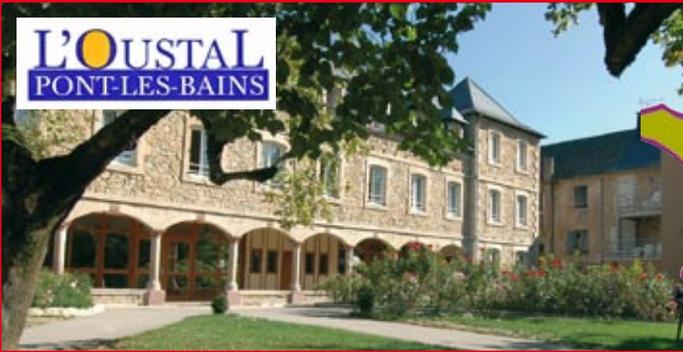




L'ECHO DES RANDOS

L'OUSTAL
PONT-LES-BAINS



Village de vacances en Aveyron, le pays des grands espaces, l'Oustal à Pont les Bains a le charme des vieilles pierres et du confort moderne. Une piscine ensoleillée et chauffée, des randonnées à la carte, le plein d'activités pour les jeunes et les moins jeunes. Ici, on sait accueillir les groupes !

Au coeur du roman et du vignoble, l'Oustal vous entraîne sur les chemins d'histoire de l'Aveyron, blotti au pied des Causses, dans le vallon couleur grès rose de Marcillac. À vous Conques et son abbatale médiévale, le vallon de Clairvaux et ses vignobles en pente douce, l'Aubrac et son plateau volcanique...



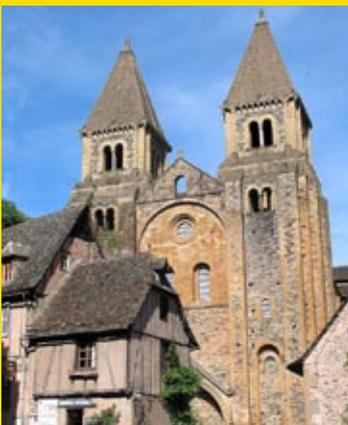
Chapelle de Saint Jean le Froid



L'église Notre Dame de Villefranche de Rouergue



Château de Najac



Abbatale S^{te} FOY de Conques

L'équipe de seclin rando
vous le verrez, nous l'aveyron...
sur les chemins de Pont Les Bains
DU 18 AU 25 SEPTEMBRE 2012





«Je vous rappelle que la pêche aux coquillages est interdite en Aveyron»

Mercredi 19 - rando matin

LA VALLÉE DE VANC

Départ à 9 h de l'Oustal pour une marche de 6 km, d'une durée de 2 h 30, avec un dénivelé de 260 m.

Belle vue sur le hameau de Pont les Bains et la vallée du Créneau.

Milieu naturel contrasté entre le plateau calcaire et la forêt humide.

Cascade et petit pont de pierre.



Une pose s'impose...



La troupe dirigée par Martine, majorette à Camphin-en-Carembault...



Belle cascade de tuf...



Le mercredi c'est jour de lessive à Pont les Bains...



L'aligot, le ruban de l'amitié...



**Mercredi 19 - rando après midi
FIJAGUET**

Après une petite sieste trop courte au goût de certaines et certains pour digérer l'aligot, nous repartons à 14 h 30 pour une marche de 10 km, d'une durée de 3 h 15, avec un dénivelé de 400 m. Nombreux points de vue. Belles maisons restaurées dans Fijaguet.

Petite vallée en sous bois dominant Pont les Bains.



Ils descendent de la montagne...



Voilà, voilà...



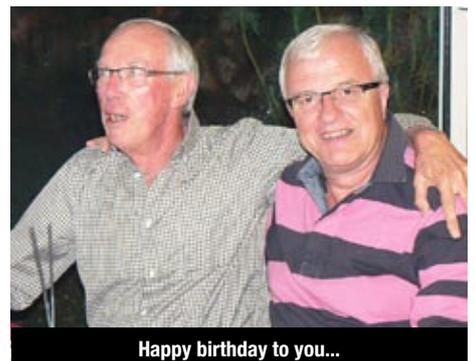
«Les randonneurs» sont de retour...



