Traversée du Périgord et Quercy

De Thonac à Rocamadour À VTT

7 jours / 6 nuits

Voici un petit coin de France peu connu des amateurs de VTT. Et pourtant il possède des atouts à faire rêver tout vététiste…

Il offre une multitudes de circuits plus ludiques les uns que les autres, sa densité est telle que nous pouvons à chaque fois vous proposer 1 ou 2 niveaux de pratique permettant à des gens de niveau différent de découvrir chaque jour l'ensemble des curiosités naturelles et culturelles de cette région.

Vous traverserez des zones encore préservées, relativement sauvages et exempts de pollution.

L'ensemble de nos parcours proposent + de 90 % de chemins, sentiers et pistes forestières. Les dénivelés ne sont jamais très longs mais sont courts et intenses.

En bref, cette région offre de parfaites conditions de pratique, du vététiste initié à expert.

Un beau voyage dans le temps où les paysages, les senteurs et les sauts d'adrénaline vous laisseront de cette escapade un souvenir impérissable.

Programme 2023

Jour 1

Accueil à notre hôtel Logis familial *** à **Thonac** en fin de journée. Repas aux couleurs locales et nuit.

Jour 2

De Thonac à Tamniès : De Thonac à Tamniès : Première prise de contact avec les caractéristiques topographiques de la région : vous découvrirez les villages de Saint Léon sur Vézère, Sergeac, le fort troglodytique de Castelmerle et de La Roque Saint Christophe, un parcours VTT d'une richesse exceptionnelle. Vous traverserez les Eyzies (capitale européenne de la préhistoire) ou vous pourrez vous restaurer. Vous traverserez la vallée de la Beune classée UNESCO et rejoindrez le plateau de Galinat et son village de pierres sèches. Nuit au cœur d'un petit village typique Tamniès. Hôtel Logis ***. **Niveau 2 : 52 km / 1190 m+ - Niveau 3 : 65 km / 1480 m+.**

Jour 3

De Tamniès à Beynac : vous partirez en direction de la forteresse de Commarque puis les hauteurs de la vallée de la Dordogne. Ensuite cap vers le château de Puymartin et le village des Bories puis les hauteurs de la vallée de la Dordogne avec pour point culminant le hameau de Cazenac. Plongée vers la forteresse de Beynac et le cœur du village médiéval pour votre soirée étape. **Niveau 2 : 55 km / 1150 m+ - Niveau 3 : 68 km / 1620 m+.**

Jour 4

De Beynac à Sarlat : cap sur la forteresse de Castelnaud en passant par de très beaux singles le long de la Dordogne. Vous vous faufilerez dans les ruelles sinueuses de 3 villages pittoresques riches en histoire (Castelnaud, Domme, La Roque Gageac). Cette étape est beaucoup plus aérienne que les précédentes, elle offre à chaque coup de pédale de très beaux points de vue sur la vallée et ses joyaux. C'est fantastique de voir une aussi grande concentration de sites classés en si peu de temps. Le terrain de jeu est également à la hauteur de nos espérances, nous vous avons sélectionné les chemins les plus pittoresques de ce secteur, à la fois ludiques, techniques et insolites… Vous terminerez cette journée par une arrivée dans la cité médiévale de Sarlat, joyau emblématique de la Dordogne. Nuit en hôtel***. **Niveau 2 : 50 km / 1150 m+ - Niveau 3 : 68 km / 1420 m+.**

