



Pelgrimstocht Via Podiensis

2 – 10 september 2023

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

Begeleid door Annemieke Oost en Jennecke Stradmeijer

Kenmerken:

Le Puy-en-Velay – Aumont-Aubrac

Duur: 8 dagen; 8 overnachtingen; 6 etappes

Afstand: 103 km

Wanneer: 2 t/m 10 september 2023

Prijs: € 945

Het is een bijzonder sfeervolle pelgrimservaring door de prachtige Auvergne met alle ruimte om stukken alleen en op eigen tempo te lopen of om samen op te lopen. Een goede wandelconditie is vereist.

Tijdens onze pelgrimage is er alle tijd voor verdiepende of verhelderende gesprekken over zaken die op dat moment belangrijk voor je zijn, waar je in vast loopt, waar je verandering wilt of waar je simpel een luisterend oor voor wilt. Wij zullen spreuken, vragen en oefeningen aanbieden die je ondersteunen.



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 twee 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 pelgrimages over deze route.

De tocht

Het middeleeuwse stadje 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 op. We wandelen door een groen en rotsachtig 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.



Ritme van de pelgrimage

Elke dag heeft in principe een vast ritme:

- 7.00 opstaan, 8.00 ontbijt, 9.00 uur vertrek
- het eerste uur lopen we in stilte
- koffie of lunch ergens onderweg
- 18.00 uitwisseling van ervaringen
- 19.00 diner
- 22.00 naar bed

De pelgrimage van dag tot dag

[Le Puy-en-Velay - Aumont-Aubrac](#)

Zaterdag 2 en zondag 3 september 2023

Aankomst zaterdag 4 september in Le Puy-en-Velay. We verzamelen in de kloosteraccommodatie nabij de kathedraal Notre-Dame waar we een avondmaaltijd gebruiken. Op zondag kun je op eigen gelegenheid het fraaie stadje uitgebreid verkennen; 's avonds dineren we gezamenlijk in een plaatselijk restaurant.

Maandag 4 september

Etappe 1; 19 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 10 km passeren we het dorpje Saint Christophe voor koffie en/of lunch.

Dinsdag 5 september

Etappe 2; 15 km. Je krijgt een lunchpakket mee. Na een korte klim komen we op een hoogte van 1200 meter waarna we door bosrijk gebied steil afdalen naar het scherp in

de heuvels ingesneden dal van de Allier (op 600 m). Op 7 km passeren we het dorp Saint- Privat-d'Allier met mogelijkheid voor koffie.

Woensdag 6 september

Etappe 3; 16 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 nauwelijks horeca. (Soms schenkt iemand koffie naast het huis.) We overnachten op een boerderij vlakbij het dorp Saugues.



Donderdag 7 september

Etappe 4; 21 km. Vandaag een langere etappe waarbij we cumulatief ca 650 m klimmen. Lunch koopt iedereen zelf in het dorp of 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 historische versterkte hoeve, op een afgelegen locatie. Deze plek heet dan ook 'Le Sauvage'.

Vrijdag 8 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 weer nauwelijks horeca tegen. We passeren het kerkje Saint-Roch waar eens per jaar een openluchtmis wordt gehouden die massaal bezocht wordt 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 9 september

Etappe 6; 17 km. Je krijgt een lunchpakket mee. We komen aan in het oude Aumont-Aubrac, onze eindbestemming. We overnachten in een gîte met een traditioneel lokaal (kaas)gerecht.

Zondag 10 september

Einde van onze pelgrimstocht. Na het ontbijt nemen wij afscheid van elkaar.

Zwaarte van de tocht

We lopen dagelijks, zonder rustdag, tussen de 15 en 21 km door middelgebergte (tussen 600 en 1300 m); het is regelmatig klimmen en dalen, soms steil en op oneffen ondergrond. Een goede wandelconditie en goede wandelschoenen zijn absoluut vereist. Gebruik van nordic walking stokken bevelen wij van harte aan.