Dur dur la vie de président...



Que de bouteilles !



Happy birthday to you...



Cordéoneux, mi j'sus toudis joyeux, soir et matin eud'faire dinser les gins!

Jeudi 20 - rando à la journée

SAINT JEAN LE FROID

Départ en voiture à 9 h de Pont les Bains jusqu'à Marcillac-Vallon .

Marche de 6,5 km, d'une durée de 2 h 30, jusqu'à La Chapelle de Saint Jean le Froid à Gipoulou où nous attend le pique nique.

Après le repas, retour par quelques «rapadou» mémorables jusqu'au parking (6 km). Les plus courageux rentreront à pied au centre (+ 4 km).



Départ du parking de Marcillac Vallon



Vue du village de Marcillac depuis les vignes



Les vignes en terrasses



Et vive notre plat pays !



La chapelle de Saint Jean le Froid depuis l'entrée du village de Gipoulou



Petite halte à l'entrée du village



Allez, venez boire un petit coup de ratafia !...



Ah ! le ratafia blanc, qu'on boit sous le soleil, quand les filles sont belles, du côté de Saint Jean...



A chacune leur point de vue !...



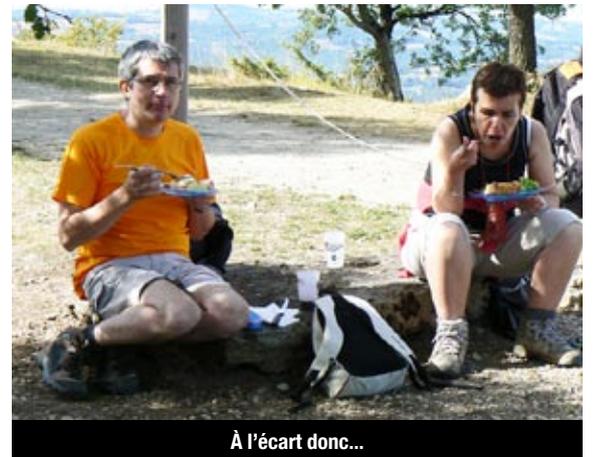
Pas mauvais ce petit ratafia...



A chacun son tour !...



Et doucement Odile !...



À l'écart donc...



Avec réservation...



Sans réservation...



Des frites, une fois !

Vendredi 21 - excursion à la journée

**VILLEFRANCHE DE ROUERGUE -
LA FERME CARLES À MONTEILS - NAJAC**

Départ en bus à 8 h de Pont les Bains. Arrivée à Villefranche de Rouergue vers 9 h. Visite très rapide de la ville, puis petite randonnée de 5 km sur les berges de l'Aveyron, histoire de nous ouvrir l'appétit.

Arrivée à la ferme Carles, visite de l'élevage de canards, du musée du cuivre, puis il est l'heure de l'apéritif.

Repas dansant à la table paysanne où nous dégustons tous les produits de Jacky.

Heureusement, un bus nous amènera à Najac pour visiter l'un des plus beaux village de France.



Attention ils nous observent...



**Il nous en
bouche un
coin-coin !**

Il a fait d'une ferme familiale un haut lieu touristique de l'Aveyron, accueillant particuliers ou cars entiers de touristes gastronomes, venus célébrer avec lui le terroir de la région. A Monteils, près de Najac, Jacques CARLES fait presque figure de "people rural" tant sa notoriété dépasse les frontières de ce bourg de 500 âmes.

"Alors, vous êtes venus voir l'idiote du village qui garde les canards !" lance-t-il, goguenard. Idiote, CARLES ? Loin de là. Plutôt un redoutable homme d'affaires qui a su optimiser son outil sans renier ses origines paysannes. Au point d'être considéré comme un ambassadeur de la région. Pionnier du tourisme vert, il a lancé sa ferme en 1978.



