

Destination Lozère



Organisation : Spéléo Canyon Ariège – Ici et Ailleurs

Encadrement : Antoine Sennepin

Moniteur diplômé d'état : Canyon – Spéléologie – Accompagnement en montagne

Programme :

Un séjour pour partir à la découverte de la Lozère et de ces canyons. Territoire mystique et sauvage, composé de hauts plateaux coupés de profondes gorges, la notion d'espace sauvage prend ici tous son sens.

Ce stage se déroule dans le parc national des Cévennes, abritant une mosaïque de paysages : landes, gorges, terrasses, serres... Avec un patrimoine bâti unique : calade, pont, maison en Lauze, clède... Ici sont nées de nombreuses légendes : bête du Gévaudan, Camisards...

Lors de ce stage nous allons descendre 3 à 4 canyons qui seront sélectionnés en fonction des niveaux d'eau de l'avis du moniteur et des envies du groupe.



Nous avons le choix entre 5 canyons :

- **Le Roujanel** : Ambiance estampe Japonaise, des bassins d'eau bleu translucide où lève des feuilles de hêtre, le schiste sculpté et lustré par l'eau éclairé par le soleil qui filtre à travers la hêtraie. Dans ce canyon pas de gros obstacle, mais de la nage et des sauts dans un paysage onirique.

- **Le Rieutort** : Le canyon le plus au sud de notre aventure. Une immersion dans la nature au fil de l'eau, on passera de la hêtraie à la pinède, en traversant des géologies surprenantes et variées. Un programme complet avec des sauts, de beaux rappels et des toboggans. Un très joli final au milieu des cèdres et des blocs de granit.

- **La Borne** : Ici c'est le Canada, au milieu des sapins et des tours de granites la borne a creusé de très beau bassin vert émeraude. Une belle ambiance ou on s'imagine parfois Davy Crockett ou parfois Jack Sparrow.

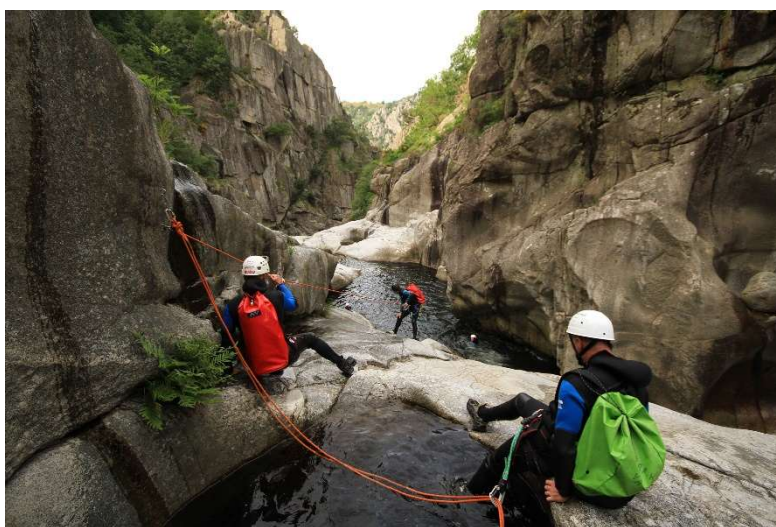
Ce canyon est rythmé par de nombreux sauts agrémentés de marche. Ici les eaux sont fraîches et revigorantes.

- **Le Fustugere** : Idéal pour vivre une aventure verticale. Cette gorge à de beaux encaissements et de belles cascades qui permettent de s'initier aux techniques de progression sur corde en canyon, et notamment la descente en rappel. Nous évoluerons dans une gorge granitique, avec de beaux chaos de blocs. Le canyon rejoint la Borne qui est une très belle vallée typique des cévennes.

- **Le Chassezac** : Un canyon atypique et mythique, pour descendre dans la gorge nous emprunterons d'anciennes calades (chemin en pierre) au milieu des châtaigniers. La descente du Chassezac est rythmé par une diversité d'obstacles : toboggans, boîtes aux lettres, rappels sous cascade, passages en opposition, sauts, chasses d'eau... Pour réaliser l'intégral du parcours il faut environ 6 heures.

