

Renseignements

Yannick BITAULD : 06 76 06 91 44 / contact@atonrythme.org

MODALITÉ D'INSCRIPTION

1. Envoi du bulletin de pré-inscription accompagné d'un chèque d'acompte (à l'ordre de A Ton Rythme) d'un montant de :
 - 150€ pour les adhérents
 - 200€ pour les non-adhérentsL'acompte sera encaissé dès réception.
2. Vous recevrez un mail de confirmation de votre pré-inscription avec la note d'information, le bulletin d'inscription définitif et le bulletin d'adhésion à l'association.
3. Règlement du solde en 2 chèques encaissés le 15/05/2026 et le 15/06/2026
4. Une réunion d'information sera organisée avant le départ

BULLETIN DE PRE-INSCRIPTION à remettre à **Mr BITAULD Yannick**
ou à envoyer par courrier : 7 rue du Présbytère – 35590 L'HERMITAGE

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

Adresse :

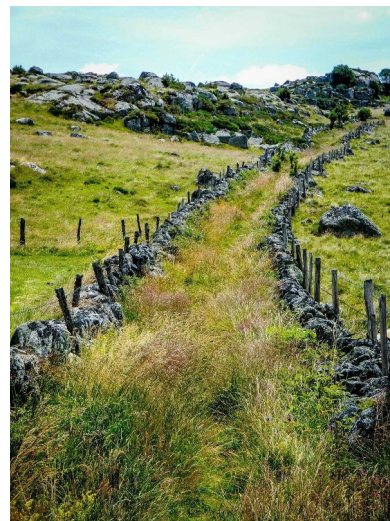
Tel E-mail

Je joins un chèque d'inscription de **150 €/200€**.

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 5 jours de marche vont permettre aux participants une initiation à la randonnée itinérante accessible à tous et la découverte de l'ambiance Compostelle.

Au programme :

Arrivée le dimanche 5/07 à partir de 17h :

Arrivée au 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 – Golinhac. 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 : Golinhac / 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 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 Credenciale (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

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.

Une réunion d'information sera proposée avant le départ et vous recevrez 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 + adhésion ponctuelle à la FFRandonnée (pass découverte). Documents remis à l'inscription.
Inscriptions possibles **à partir du 25/02/2026.**

➤ **Une assurance annulation facultative vous sera proposée au tarif de 29€.**