En route pour la visite...



**Recette de l'apéro pris chez
Jacky Carles**

- 1 dose de cassis**
- 2 doses de vin de noix**
- 12 doses de vin rouge**



Il exagère celui là...



Fait gaffe Jacques elle t'a vu...



Belle tablée de Seclin Rangros, n'est ce pas ...



A la soupe !...



Flambé à l'alcool de figues...





Et elles tapent tapent tapent c'est leur façon d'aimer..



Quand il nous prend dans ses bras, qu'il nous parle tout bas, on voit la vie en rose...



Dins l'Nord y 'a du carbon, mais y'a aussi du houblon...

Grâce à la richesse de son patrimoine, et son environnement, Najac est classé parmi «les plus beaux villages de France» et fait partie du «Pays d'Art et d'Histoire » des bastides du Rouergue.

Situé à quelques kilomètres de Villefranche-de-Rouergue dans les gorges de l'Aveyron ce bourg est dominé par un impressionnant château.



Il est 5 heures, Najac s'éveille...



Oh! qu'il et beau le débit de l'eau...



La belle et joyeuse équipe de Seclin Rando...



Le chateau de Najac...



Deux Najacoises ?



Les vainqueurs du jeu des chaises musicales sont Claudine et Pierre...



La rando plus fatigante que la gastro ?

Samedi 22 - Excursion et randonnée à la journée
LA VALLÉE DU LOT

Le matin départ en bus de Pont les Bains, direction **LA VINZELLE**, petit village perché sur un éperon rocheux qui surplombe le Lot, à une quinzaine de kilomètres de Conques.

Petite randonnée sur le sentier des Bruyères, histoire de nous ouvrir l'appétit. Puis déjeuner à l'Auberge du Peyral sur la terrasse panoramique.

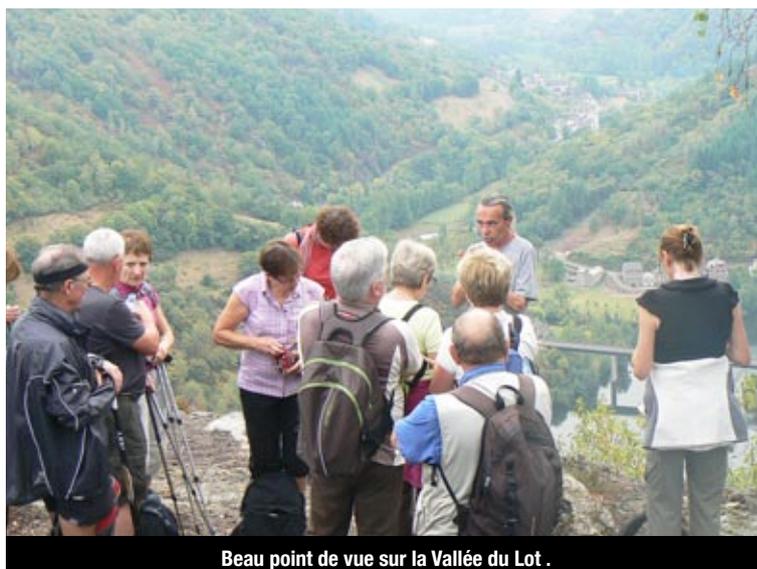
L'après midi visite guidée du magnifique petit village de **CONQUES** avec ses vieilles maisons à pans de bois, et de l'abbatiale avec tympan du jugement dernier.



La Vinzelle sur son éperon rocheux.



Grimette sur le Sentier des Bruyères .



Beau point de vue sur la Vallée du Lot .



Arrivée à l'Auberge du Peyral.



Le chef surveille ses ouailles.

