

Boucle itinérante en liberté « Entre Causses et Vallées, les 100 km du Quercy »

*Randonnée pédestre itinérante en liberté – 7 jours / 7 nuits
Dans les vallées du Célé et du Lot*



Vous apprécierez

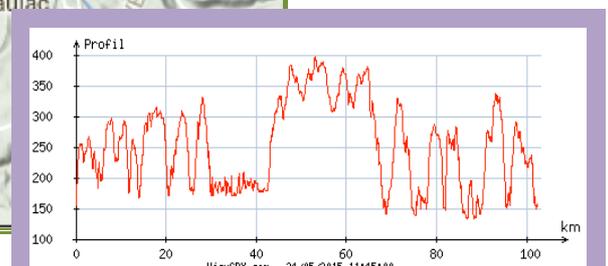
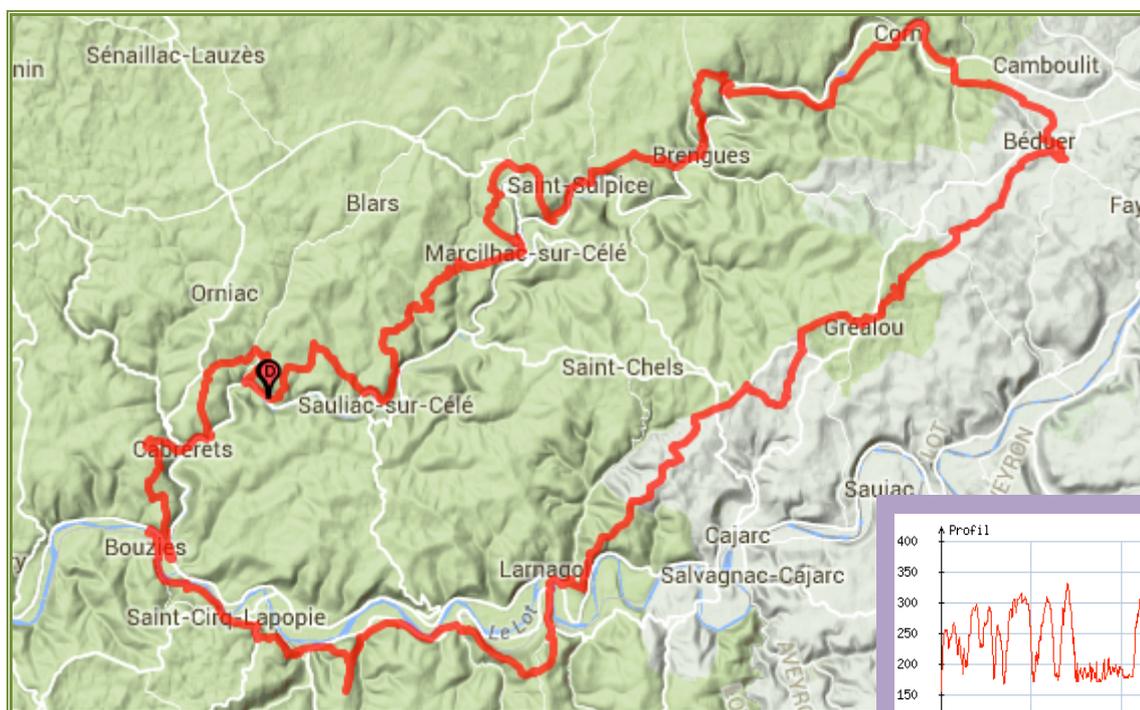
La sauvage vallée du Célé et ses Causses plein d'histoire (cazelles, gariottes et dolmens) et ses petits villages typiques de Cabrerets Sauliac, Marcilhac, Espagnac, Brengues...
La vallée du Lot et ses villages des falaises, Larnagol, Calvignac, St Cirq Lapopie...
Les grottes de Cabrerets, le château de Cenevières, l'igle de Crégols...

Votre contact :

*Mathieu et Anne Laure Flaujac
Gîte d'étape La Flèche Bleue
Les Granges – 46330 Orniac
Tél 05 65 23 36 72 ou 06 32 31 97 09
www.laflèchebleue.com*



Votre itinéraire :



- Longueur de l'itinéraire : environ 103 km
- Denivelé positif cumulé : 2458m
- Denivelé négatif cumulé : 2458 m
- Altitude maxi : 397 m
- Altitude mini : 132 m
- Altitude moyenne : 249 m

Balisage - carte :

Les chemins de ce circuit sont en partie balisés : blanc et rouge (GR), orange (Piste Equestre), jaune (Promenade et randonnée), marron (VTT) ; certains tronçons n'ont aucun balisage mais les tracés des chemins sont bien identifiés sur le terrain. Une carte vous est fournie dès le départ au gîte d'étape La Flèche Bleue.

