



Pelgrimstocht Via Podiensis

Le Puy-en-Velay - Aumont-Aubrac - Conques
Centraal Massief
Frankrijk

Begeleid door An Paridaen

Deze pelgrimstocht bestaat uit twee delen. Je kunt beide delen samen boeken of een van de twee afzonderlijk:

1. Le Puy-en-Velay – Aumont-Aubrac; 97 km; 6 etappes; 1 t/m 9 september 2019
2. Aumont-Aubrac – Conques; 6 etappes; 117 km; 9 t/m 14 september 2019

Landschap en cultuur

De Via Podiensis is al meer dan duizend jaar oud en is een van de 4 hoofdpelgrimsroutes door Frankrijk naar Santiago de Compostella. Deze route komt met de andere samen in Saint-Jean-Pied-de-Port in de Pyreneeën. Na Saint Jean gaat het als één route, de Camino Frances, door naar Santiago. We lopen door een dunbevolkte streek, afwisselend ruig en natuurlijk, bosrijk en agrarisch. Industrie is volledig afwezig. We horen vooral de stilte. De diverse kappelletjes, tekens en kruisen herinneren ons voortdurend aan de eeuwenoude pelgrimage over deze prachtige route.

Deel 1

Het middeleeuwse Le Puy, met tal van historische en charmante straatjes, is een wat uitgebreider bezoek zeker waard. Allereerst is er de kathedraal Notre-Dame, al eeuwen startpunt en doorgangplaats voor de pelgrimstocht naar Santiago de Compostella. Op een enorme top van lava van tachtig meter hoog staat er midden in de stad het kerkje Chapelle Saint-Michel d'Aiguilhe. Nog hoger staat de Statue Notre Dame de France op de Rocher Corneille. De kapel en het beeld zijn beide te beklimmen!

Vanuit Le Puy, gelegen in een oud vulkaanlandschap, klimmen we omhoog het massief van de Auvergne in. We wandelen door een groen



en rotsig landschap en passeren onder meer het pittoreske dorpje Saint Privat d'Allier. Het riviertje de Allier heeft zich diep in het massief ingesneden. Saugues is een gezellig dorpje met de monumentale Eglise Saint-Médard. We lopen via schilderachtige dorpen over het plateau van de Gevaudan met prachtige uitzichten.



Côme-'Olt, Estaing en Conques. Het zijn pareltjes met een eeuwenoude geschiedenis waar de typisch franse cultuur bewaard is gebleven.

De etappes

Deel 1 Le Puy-en-Velay - Aumont-Aubrac

Zondag 1 september

Aankomst in Le Puy-en-Velay. We verzamelen om 15.00 uur bovenaan de trappen voor de ingang van de kathedraal Notre-Dame. We maken een gezamenlijke rondwandeling door het stadje met aansluitend een (vegetarisch) diner.

Het is zeker de moeite waard zaterdag te arriveren en wat extra tijd uit te trekken voor Le Puy.

Maandag 2 september

Etappe 1; 18 km. We zorgen zelf voor onze lunch die dag. We starten om 7.00 uur in de kathedraal met een mis gevolgd door de zegening van de pelgrims. We klimmen het stadje uit de heuvels in. Op 9 km passeren we het dorpje Saint Christophe voor koffie en/of lunch.

Dinsdag 3 september

Etappe 2; 14 km. Je krijgt een lunchpakket mee. Na een korte klim komen we op een hoogte van 1200 m waarna we deze dag voornamelijk in bosrijk gebied afdalen naar de scherp in de heuvels ingesneden rivier de Allier op 600 m. Op 7 km passeren we het dorp Saint- Privat-d'Allier met mogelijkheid voor koffie.

Woensdag 4 september

Etappe 3; 14 km. Een korte (klim)etappe. Je krijgt een lunchpakket mee. We verlaten het dal van de Allier. Het is een mooie klim met hier en daar een prachtig uitzicht op de rivier. We treffen onderweg geen horeca. We overnachten op een boerderij vlakbij het dorp Saugues.

