

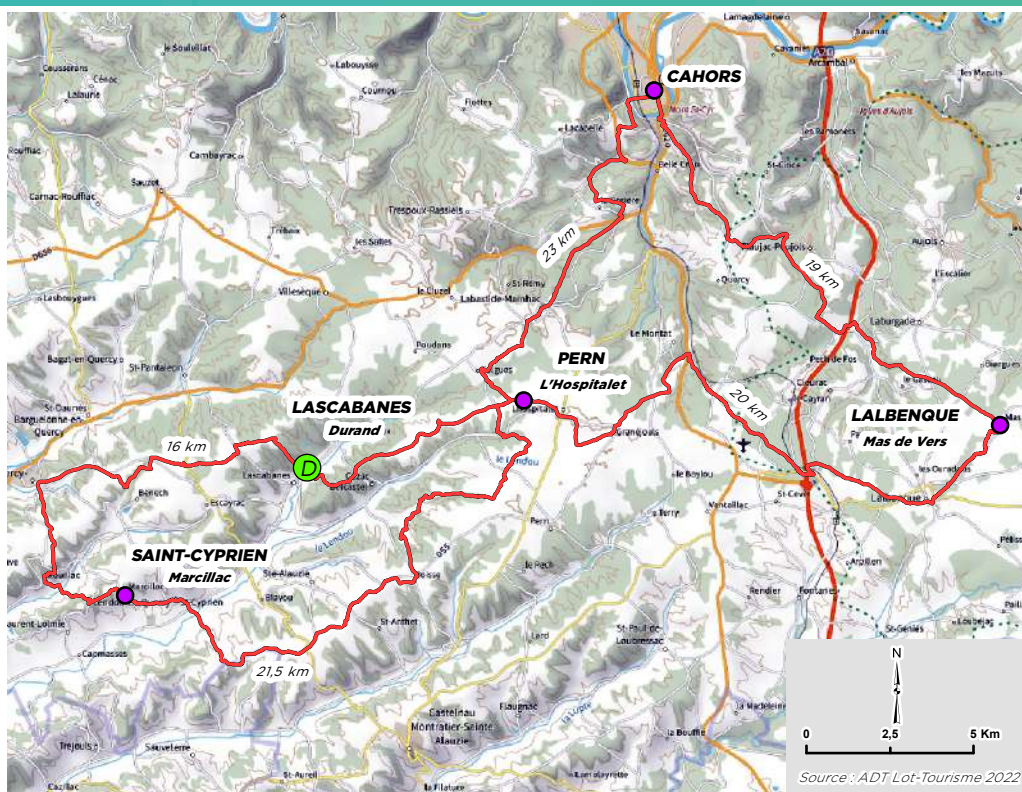


**PARTAGEZ VOS PHOTOS
AVEC #TOURISMELOTDORDOGNE !**

**VALLÉES
LOT
& DORDOGNE**
OCCITANIE

**SUR LES PAS DE SAINT-JACQUES
EN QUERCY BLANC**

Randonnée itinérante en liberté



Gîte d'étape L'Étape Bleue - Jean-Michel Cayon Glayères

Durand - 46800 Lascabanes

Tél. 05 65 35 34 77 - mc.cayon-glayere@orange.fr

www.gite-etape-bleue.com



Infos pratiques :

- Boucle de 102 kms.
- Au départ de Lascabanes. (Arrivée *en bus scolaire possible*)
- 6 jours/5 jours de marche.
- 16 à 23 km par jour.
- Niveau : randonneurs confirmés.
- Balisage : passage sur divers chemins balisés et petites portions hors balisage.
- Trace gpx à télécharger ou service cartographie proposé par le référent.
- Hébergements à réserver selon la liste fournie par le référent.
- Transport de bagages possible.

Pourquoi c'est sympa ?



Cette randonnée vous offrira un contraste entre points de vues, vertes vallées et plateaux rocailloux. Le Quercy Blanc possède une flore d'une richesse exceptionnelle, lavandes, genêts, coquelicots et orchidées s'étendent à perte de vue, et s'habille à chaque saison de mille couleurs changeantes.

Vous avez aimé ?

Retrouvez d'autres circuits de randonnée et laissez nous votre témoignage sur www.tourisme-lot.com
juin 2023

ENSEMBLE SUR LES CHEMINS !

- * Restez sur les chemins balisés et tracés,
- * Faites des pauses dans les lieux pique-nique dédiés,
- * Les jardins, les maisons et fermes du bord du chemin sont des propriétés privées, n'y entrez que si vous y êtes invités,
- * Soyez prévoyants et remplissez vos gourdes aux points d'eau mis à votre disposition,
- * Refermez les clôtures et barrières en veillant à votre sécurité et à celle des animaux en traversant les pâtures,
- * Déposez vos déchets en sacs fermés dans les poubelles à disposition sur le chemin,
- * Utilisez les toilettes publiques.

JOUR 1

LASCABANES Durand

Arrivée au gîte L'Étape Bleue.

Jean-Michel vous installera dans votre chambre et vous donnera les explications sur le circuit avec la remise des documents et des cartes.

JOUR 2

LASCABANES Durand - ST CYPRIEN Marcillac

16 km - 4h00 de marche

En cheminant sur le chemin de Compostelle, vous découvrirez le plateau du Quercy Blanc, son patrimoine et le village de Montcuq, célèbre par l'émission « le petit rapporteur » et Nino Ferrer.

Chapelle et fontaine de Saint-Jean-le-Froid à Lascabanes.

Village et tour de Montcuq.

Chapelle romane de Rouillac.

JOUR 3

ST CYPRIEN Marcillac - PERN (L'Hospitalet) Trigodina

21,5 km - 5h30 de marche

Cette journée de randonnée vous fera changer de vallée, vous permettant de contempler de nombreux points de vue et le bâti typique du Quercy Blanc.

Points de vue sur le Quercy Blanc.

Moulin de Boisse.



JOUR 4

PERN (L'Hospitalet) Trigodina -

LALBENQUE Mas de Vers

20 km - 5h00 de marche

Vous retrouvez le causse, les chemins vous mèneront à la « capitale de la truffe » tout en découvrant gariottes et cazelles.

Eglise ND de la nativité à L'Hospitalet.

Truffières du causse de Lalbenque.

Caselle à Lalbenque.

JOUR 5

LALBENQUE Mas de Vers - CAHORS

19 km - 5h00 de marche

Après Bach, le "cami ferrat", ancienne voie romaine utilisée ensuite par les muletiers, nous mène tout droit vers Cahors. Au bout du plateau, la descente panoramique vous offre une vue exceptionnelle sur la ville de Cahors.

Cahors, son vieux quartier, ses musées.

Le Pont Valentré, la cathédrale...

Visite guidée et promenade en bateau possible.

JOUR 6

CAHORS - LASCABANES Durand

23 km - 6h00 de marche

Cette dernière étape sur le chemin de Compostelle, où vous quitterez Cahors par le Pont Valentré, vous permet de découvrir deux villages et leurs églises et de rejoindre l'Étape Bleue par le plateau mi ombragé.

Village de Labastide-Marnhac et son château.

Hameau de Salgues.

Possibilité d'aller jusqu'au village de Lascabanes.