Jour 5

De Sarlat à Gourdon : Vous rejoindrez le village de Carsac et le cingle de Montfort pour les derniers coups de pédales sur le territoire de la Dordogne. Vous entrez dans le département du Lot, les paysages changes brutalement et vous cheminerez entre les cabanes de bergers, les parcelles de vignes et chênes truffiers… Les amateurs de singles Track et de vitesse seront comblés. Vous aurez la possibilité de faire une halte au chai de Moncalou ou vous pourrez déguster le vin de Domme (l'unique vin du Périgord Noir) ou de gravir les marches de la tour panoramique offrant un point de vue exceptionnel sur la vallée de la Dordogne et la chaîne du Massif Central. Vous poursuivrez votre route vers le village de Gourdon en passant devant « L'Abbaye nouvelle » et en traversant de petits hameaux d'une rare beauté. Nuit en hôtel *** Logis à Gourdon ou ses alentours. **Niveau 2/3 : de 40 à 65 km / 1250 m+.**

Jour 6

Gourdon – Rocamadour : cap vers les plateaux du causse du Quercy, vous traverserez une succession de petits villages et hameaux « Lotois » à l'architecture impeccable (Le village de Calès en est un bel exemple). Vous plongerez ensuite sur la vallée de l'Ouysse en empruntant un single Track dès plus montagneux. Vous longerez cette belle rivière célèbre pour ses eaux limpides et ses résurgences explorées par tous les spéléologues plongeurs d'Europe. Vous découvrirez une succession de moulins fortifiés (Cougnaguet et Caoulet…) et les gouffres de St Sauveur et Cabouy. La fin du parcours est de toute beauté, elle offre une succession de sentiers de bergers des plus sauvages jusqu'à la cité et son sanctuaire. Nuit à Rocamadour en Logis **. **Niveau 2 : 42 km / 950 m+ - Niveau 3 : 58 km / 1180 m+.**

Jour 7

Boucle autour de Rocamadour : dernière étape, la plus courte mais la plus technique offrant une diversité de single Track incroyable (+ de 70 % du parcours). Vous découvrirez le canyon de l'Alzou avec les moulins fortifiés du Saut et de Tournefeuille, tantôt dans la gorge tantôt à flanc de colline vous jouerez du bec de selle sur une des portions des plus tonique de votre séjour, un beau final !!! Retour en navette à Thonac et dispersion. **Niveau 2-3 : 25 km / 671 m+.**

ATOUTS

- Application GPS, traces GPX des parcours.
- Parcours immersif au coeur d’un patrimoine d’exception.
- Plus de 90 % off road.
- Une grande diversité de chemins.
- Une découverte profonde du Périgord Noir et du Quercy avec terrains de jeu différents.
- Vallée de la Vézère et sites préhistoriques.
- Vallée de la Dordogne et ses forteresses médiévales.
- Circuits variés, single Track, chemins.
- 2 niveaux de difficulté proposés.
- Transfert de bagage à chaque étape.
- Hotels Logis de France ***en demi pension.

Tarifs 2023

850.00 € TTC / personne (Base 2 pers)
Formule liberté en demi pension

810.00 € TTC / personne (Base 3 à 4 pers)
Formule liberté en demi pension

790.00 € TTC / personne
Base 5 et +

À partir de 1050.00 € TTC / personne
Formule accompagnée (Base de 6 personnes minimum)

Ce prix comprend

- 4 nuits en hôtel*** Logis de France & 2 nuit en hôtel** Logis de France en ½ pension en formule liberté ou en pension complète en formule accompagné,
- 6 journées de randonnées à VTT correspondant à votre niveau de pratique (Variantes courtes / Longues),
- Application + Traces GPX **en formule liberté** ou un guide Brevet d'Etat VTT **en formule accompagné,**
- Topo guide des lieux traversés,
- Le transfert des bagages et le transfert de retour avec VTT au point de départ,
- Assistance en cas de panne mécanique, présence de notre équipe sur place.