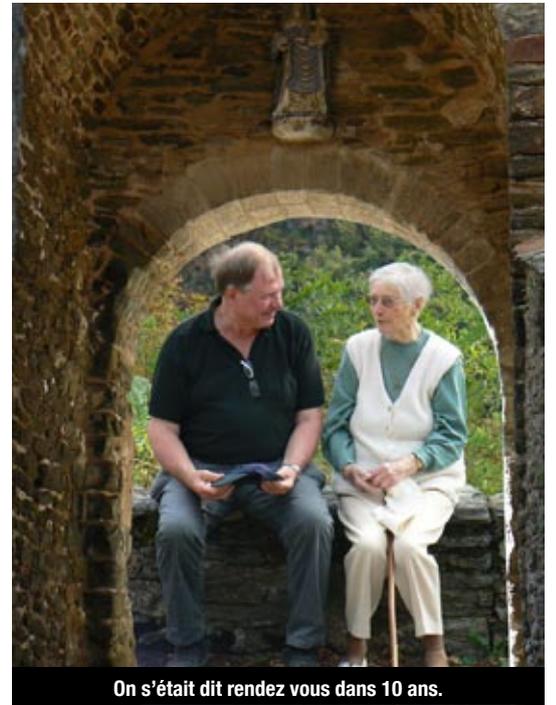


Conques, le village et son abbatale..