Pour varier les plaisirs nous pouvons explorer une grotte : la fontaine de Champclos. C'est une très belle cavité qui permet un parcours varié avec des méandres, des puits, de petites rivières souterraines et surtout de très belles salles, dont notamment la salle du Mont Blanc.

Le stage s'organise sur 4 jours consécutifs, le programme est modulable et on peut faire 4 journées de canyon si le groupe n'a pas envie de faire de spéléologie.



A qui s'adresse ce stage :

Il s'adresse à des adultes ou à des adolescents de 14 ans et plus en bonne condition physique ayant une activité sportive régulière (pratique d'un sport en club, course à pied, escalade...). Pas besoins d'être un sportif de haut niveau pour faire ce stage. Il n'y a pas de difficulté majeure dans les canyons ni de passage trop technique ou trop aquatique avec des mouvements d'eau. Par contre l'enchaînement de canyon à la journée avec des marches d'approches plus ou moins longues nécessite d'être en forme pour passer un bon moment.

Horaires :

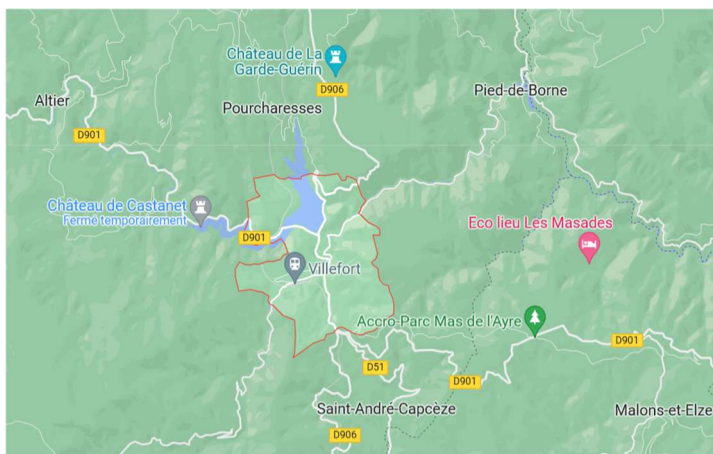
Jour 1 : Rendez-vous à 8H30 au café le National à Villefort. Présentation du programme et du groupe
9H30 Départ pour le premier canyon du séjour
16H – 17 H retour à Villefort

Jour 2 : Rendez-vous à 9H (lieu à définir en fonction de l'objectif de la journée)
16H30 – 17 H retour à Villefort

Jour 3 : Rendez-vous à 9H (lieu à définir en fonction de l'objectif de la journée)
16H30 – 17 H retour à Villefort
19H Repas de convivialité à la Guinguette du bout du Lac (repas à la charge des participants).

Jour 4 : Rendez-vous à 9H (lieu à définir en fonction de l'objectif de la journée)
16H30 – 17 H retour à Villefort
Bilan de fin de stage.

A chaque fin de journée nous partagerons un verre ensemble pour débriefer.



Situation géographique :

Les canyons se situent dans le Sud des Cévennes, le point central des rendez-vous sera Villefort.
<https://goo.gl/maps/xNbLR9AfnTmYS1qX8>

Le groupe :

Petit groupe de 4 à 8 personnes pour garantir la sécurité, l'apprentissage des techniques de canyon et un encadrement de qualité, en individualisant au mieux l'accompagnement. Chaque stagiaire recevra des conseils pour lui permettre d'évoluer en autonomie avec le maximum de plaisir.

Le moniteur :

Antoine Sennepin est moniteur diplômé d'état en canyon, spéléologie et accompagnement en montagne.

Également formateur aux travaux en hauteur et sur corde, ainsi que moniteur en secourisme (SST).

Encadrant en canyoning et spéléologie depuis plus de 10 ans, il a travaillé dans différents massifs (Lozère, Ardèche, Hautes-Alpes, Ariège).