Références cartes : carte IGN Cahors, St Cirq Lapopie, Vallée du Lot et du Célé n°21380T

Étapes proposées par vos hôtes :

Jour	ETAPES	Distance en km
1	Arrivée au gîte d'étape La Flèche Bleue à Orniac	
2	Orniac 'Les Granges' - Marcilhac sur Célé 'le Bourg'	16
3	Marcilhac sur Célé 'le Bourg' - Espagnac Ste Eulalie 'le Bourg'	16
4	Espagnac Ste Eulalie 'le Bourg' - Gréalou 'Puy Clavel'	20
5	Gréalou 'Puy Clavel' - Larnagol	16
6	Larnagol - St Cirq Lapopie	15
7	St Cirq Lapopie – Orniac 'les Granges'	17

Hébergements - repas :

L'hébergement se fait en gîte d'étape, chambres d'hôtes ou camping selon les étapes.

La réservation est réalisée par vous même auprès de chaque hébergeur sur la liste communiqué par vos hôtes Anne Laure et Mathieu ; pensez à réserver les repas, pique-niques et portage de bagages.

Programme :

Jour 1

Arrivée au gîte d'étape La Flèche Bleue à Orniac en fin d'après-midi puis prise de connaissance de l'itinéraire avec Mathieu et Anne-Laure qui vous conseilleront les étapes, les arrêts et points d'intérêts du circuit qu'ils ont concocté pour vous.

Carte et programme fournis.

Parking de votre véhicule pour la semaine sur place.

Dîner et nuitée sur place.

Jour 2 à 7

Randonnée itinérante avec ou sans portage de bagages.

Réservation et paiement des hébergements à votre charge.

Jour 7

Retour au gîte d'étape la Flèche Bleue à Orniac ; n'oubliez pas de laisser votre avis sur cette randonnée et bon retour à vous.

Les hébergements conseillés par vos hôtes :

1 – DÉPART ORNIAC

La Flèche Bleue (entre Sauliac-sur-Célé et Cabrerets)

Gîte d'étape et de groupe

Capacité : 32

Tél 056523367248

www.laflechebleue.com

1°41'01.733"E 44°31'04.9"N



4 – GREALOU

Ecoasis Gîte d'étape, de séjour et Chambres d'hôtes

Le puy Clavel 46160 Gréalou

Capacité : 30

Tel : 05 65 11 62 85

www.ecoasis.fr

1°53'54.0"E 44°32'37.4"N



2 – MARCILHAC SUR CELE

Accueil St Pierre à Marcilhac-sur-Célé

Gîte d'étape

Capacité : 14

Tel : 05 65 33 15 99

www.accueilsaintpierre.sitew.com

1°46'15.733"E 44°33'11.4"N



5 – LARNAGOL

Camping Ruisseau du Treil à Larnagol

Le Ruisseau 46160 Larnagol

Capacité 4 par logement (logde, mobil home)

tel : 05 65 31 23 39

www.lotcamping.com

1°47'06.5"E 44°28'29.2"N

Gîte d'étape de Galance

Chemin de Pailhes

46330 Marcilhac-sur-Célé

Capacité : 25

Tel : 0565342397 ou 06.15.94.91.97

<http://www.gitedegalance.fr>

1°46'08.0"E 44°33'21.4"N



6 – ST CIRQ LAPOPIE

Chambre d'hôte A la Source

Tel : 06 21 72 43 56

<http://www.alasource46.fr/>

1°39'21.8"E 44°28'16.0"N

3 – ESPAGNAC STE EULALIE

Gîte d'étape communal d'Espagnac St Eulalie

Tel : 05.65.11.42.66

Capacité : 21

www.espagnac-ste-eulalie.fr

1°50'15.25.4"E 44°35'31.9"N



Camping de la Plage

Porte Roques

Tél : 05 65 30 29 51

1°40'29.9"E 44°27'59.7"N



Hébergements qualifiés « Rando Etape »

Le randonneur faisant étape dans les hébergements qualifiés Rando Etape sera certain de trouver sur place : un accueil et des services adaptés à ses besoins, la proposition de repas et de pique-nique appropriés à sa pratique, un service de buanderie et un local pour entreposer son matériel et le nettoyer...

Les autres hébergements labellisés « rando-étape » à proximité du circuit:

CABRERETS

Hôtel-Restaurant Auberge de la Sagne
Route des Grottes du Pech Merle
Capacité : 12
Tél 05 65 31 26 62
www.hotel-auberge-cabrerets.com



SAULIAC

Camping Aux Lodges du Mas de Nadal
Mas de Nadal
Capacité : 30
Tél 05 65 31 20 51
www.masdenadal.com



MARCILHAC

Chambres d'hôtes La ferme de Cazals
Cazals
Capacité : 10
Tél 05 65 50 07 89
<http://fermedecazals.hautetfort.com>



ESPAGNAC STE EULALIE

Gîte d'étape communal
Le bourg
Capacité : 19
Tél 05 65 11 42 66
www.espagnac-ste-eulalie.fr



BEDUER

Camping Pech Ibert
Pech Ibert – mas de Vergne
Capacité : 15
Tél 05 65 40 05 85 – 06 71 15 42 72
www.camping-pech-ibert.com



Gîte d'étape Le Bedigas
Le Bédigas
Capacité : 7
Tél 05 65 33 49 85 – 06 74 46 17 17
gite.bedigas@gmail.com

St CHELS

Gîte d'étape A la source de Ussac
Ussac



Capacité : 12
Tél 05 65 40 79 89
www.source-ussac.fr