Overnachtingen en maaltijden

We overnachten als pelgrims in gîte d'étapes (herbergen met 2 tot 6-persoonskamers) en in een voormalig klooster. Hoewel soms te huur is het noodzakelijk om een (licht gewicht) lakenzak, kussensloop en (sneldrogende) handdoeken mee te nemen. Huur (indien mogelijk) kost rond € 6 p.p.p.nacht. Dekens zijn overal aanwezig.

In de gîtes hebben we 's avonds onze gezamenlijke maaltijd met andere pelgrims.

We hebben 4 x een lunchpakket mee.

Bij geen lunchpakket kun je die zelf kopen in de plaatselijke supermarkt of bij de bakker. Ook kun je soms wat eten in de horeca onderweg.



Grootte van de groep

We gaan met minimaal 8 en maximaal 10 deelnemers

Bagagevervoer

Tijdens alle etappes is dit mogelijk. Dit wordt voor je geregeld voor ca € 9 per dag (prijs afhankelijk van dan geldend tarief vervoerder). Bagage (rugzak, sporttas of kleine koffer) max. 10 kilo. Dit omdat je jouw bagage zelf moet dragen op de heen- en terugreis, maar ook ter plaatse met de nodige hellingen en trappen in de gebouwen waar we overnachten. Reservering en betaling bij inschrijving of, indien onverwacht, ter plekke contant aan de organisatie.

Vervoer

Afhankelijk van je reisplan kunnen wij je specifiek adviseren. Hieronder een overzicht van mogelijkheden.

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.

Openbaar vervoer:

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

Terugreis naar huis vanaf Aumont-Aubrac

In Aumont-Aubrac is er de mogelijkheid om op 10 september per minibus terug te reizen naar startpunt Le Puy resp. Aumont-Aubrac. Prijs rond de € 25.

Het is dan noodzakelijk om op zondag 10 september een extra overnachting te boeken in Le Puy zodat je de volgende dag (maandag 11 september) de trein naar huis kunt nemen. Wij kunnen je adviseren voor een betaalbaar hotel in Le Puy.

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

Kosten

Prijs: € 945,- voor de volledig begeleide pelgrimstocht door 2 ervaren pelgrims / coaches

Inbegrepen:

- 8 overnachtingen 2 t/m 10 september met 2 x logies-ontbijt en 6 x halfpension (diner, overnachting, ontbijt)
- 4 x lunchpakket
- pelgrimspaspoort
- regelen bagagetransport en vervoer minibus
- begeleiding en evt coaching door 2 ervaren pelgrims / coaches

Niet-inbegrepen:

- alle zaken die hierboven niet genoemd zijn
- evt. huur lakens en handdoeken
- diner op zaterdag 2 en zondag 3 september
- consumpties in horeca
- drankjes bij de maaltijden
- kosten bagagetransport (ca € 9 per dag) en vervoer per minibus (ca € 25)
- heen- en terugreis

Inschrijven

Meld je aan via het aanmeldingsformulier door op de knop 'Inschrijven' te klikken. Vervolgens nemen wij contact met je op voor een kennismakingsgesprek. Hierna 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.

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 gidsen persoonlijk aansprakelijk zijn voor ongelukken of letsel.

Het afsluiten van een reisverzekering is voor deze tocht verplicht. Wij adviseren ook een annuleringsverzekering af te sluiten.



Voorbereiding

Allereerst is er de vraag waarom je deze pelgrimstocht wilt lopen. Motieven kunnen divers zijn: persoonlijke redenen, om afstand te nemen, te reflecteren, spirituele motieven, om mensen te ontmoeten, natuur te beleven, de sportieve prestatie.

Voorts is er de fysieke voorbereiding. Het beste is om regelmatig te lopen waarbij je het aantal kilometers geleidelijk opvoert 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. Gezien de zwaarte van de tocht is deze voor geoefende wandelaars, die in Nederland gemakkelijk 20 km lopen. Overleg bij twijfel over je deelname.

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.