Tarif 2025 : 350 euros par personne pour l'encadrement. Les frais d'hébergement et de restauration ne sont pas pris en charge.

Le prix comprend :

L'encadrement, ainsi que tous le matériel individuel et collectif nécessaire à la réalisation de l'activité.

-Pour le canyon : chaussures, chaussette en néoprène, combinaison 2 pièces, casque, baudrier et descendeur de canyon. Ainsi que le matériel collectif : sac de canyon, bidons étanches, cordes, pharmacie...

-Pour la spéléo : bottes, combinaisons de spéléologie, casque avec éclairage, baudrier avec agrès de progression. Ainsi que le matériel collectif : sac de spéléologie, bidons étanches, cordes, pharmacie...

Le transport pour chaque journée d'activité est assuré depuis le lieu de rendez-vous (Villefort) jusqu'au départ de l'activité en mini-bus.

Le transport depuis votre domicile jusqu'au lieu de séjour n'est pas pris en charge.

Néanmoins il peut être possible de réaliser du covoiturage depuis la ville de Foix en Ariège (une petite participation aux frais sera demandée). Mais dans un souci de logistique et de gestion des bagages, pas plus de 5 personnes pourront être covoiturées. Si vous optez pour le covoiturage, il faudra réserver un hébergement sur Villefort (camping, gîte, airbnb).

Consulter le moniteur (Antoine : 06 01 63 32 25) pour voir les options de covoiturage possibles dans son mini-bus.

Le prix ne comprend pas :

Le transport jusqu'au lieu de séjour (sauf si possibilité de covoiturage mais limité), la nourriture et l'hébergement sur place.

Equipement à prévoir :

Pour les activités :

-Canyoning : un maillot de bain et un pique-nique compact et solide (sandwich, barre de céréale, fruit qui ne s'écrase pas) pour chaque journée.

-La spéléologie : des chaussettes, un pantalon dans lequel vous êtes à l'aise (pantalon de rando, jogging) et une polaire ou un sweat. Vos vêtements seront peut-être un peu mouillés à la sortie de la grotte.

Pour le séjour :

Les journées sont belles et ensoleillées en Lozère, mais les nuits peuvent être fraîche prévoir des vêtements chauds pour le soir ainsi qu'un vêtement de pluie.



Pour diminuer les frais d'hébergements il est possible de camper sur place. Soit au camping municipal de Prévenchères qui est très bon marché, soit au camping de Villefort au bord du lac. Si vous campez il faut prévoir tout le matériel nécessaire : tente, duvet, matelas, cuisine...

Hébergements possibles :

Cette liste n'est pas exhaustive, c'est juste des hébergements connus et agréables. Il y a d'autres possibilités notamment via airbnb.

Attention à prendre un hébergement proche de Villefort, les routes cévenoles sont très tortueuses. Ici les trajets ne se mesurent pas en km mais en temps.

-Grandeur nature : Hébergement dans des petits chalets avec pensions complètes (41 € par jour tous compris, tarif 2023...).

<https://grandeurnature48.com/sejours/>

Situé à l'extrémité du lac de Villefort dans une petite vallée, c'est un centre de vacances et d'éducation populaire. C'est un très bel endroit, avec une dynamique de découverte de la nature et du sport.

-Le gîte de Solène à la gare de Guérin : dans un très jolie village médiéval fortifié, avec une vue imprenable sur le canyon du Chassezac.

<https://www.destination-montlozere.fr/locatifs/gite-de-la-garde-guerin/>

-Le camping municipal de Prévenchères : agréable et bon marché à 800 m d'altitude sur un plateau, les nuits peuvent être fraîches.

<https://www.lozere-tourisme.com/camping-des-pervenches/prevencheres/hpalar048v5057yq>

-Le camping de Villefort : à privilégier pour un mobile-home, les emplacements pour les tentes ne sont pas idéals.

<https://www.camping-lac-cevennes.com/>

-Les châtaigniers du lac : chalet très agréable situé dans une châtaigneraie, hébergement un peu plus luxueux.

<https://www.gites-villefort.com/>

Bon séjour à vous en Lozère.