Donderdag 5 september

Etappe 4; 20 km. Vandaag de langste etappe waarbij we cumulatief ca 650 m klimmen. Lunch op 12 km in een horeca op een boerderij. We lopen door dunbevolkt agrarisch gebied met afwisselend bos en kleine gehuchten. We overnachten op een hoogte van 1300 m op een voormalige kasteelhoeve, op een afgelegen locatie.



Deel 2

Vanaf Aumont-Aubrac trekken we door het indrukwekkende landschap van de Aubrac. Op deze golvende hoogvlakte komen we langs afgelegen gehuchten en eenzame boerderijen. Menselijke activiteiten zijn schaars en beperken zich tot veeteelt en het aanmaken van regionale kaassoorten.

Na de Aubrac komen we in een afwisselend gebied met bossen en weiden, kleine dorpjes en maken uitgebreid kennis met de rivier de Lot. We overnachten in drie dorpen die het label 'De mooiste dorpen van Frankrijk' dragen: Saint

Vrijdag 6 september

Etappe 5; 15 km. Je krijgt een lunchpakket mee. We lopen door de Margeride, een landschap met veel koeien en rotsen van graniet. Onderweg komen we geen horeca tegen. We passeren het kerkje Saint-Roch waar eens per jaar een openluchtmiss wordt gehouden massaal bezocht door pelgrims en lokale mensen. Over de gehele dag dalen we geleidelijk ca 300 m en arriveren in het dorp Saint-Alban met een fraaie romaanse kerk.



Zaterdag 7 september

Etappe 6; 16 km. Je krijgt een lunchpakket mee. Op 9 km is er in het dal van het riviertje La Truyère een herberg voor een kop koffie. We komen aan in het oude Aumont-Aubrac, onze eindbestemming. We overnachten in een gîte met een traditioneel lokaal (kaas) gerecht.

Deel 2 Aumont-Aubrac - Conques

Zondag 8 september

Etappe 7; 24 km. Je krijgt een lunchpakket mee. We lopen door de Aubrac, een uitgestrekte, ongerepte hoogvlakte van graniet en basalt met

schilderachtige weilanden met stenen muurtjes. Na 11 km hebben we een koffieadres. Onze overnachting is in een hotel nabij het dorp Nasbinals. Mogelijkheid de etappe te verkorten tot 16 km.

Maandag 9 september

Etappe 8; 20 km. In de ochtend vervolgen we onze weg door het indrukwekkende landschap van de Aubrac en genieten van wijde vergezichten. In Nasbinals kan eenieder inkopen doen voor de lunch. Na ruim 10 km, op 1.300 m hoogte, passeren we het dorpje Aubrac met horeca. We dalen af naar het sfeervolle dorpje St.-Chély-d'Aubrac op 800 m hoogte.

Dinsdag 10 september

Etappe 9; 17 km. Je krijgt een lunchpakket mee. We verlaten nu definitief het plateau van de Aubrac. Door bosrijk gebied dalen we geleidelijk af. In Lestrade na 7 km is er een koffie. We arriveren in het middeleeuwse St-Côme-d'Olt aan de rivier de Lot. Onze overnachting is op een bijzondere locatie op 1 km van het dorp.



Woensdag 11 september

Etappe 10; 20 km. Je krijgt een lunchpakket mee. We steken de Lot over en lopen parallel aan de rivier richting Espalion. Het is een etappe met enkele pittige klimmetjes in de heuvels. De typisch streekeigen bouwstijl van huizen en boerderijen is opvallend. We gaan verder langs de Lot en arriveren in Estaing, een van de mooiste dorpen van Frankrijk. We overnachten in een gîte en hebben ons diner in een restaurant in het dorp.

Donderdag 12 september

Etappe 11; 15 km. Je krijgt een lunchpakket mee. Na 4 kilometer klimmen we van 300 m naar 600 m hoogte en verlaten het dal van de Lot. In kleinschalig boerenland lopen we naar het dorpje Golinac. We overnachten in de gîte op de camping en hebben hier ons diner.



