



L'ERMITAGE DU FRAYSSE

Randonnée familiale de 4 jours -niveau facile-

(Tarifs en fin de document)

Point de départ : Les Bréfinies

Jour 1 : Les Bréfinies → Grand Vabre: 12 km

La ferme des Ânes de Monédiès (élevage d'ânes des Pyrénées) d'où vous débuterez votre randonnée est située dans le hameau des Bréfinies traversé par le Chemin de St Jacques (GR65). Située dans un ensemble verdoyant, ayant en partie basse le ruisseau de la Brousse et ses verts pâturages et en contre haut le petit bourg comptant trois maisons typiquement aveyronnaises en pierre de schiste et toits de lauses.



Sur les hauteurs des Bréfinies se trouvent le plateau d'Almont-LesJunies que vous traverserez au début de votre promenade et d'où vous pourrez admirer un exceptionnel panorama sur les Monts du Cantal et Le Plateau de L'Aubrac. Vous plongerez ensuite à travers de jolies châtaigneraies pour rejoindre l'ermitage du Fraysse, de là vous vous aventurerez dans la vallée du ruisseau de Monédiès où vous passerez par la Chapelle préromane, vieille de mille deux cents ans, située au cœur de nulle part et qui a été magnifiquement restaurée en 2003 par « Les Monuments Historiques » donnant ainsi aux randonneurs le sentiment d'être revenus en plein moyen âge

Les Ânes de Monédiès

Les Bréfinies, 12300 Almont les Junies

Tél. +33 (0)5 65 43 19 51 Portable +33(0)6 33 30 44 78

lesanes@monedies.fr

www.monedies.fr

Vous atteindrez au terme de cette journée la commune de Grand Vabre où vous ferez étape. Ce pittoresque village est situé à la confluence des rivières du Dourdou et du Lot et à la frontière de trois départements, l'Aveyron, le Lot et le Cantal. Sur les hauteurs du village se trouvent de charmants hameaux, depuis lesquels vous pourrez admirer un panorama exceptionnel. L'altitude varie de 199 à 609 mètres sur l'ensemble de la commune.



L'origine du nom de Grand Vabre n'est pas clairement définie. Les recherches, explications et interprétations diverses ont été fournies en partant d'études basées tant sur les mots d'origine celte ou latine que de l'occitan, moyennant quoi, sans donner aucune certitude, il est admis que le nom de « Grand Vabre » pourrait être l'équivalent de « grand village » ou « grande vallée couverte d'arbres » ou encore « grande vallée de cours d'eau souterrains ». Pourquoi en ces lieux ? Rien de précis sur ce point, sauf que la légende et les chroniques concernant Dadon, l'ermite à l'origine du monastère de Conques, fond état d'une retraite en ce lieu de calme et de solitude où il fonda Grand Vabre. Cet événement de l'histoire du village remonte au VIIIème siècle, époque où Dadon se retire de la vie en communauté pour une vie de méditation.

Grand Vabre

Jour 2 : **Grand Vabre** → **Conques**: 12 km

La vue de Conques est saisissante pour qui vient de l'ouest. Lové sur le flanc de la colline boisée qui apparaît devant le marcheur sur la rive opposée du Dourdou, ce magnifique village médiéval expose ses gradins de toits en lauses où dominent les trois tours de la basilique Sainte Foy. Il y a trop à voir pour que tout puisse être décrit : la basilique bien sûr et ce qu'on a pu reconstituer du cloître, mais aussi les façades aux colombages en « X » remplis de schiste, les maisons en encorbellement, la chapelle St Roch (XVIème) sur la butte rocheuse, le château d'Humières avec sa haute tour et ses fenêtres à meneaux, la porte romane de la Vinzelle par où repartaient les pèlerins, une tour de l'ancienne enceinte, etc... Reconnu comme l'un des « Plus beaux villages de France », Conques collectionne les titres de noblesse. L'abbatiale de ce « Grand Site de Midi-Pyrénées » est classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO.



Les Anes de Monédiès

Les Bréfinies, 12300 Almont les Junies

Tél. +33 (0)5 65 43 19 51 Portable +33(0)6 33 30 44 78

lesanes@monedies.fr

www.monedies.fr

Conques

Jour 3 : **Conques** → **Le Fraysse**: 12,5 km

Au terme de cette étape, vous arrivez au lieu-dit Le Fraysse, dont le nom occitan signifie « le frêne ». A l'écart de toute civilisation, votre campement en pleine nature vous attend pour une nuit en tipi installé dans une prairie verdoyante et sauvage et traversée par le ruisseau de Monédiès où vos bambins prendront plaisir à barboter. Avant la tombée de la nuit vous aurez tout le loisir de vous promener dans la forêt qui vous entoure afin de ramasser du bois pour qu'une fois la nuit tombée vous puissiez allumer un feu de camp autour duquel vous vous retrouverez pour une soirée inoubliable.



