chaleureux pour goûter la cuisine locale.

Dîners au gîte ou aux chambres d'hôtes, selon les étapes, souvent préparés par les hébergeurs.

### CLIMAT

Les étés sont très chauds et faiblement pluvieux, les températures dépassant souvent les 30 °C. Les hivers varient, avec souvent des températures négatives et des gelées nocturnes mais le climat reste relativement doux et clément. Risque orageux.

### TIPS

En France le pourboire est de coutume dans le domaine de la restauration et de l'hôtellerie notamment lors d'une demande particulière. Concernant les équipes d'encadrement équestre, les pourboires sont également appréciés mais ils restent à votre entière discrétion et ne sont pas obligatoires.

### LISTE EQUIPEMENT

Les informations sont données à titre indicatif et doivent être adaptées à la saison.

#### Tête

- Un casque d'équitation : Il est fortement recommandé et souvent obligatoire. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème...) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).
- Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable)
- Un bandana, une écharpe ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil
- Une paire de lunettes de soleil haute protection

#### Buste

- Tee-shirts en coton + chemises à manche longue (pour protection contre le soleil) ou T-shirt en matières techniques à séchage rapide.
- 1 polaire légère ou pull équivalent ou 1 polaire chaude ou équivalent
- 1 veste imperméable/ciré. Le poncho est à éviter absolument !

#### Jambes

- 1 ou 2 culotte(s) d'équitation
- 1 pantalon de rechange (randonnée ou jean ou équivalent)
- 1 sur-pantalon imperméable et respirant en cas de pluie
- 1 maillot de bain peut-être utile
- Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant

#### Pieds et Mains

- 1 paire de chaussures de marche légères de préférence imperméable, avec chaps ou boots avec des mini-chaps spécifique pour l'équitation
- 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir
- Plusieurs paires de chaussettes
- 1 paire de gants pour se protéger du soleil, du froid et des frottements

#### Petits trucs à cheval

- Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.
- Rien sur le dos, tout dans une veste multi-poches ou une banane ventrale: stick à lèvres, crème solaire, passeport, petit appareil photo ou mini caméra (étanche), cordelettes, lunettes... plus accessible que les fontes.
- Un sac banane ou veste multi-poches (type pêche) - le sac à dos est interdit à cheval

#### Divers

- 1 gourde de 1,5 litres ou 2 équivalentes
- Lampe frontale, piles et ampoules de rechange
- Nécessaire de toilette
- Des boules 'quies' peuvent être utiles
- Couteau suisse ou équivalent
- Appareil photo (avec une batterie de rechange)

#### Pharmacie

Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.

Ceci est une pharmacie type, à adapter selon vos habitudes de voyage

- Médicaments personnels
- 1 Antibiotique à large spectre
- Aspirine ou doliprane
- Anti diarrhéiques
- Vitamine C
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre
- Crème hydratante
- Un rouleau de sparadrap
- Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
- Une boîte de pansements adhésifs
- Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
- Une crème et un spray anti moustique
- Des Compeed pour les ampoules.

## TOURISME RESPONSABLE

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre vol.
3. **Préservez la nature** : Prévoyez une "poubelle de voyage" pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l'environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d'informations, retrouvez notre article détaillé sur [le Mag](#) .