Vrijdag 13 september

Etappe 12; 21 km. Je krijgt een lunchpakket mee. De slot etappe naar Conques! We dalen eerst over 9 km heel geleidelijk af naar het dorpje Espeyrac. Hier hebben we onze koffie/thee pauze. We lopen door kleinschalige landerijen, alles bijzonder rustig en stil. We krijgen een finale klim naar ca 600 m hoogte alvorens pittig af te dalen naar het Romaanse Conques (290 m). We overnachten op een bijzondere locatie naast

de Abdij Sainte Foy. Na het diner is er een pelgrims-mis in de abdijkerk en kan het bijzondere koor van de kerk worden bezichtigd.

Zaterdag 14 september

Einde van de pelgrimstocht. Na het ontbijt nemen we afscheid.

Zwaarte van de tocht

We lopen dagelijks tussen de 13 tot 24 km per dag door middelgebergte (tussen 600 en 1300 m); het is regelmatig klimmen en dalen, soms steil en op oneffen ondergrond. Enige wandelconditie en goede wandelschoenen zijn dus vereist. N.B. Het is altijd mogelijk een etappe af te korten of over te slaan; wij regelen transport naar de volgende etappeplaats.

Overnachtingen en maaltijden

We overnachten in gîte d'étapes (herbergen met 2 tot 6-persoonskamers). Hoewel regelmatig ook te huur is het noodzakelijk om lakenzak, kussensloop en (sneldrogende) handdoeken mee te nemen. Huur (indien mogelijk) kost gemiddeld € 5 p.p.nacht. Dekens zijn overal aanwezig.

In de gîtes hebben we 's avonds onze gezamenlijke maaltijd met andere pelgrims. In deel 1 hebben we 4 x een lunchpakket mee. In deel 2 ook 4 x. Voor de andere etappes kun je je lunchpakket zelf kopen in de plaatselijke supermarkt. Ook kun je soms wat eten in de horeca onderweg.



Bagagevervoer

Tijdens alle wandeldagen is dit mogelijk. Kosten € 7 per dag. Bagage (rugzak, sporttas of (kleine) koffer max. 10 kilo. Houdt er rekening mee dat je jouw bagage zelf mee moet nemen op de heen- en terugreis. Reservering en betaling bij inschrijving of, indien onverwacht, ter plekke contant aan de organisatie.

Vervoer

Heen- en terugreis Nederland – Le-Puy-en-Velay:

Auto: Le Puy-en-Velay ligt op ruim 1.000 km van Utrecht. Voor pelgrims geldt een gereduceerd parkeertarief in de parkeergarage Place du Breuil van Le-Puy. (Kosten per week parkeren ca. € 22,-)

Openbaar vervoer:

Per Thalys/TGV van Lyons naar St Etienne. Vandaar met een lokale trein naar Le Puy (netto reisduur 9 à 10 uur). Info en tickets te regelen via bijvoorbeeld de Treinreiswinkel.

Heenreis naar Aumont-Aubrac

Auto: er zijn gratis parkeerplaatsen in Aumont-Aubrac

Openbaar vervoer: eerst naar Le Puy (zie boven); overnachting in Le Puy en dan de volgende ochtend (zondag 8 september) met een mini-bus naar Aumont-Aubrac. Aankomst / ontvangst alhier om ca 9.00 uur waarna we de etappe van die dag aanvangen. Kosten mini-bus ca € 25.

Terugreis naar huis vanaf Aumont-Aubrac of vanaf Conques via Le Puy-en-Velay

In Aumont-Aubrac en in Conques is er de mogelijkheid om per minibus terug te reizen naar startpunt Le Puy resp. Aumont-Aubrac. Kosten ca. € 25 resp. € 35 p.p.

Het is dan noodzakelijk een extra overnachting te boeken in Le Puy zodat je de volgende dag de trein naar huis kunt nemen.