Au Tipi vous trouverez calme, sérénité, intimité, et complicité en famille. Ce petit coin de paradis vous sera entièrement dédié lors de votre passage.

Des jeux pour les enfants et tout le nécessaire pour préparer vos repas du soir (grillades au barbecue, salade...) votre petit déjeuner et votre panier pique nique du lendemain vous y attendront à votre arrivée.

Le Fraysse, c'est aussi sa menthe poivrée qui pousse ici depuis toujours, qu'on récolte en mai, juin, juillet et août, et qui - comme tous nos pâturages et prairies – est certifiée Agriculture Biologique par EcoCert. Partez avec une petite botte qui, une fois séchée, se transformera en tisane qui vous rappellera vos vacances ...!



Le Fraysse, c'est aussi sa menthe poivrée qui pousse ici depuis toujours, qu'on récolte en mai, juin, juillet et août, et qui - comme tous nos pâturages et prairies – est certifiée Agriculture Biologique par EcoCert. Partez avec une petite botte qui, une fois séchée, se transformera en tisane qui vous rappellera vos vacances ... ! (Attention, certaines plantes sauvages peuvent être naturellement toxiques ; consommez seulement si vous êtes sûr de les reconnaître)

Les Anes de Monédiès

Les Bréfinies, 12300 Almont les Junies

Tél. +33 (0)5 65 43 19 51 Portable +33(0)6 33 30 44 78

lesanes@monedies.fr

www.monedies.fr



Retour aux Bréfinies

Jour 4 : Le Fraysse → Les Bréfinies: 10,5 km

Vous quitterez le Fraysse par le Chemin des Bagnards jusqu'à Embrousse. Vous suivrez ensuite une accueillante piste forestière qui serpente à travers bois et qui vous offrira un ombrage bienvenu lors des chaudes journées d'été. Vos pas vous mèneront ensuite sur le Chemin de St Jacques (GR65) d'où vous pourrez apprécier un exceptionnel panorama sur la chaîne du Massif Central. Quelques kilomètres plus loin vous atteindrez le ravissant hameau fleuri des Clémenties où de nombreux randonneurs et pèlerins apprécient de faire halte pour le pique nique. Vous descendrez ensuite par un sentier bordé d'arbres jusqu'aux Bréfinies.



L'ERMITAGE DU FRAYSSE

- Rando 4 jours -

(niveau facile)

Deux options d'organisation et d'hébergement « NATURE ou CONFORT »

- Rando Organisée : CIRCUIT NATURE -

1ère nuit aux Bréfinies (Nuit de la veille du départ de votre randonnée)

Yourte

Formule 1 - Demi-pension (repas du soir et petit déjeuner)

ou

Formule 2 - Pension complète (repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

*Pas de service hôtelier à la Yourte : Nous vous fournissons l'ensemble de votre repas. Pour le dîner, par exemple : salade, melon, grillades à faire vous-même au barbecue, aligot, dessert, vin.... Pour votre petit déjeuner en self-service : Café, thé, chocolat au lait, céréale, jus de fruit, pain, confiture... Pour votre panier pique nique : Pain, beurre, fromage, jambon, tomate, fruit, biscuit... Cuisine tout confort et sanitaire à votre disposition.

2ème nuit aux abords du village de Grand Vabre

Tente familiale en bivouac

Formule 1 et Formule 2 - Pension complète (repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

Pas d'épicerie à Grand Vabre pour se ravitailler

*Nos Tentes familiales : Deux chambres pourvues de matelas et d'un grand séjour. Draps, couvertures et serviettes de toilettes inclus.

3ème nuit à Conques

Abbaye Ste Foy de Conques

Formule 1 - Demi-pension (repas du soir et petit déjeuner)

ou

Formule 2 - Pension complète (repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

*Si vous souhaitez un autre type d'hébergement à Conques (gîte, hôtel ou chambre d'hôtes), merci de nous le préciser, afin que nous puissions vous établir un devis.

4ème nuit au Fraysse

Tipi

Formule 1 et 2 - Pension complète

(Repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

*Pas de service hôtelier au Tipi : Nous vous fournissons l'ensemble de votre repas. Pour le dîner, par exemple: charcuterie de pays, salade de tomate, grillades à faire vous-même au barbecue, légumes, dessert, vin.... Pour votre petit déjeuner en self service : Café, thé, chocolat au lait, céréale, jus de fruit, pain, confiture... Pour votre panier pique-nique : Pain, beurre, fromage, jambon, tomate, fruit, biscuit.... Douche extérieure et toilette sèche.

