



Renseignements

Yannick BITAULD : 06 76 06 91 44 / atonrythme@mailo.com

MODALITÉ D'INSCRIPTION

1. **Envoi du bulletin d'inscription accompagné d'un chèque d'acompte de 150 € (à l'ordre de A Ton Rythme).**
L'acompte sera encaissé dès réception.
Adresse postale : 7 rue du Présbytère - 35590 L'HERMITAGE
2. Vous recevrez un mail de confirmation de votre inscription ainsi qu'une description détaillée des étapes (hébergement et restauration).
3. **Règlement du solde restant le 15/06/ 2026**
4. Vous recevrez un mail avec toutes les informations pratiques avant le départ.

BULLETIN D'INSCRIPTION à remettre à **Mr BITAULD Yannick**

Je soussigné Mr, Mme m'inscris à la
semaine randonnée Nasbinals/Conques.

Adresse :

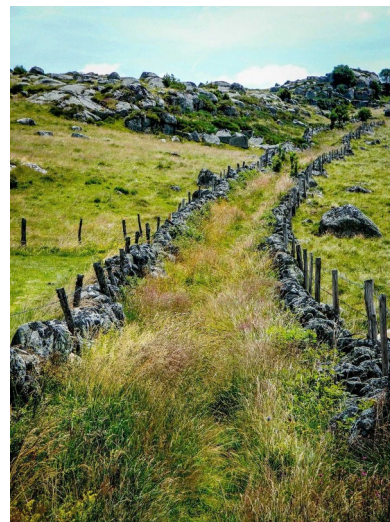
Tel E-mail

Je joins un chèque d'inscription de **150 €**.

Signature :

SÉJOUR RANDONNÉE ITINÉRANTE

De Nasbinals à Conques



*Partir à la découverte
des chemins mythiques
de St Jacques de Compostelle*



Tarif : 600€*

***550€ pour les personnes déjà adhérentes à l'association**

Présentation du séjour

À mi-chemin entre Le Puy en Velay et Cahors, ces 6 jours vont permettre aux adhérents une initiation à la randonnée itinérante accessible à tous, découvrir l'ambiance Compostelle et sa dimension spirituelle, les grands espaces...

Au programme :

Arrivée le dimanche 5/07 en fin d'après-midi :

Covoiturage en partant de Montreuil le Gast à 8h30

Arrivée à notre gîte communal à Nasbinals . Chambres de 3 à 8 lits.

Dîner partagé (non fourni).

Le lundi 6/07 : Nasbinals - Saint-Chély d'Aubrac. Altitude : 810 m

Dénivelé : +250 m / -610 m - Durée : 4h30 à 5h de marche , 16,5 km

Nuitée chez Fanny et Jérémy, dortoir de 5 lits max.

Dîner au café de la mairie.

Le mardi 7/07 : Saint-Chély d'Aubrac - Saint-Côme d'Olt. Altitude :

360 m Dénivelé : +280 m / -710m - Durée : 4h30 à 5h de marche, 16,5 km

Nuitée et demi-pension au gîte Del Roumiou, chambres de 6 lits.

Le mercredi 8/07 : Saint-Côme d'Olt - Estaing. Altitude : 320 m

Dénivelé : +440 m / -490 m - Durée : 6h de marche, 20,5km

Nuitée au gîte communal d'Estaing, dortoir de 2 à 8 lits.

Dîner à la Brasserie du Château.

Le jeudi 9/07 : Estaing - Golin hac. Altitude : 649 m

Dénivelé : +500 m / -180 m - Durée : 4h de marche , 14,5 km.

Nuitée au gîte du camping Pôle Bellevue, chambres de 4/9 pers.

Dîner à l'auberge L'horizon.

Le vendredi 10/07 : Golin hac / Conques. Altitude : 275 m

Dénivelé : +360 m / -710m - Durée : 6h environ, 22 km.

Nuitée et demi-pension à la Maison de Conques, chambres de 2/5 lits.

Le samedi 11/07 : Départ de Conques en navette à 8h00 pour rejoindre les voitures à Nasbinals.

Informations générales

Inscription limitée à 20 personnes.

Le tarif comprend l'hébergement, la restauration (dîner, petit déjeuner, panier repas du midi), l'accompagnement par un animateur diplômé, le portage des sacs de voyage avec La Malle Postale, la navette retour et la Credencial (carnet du pèlerin).

Le tarif ne comprend pas le transport pour se rendre à Nasbinals, le dîner du premier soir et l'assurance annulation (facultative).

Le séjour est entièrement accompagné par Yannick, animateur diplômé. Il vous proposera un échauffement le matin, des séquences de marche afghane sur les dénivelés, des temps d'étirements et de relaxation en fin de journée.

Informations pratiques

Un tableau sera mis en ligne afin d'organiser les covoiturages à partir de Montreuil le Gast avec un départ à 8h30 le 05/07.

Pour information le trajet A/R Montreuil le Gast -Nasbinals (essence et péage) revient à 280€ par voiture. Prévoir un dédommagement pour le conducteur.

La literie n'est pas toujours fournie (parure de draps, couette, oreiller). Prévoir un sac de couchage.

Prévoir un petit sac à dos pour les paniers repas du midi.

Vous recevrez avant le départ une liste détaillée des affaires nécessaires durant le séjour (le trousseau).

* Tarifs :

➤ **550 € pour les personnes déjà adhérentes à l'association.**
Inscriptions possibles à partir du 5/02/2026

➤ **600 € comprenant l'adhésion à l'association + l'assurance (pass découverte de la FFR).** Documents remis à l'inscription.
Inscriptions possibles à partir du 25/02/2026.