Ce prix ne comprend pas

- Les paniers repas (15 € le panier),
- La location d'un VTT semi rigide : 150 € pour le séjour (Caution demandée : 200 €, VTT livré à votre hôtel),
- La location d'un VTT Electrique Semi rigide : 350 € pour le séjour (Caution demandée : 300 €, VTT livré à votre hôtel),
- Supplément single : 240 € / personne,
- Nuit supplémentaire en demi pension à l'hôtel*** de votre arrivée : 85 € / personne.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ DE CE CIRCUIT : 2 ou 3 selon les itinéraires choisis

- Technique -

<u>Ce circuit reçoit la classification :</u>

Niveau 1 : chemin ou sentier roulant, sans obstacle, petites routes peu fréquentées ;

Niveau 2 : Chemin ou sentier avec passages comportant des obstacles (souches, cailloux…) chemin pentu avec dévers.

Niveau 3 : Sentiers escarpés, chemins techniques, dévers, forte pente

- Physique -

<u>Ce circuit reçoit la classification</u>

Niveau 1 : vous êtes une personne ayant une activité sportive irrégulière, qui aime le VTT mais qui en a une pratique seulement occasionnelle.

Niveau 2 : vous êtes une personne entretenant sa forme physique et ayant une pratique régulière du VTT (minimum une sortie par semaine ou une partie de l'année).

Niveau 3 : vous êtes une personne sportive ayant une bonne condition physique, pratiquant régulièrement le VTT tout au long de l'année (1 sortie par semaine minimum ou ayant une activité physique d'endurance durant les périodes où vous ne faites pas de VTT (autres randonnées, footing, ski de fond…).

Vos bagages

Portage de vos affaires :

Le portage de vos affaires ainsi que de vos VTT est assuré par notre équipe. Sur toutes les étapes emportez uniquement avec vous vos affaires de la journée. Vos affaires personnelles doivent être regroupées dans **un seul contenant,** sac à dos de grande taille ou sac de voyage de préférence par personne. Nous déclinons toute responsabilité quand aux éventuelles détériorations de tout objet fragile (ordinateur portable par exemple).

Hébergements :

Nous vous proposons une sélection des meilleurs hôtels familiaux, Logis de France ***/**. La plupart des étapes se déroulant au cœur de la nature, il n'est pas toujours évident de trouver de quoi se restaurer.

Matériel individuel à ne pas oublier :

- Un petit sac à dos pour la journée
- Crème solaire et lunettes de soleil
- Une pharmacie personnelle : Elastoplast, Immodium, désinfectant, antalgique, vitamine C, pansements adhésifs, double peau (ampoules), médicaments personnels…
- Couteau de poche, lingettes pour mains, visage et petite toilette
- Barres de céréales, fruits secs…

Matériel spécifique au VTT si vous venez avec :

- Une tenue de vélo adaptée : cuissard, tee-shirts respirant dont un à manche longues en microfibres (pour éviter les coups de soleil),
- Un coupe-vent technique,
- Une paire de gants de vélo,
- Un casque vélo (conseillé),
- Bidons ou poches à eau dorsale (type Camel Back / 2 litres minimum),
- Chambres à air pour des pneus classiques,
- Nécessaire de réparation (petit matériel),
- Une patte de dérailleur, un câble…,
- Plaquette de freins,
- Vérifier toujours l'état de votre vélo (si vous venez avec le votre), et changer si besoin est ; patins de freins ou plaquettes, câbles de freins et de dérailleur. Il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un séjour comme celui-ci (crevaisons, réparation...). Ceux qui ont des freins à disque et vélos sophistiqués, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat. Un GPS est recommandé, nous en fournissons un si besoin.

Mentions légales

Agence PERITREK - siège social : 27 Avenue de Virecourt - 33 370 Artigues - Tel : **+ 33 6 72 71 59 25** - Siret 500 877 162 000 23 RCS Bordeaux - Code APE-NAF 7911Z
Etablissement déclaré Jeunesse & Sports N° 02402ET0019 - Licence N° IM024100001 - Garantie financière APS
Assurance Responsabilité Civile Professionnelle / Contrat N° 86 842 914 / Gan Eurocourtage Paris.

PERITREK.COM
vacances & séjours sportifs