Cette étape est systématiquement proposée en pension complète car il n'y a pas de possibilité

Les Anes de Monédiès

Les Bréfinies, 12300 Almont les Junies

Tél. +33 (0)5 65 43 19 51 Portable +33(0)6 33 30 44 78

lesanes@monedies.fr

www.monedies.fr

de ravitaillement aux abords du Tipi.

- Rando Organisée : **CIRCUIT CONFORT** -

1ère nuit aux Bréfinies (Nuit de la veille du départ de votre randonnée)

Yourte

Formule 3 - Demi-pension (repas du soir et petit déjeuner)

ou

Formule 4 - Pension complète (repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

*Pas de service hôtelier à la Yourte : Nous vous fournissons l'ensemble de votre repas. Pour le diner, par exemple : salade, melon, grillades à faire vous-même au barbecue, aligot, dessert, vin.... Pour votre petit déjeuner en self-service: Café, thé, chocolat au lait, céréale, jus de fruit, pain, confiture... Pour votre panier pique nique : Pain, beurre, fromage, jambon, tomate, fruit, biscuit... Cuisine tout confort et sanitaire à votre disposition.

2ème nuit à Grand Vabre

Hôtel de village

Formule 3 et Formule 4 - Pension complète (repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

Pas d'épicerie à Grand Vabre pour se ravitailler

3ème nuit à Conques

Abbaye Ste Foy de Conques

Formule 3 - Demi-pension (repas du soir et petit déjeuner)

ou

Formule 4 - Pension complète (repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

*Si vous souhaitez un autre type d'hébergement à Conques (gîte, hôtel ou chambre d'hôtes), merci de nous le préciser, afin que nous puissions vous établir un devis.

4ème nuit au Fraysse

Tipi

Formule 3 et 4 - Pension complète

(Repas du soir, petit déjeuner et panier pique nique)

*Pas de service hôtelier au Tipi : Nous vous fournissons l'ensemble de votre repas. Pour le diner, par exemple : charcuterie de pays, salade de tomate, grillades à faire vous-même au barbecue, légumes, dessert, vin.... Pour votre petit déjeuner en self service : Café, thé, chocolat au lait, céréale, jus de fruit, pain, confiture... Pour votre panier pique-nique : Pain, beurre, fromage, jambon, tomate, fruit, biscuit.... Douche extérieure et toilette sèche.

Cette étape est systématiquement proposée en pension complète car il n'y a pas de possibilité de ravitaillement aux abords du Tipi.

Sachez qu'il est possible d'inclure en supplément dans notre proposition une dernière nuit au terme de votre séjour en yourte, tente familiale ou petit hôtel de village en **Demi-pension** (repas du soir et petit déjeuner).

Les Anes de Monédiès

Les Bréfinies, 12300 Almont les Junies

Tél. +33 (0)5 65 43 19 51 Portable +33(0)6 33 30 44 78

lesanes@monedies.fr

www.monedies.fr

Tarifs

4 jours et 4 nuits par personne
« Formules tout compris »
(Excepté boissons hors menus)

Circuit Nature Draps et serviettes inclus <i>Location d'un âne - 4 jours</i> <i>Cartes et topoguide</i>	Circuit Confort Draps et serviettes inclus <i>Location d'un âne - 4 jours</i> <i>Cartes et topoguide</i>
282 €	282 €
Formule 1 Draps et serviettes inclus 2 nuitées en Demi pension 2 nuitées en Pension complète	Formule 3 <i>Draps et serviettes Inclus</i> 2 nuitées en Demi pension 2 nuitées en Pension complète
Adulte : de 303 à 333 € Enfant (-10 ans) : de 250 à 280 €	Adulte : de 326 à 356 € Enfant (-10 ans) : de 273 à 303 €
Formule 2 Draps et serviettes inclus 4 nuitées en Pension complète	Formule 4 Draps et serviettes inclus 4 nuitées Pension complète
Adulte : de 324 à 356 € Enfant (-10 ans) : de 279 à 311 €	Adulte : de 342 à 375 € Enfant (-10 ans) : de 294 à 326 €

*Les tarifs sont donnés pour la haute saison et à **titre indicatif** dans tous les cas nous vous établirons un devis personnalisé. Pour ce faire, merci de compléter le formulaire de renseignement sur notre site à la rubrique "Formulaire en ligne pour devis"