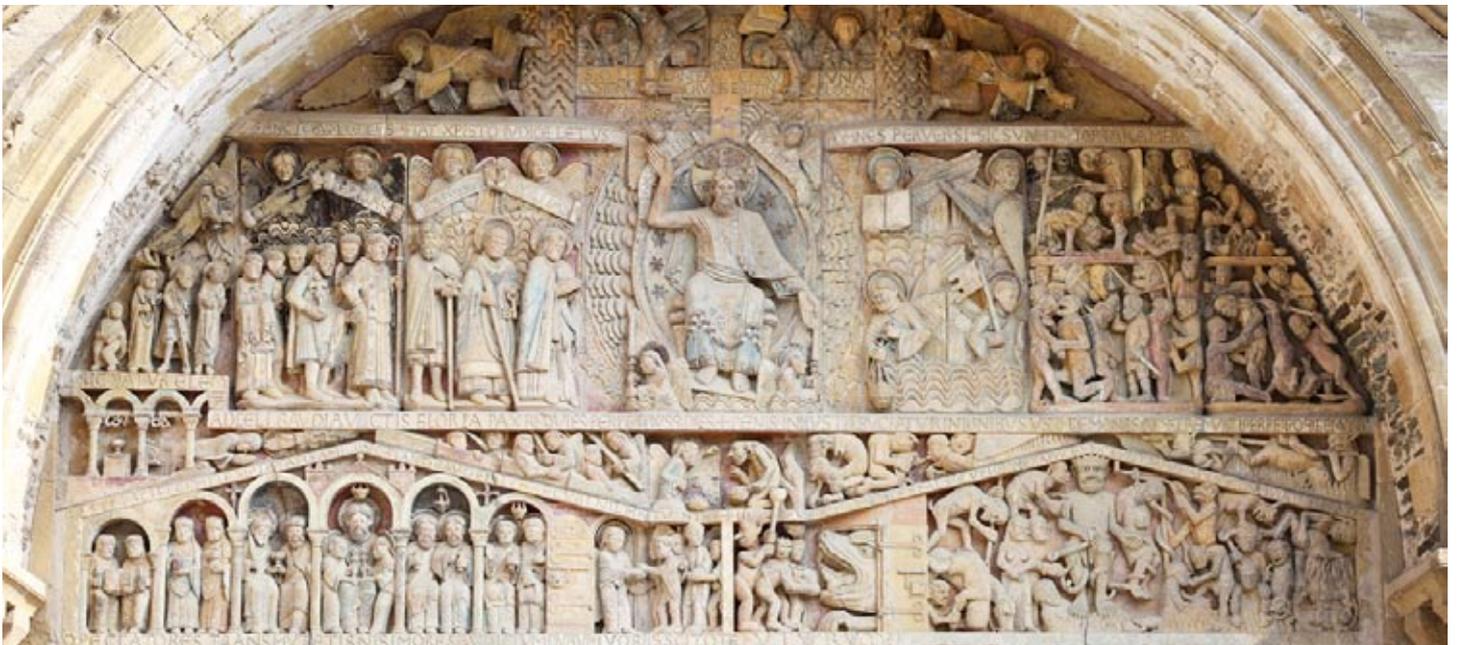




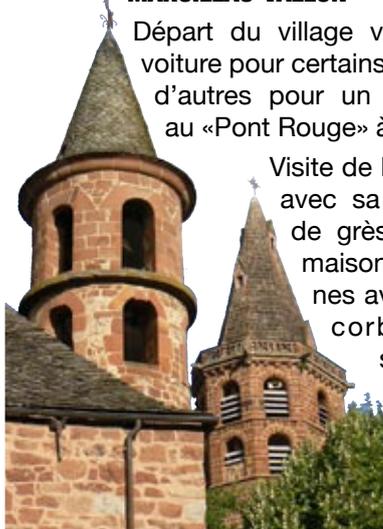
Gael a dit, le premier qui bouge a perdu.



On s'était dit rendez vous dans 10 ans.



**Dimanche 23 - matin : visite de
MARCILLAC-VALLON**

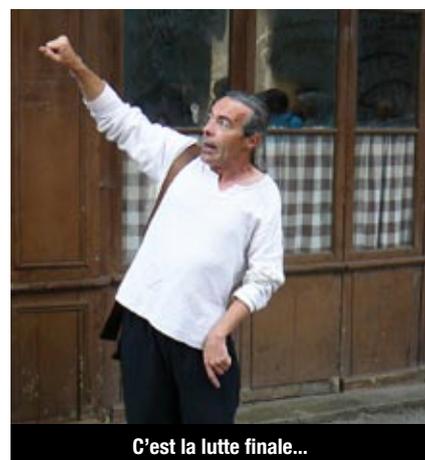


Départ du village vacances, en voiture pour certains, à pied pour d'autres pour un rendez-vous au «Pont Rouge» à Marcillac.

Visite de la vieille ville, avec sa belle église de grès rouge, ses maisons anciennes avec leurs encorbellements, sculptures, fenêtres à meneaux. Puis petit tour sur le marché.



Dans les rues de Marcillac.



C'est la lutte finale...

Après midi : rando dans la vallée du CRÉNEAU

Départ de l'Oustal, pour une boucle de 10 km. Cette randonnée nous fait passer par de très beaux sentiers et découvrir de magnifiques paysages.

Au village de Salles-la-Source une très belle cascade jaillit de plus de 20 m, alimentée par des cours d'eau souterrains.



Tous derrière et lui devant.



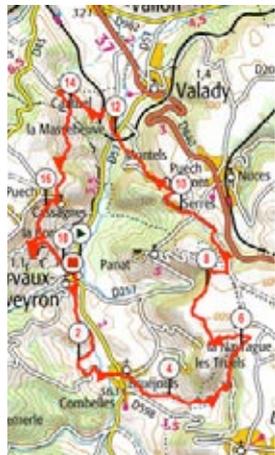
Lundi 24 - Randonnée pédestre à la journée
LE VALLON DE CLAIRVAUX

Départ à 9 h direction Clairvaux.

Nous démarrons la visite du bourg sous la pluie, puis partons au coeur du vignoble où nous découvrons de beaux points de vue sur la vallée.

Le midi repas tiré du sac, dans une grange.

En fin d'après midi de retour à Clairvaux, visite et dégustation chez un viticulteur.



Not Singin' in the Rain.



Qui dort dîne.



Silence ! on mange...



Y'a pas de rab ?



Heureux les Jean Marie ?



Jusqu'à la dernière miette...



Un petit dernier pour la route...



Jean Marie à la fête des bûcherons ?





Visite et dégustation chez un viticulteur de Clairvaux.



Pot de départ