Terugreis naar huis vanaf Conques via Figeac

In Conques is er de mogelijkheid om op zaterdag 14 september per minibus naar Figeac te reizen. Kosten ca € 25 p.p.. Figeac (een bezoek waard) ligt op ca 45 km (1 uur per auto) van Conques. Op zondag 15 september kun je dan per trein van Figeac via Toulouse in 1 dag terug naar Nederland reizen.

Het is dan noodzakelijk dat je voor zaterdag 14 september een extra overnachting boekt in Figeac zodat je zondag 15 september de trein naar huis kunt nemen.

N.B. Tickets voor mini-bus, minimaal 1 week van tevoren te reserveren, kan door ons voor je geregeld worden.

Kosten

<p>Deel 1 Prijs: € 695,- voor de volledig begeleide pelgrimstocht door een ervaren gids en coach</p> <p><u>Inbegrepen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• 7 overnachtingen 1 t/m 7 september met 1 x logies-ontbijt en 6 x halfpension (diner, overnachting, ontbijt)• 4 x lunchpakket• pelgrimspaspoort• regelen bagagetransport en vervoer minibus <p><u>niet-inbegrepen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• alle zaken die hierboven niet genoemd zijn• evt. huur lakens en handdoeken• diner op zondag 1 september• consumpties in horeca• drankjes bij de maaltijden• kosten bagagetransport (€ 7 per dag) en kosten vervoer per minibus• heen- en terugreis	<p>Deel 2 Prijs: € 645,- voor de volledig begeleide pelgrimstocht door een ervaren gids en coach</p> <p><u>Inbegrepen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• 6 overnachtingen 8 t/m 13 september met 1 x logies-ontbijt 5 x halfpension (diner, overnachting, ontbijt)• 5 x lunchpakket• pelgrimspaspoort• regelen bagagetransport en vervoer minibus <p><u>niet-inbegrepen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• alle zaken die hierboven niet genoemd zijn• evt. huur lakens en handdoeken• diner op woensdag 11 september• consumpties in horeca• drankjes bij de maaltijden• kosten bagagetransport (€ 7 per dag) en kosten vervoer per minibus• heen- en terugreis
<p>Deel 1 + deel 2 gezamenlijk Prijs: € 1.250 voor de volledig begeleide pelgrimstocht van 12 etappes door een ervaren gids en coach. Voor details over wat is inbegrepen en wat niet: zie hierboven.</p>	

Inschrijven

Meld je aan via het aanmeldingsformulier door op de knop 'Inschrijven' te klikken. Vervolgens ontvang je een factuur. Na het voldoen van een aanbetaling van € 150,- ben je ingeschreven. De rest van de betaling dient uiterlijk 6 weken vóór vertrek te zijn overgemaakt (15 juli 2019).

Reis- en annuleringsverzekering

Uiteraard doen we onze uiterste best te zorgen voor een veilige tocht. Toch is de reis volledig op eigen risico. Je tekent voor vertrek een document waarin staat dat nòch Wandel naar Jezelf nòch de gids persoonlijk aansprakelijk is voor ongelukken of letsel.

Het afsluiten van een reisverzekering is voor deze tocht verplicht. Ik adviseer je ook een annuleringsverzekering af te sluiten.

Vorbereiding

Je kunt jezelf het beste voorbereiden door regelmatig te lopen waarbij je het aantal kilometers kunt opvoeren en evt. ook het gewicht op je rug. Hiermee kun je al beginnen zodra je je aangemeld hebt. Uiteraard is de voorbereiding afhankelijk van de conditie die je al hebt. Ook is het verstandig tijdig voor goede schoenen te zorgen en deze in te lopen.

Na aanmelding ontvang je een paklijst met diverse tips. Deze kan je helpen om alleen datgene mee te nemen wat je echt nodig hebt. Bij een trektocht/pelgrimstocht is het toch vooral de kunst van het weglaten.

