



ENTRE LOUPS ET MOUFLONS, UNE MICRO-EXPÉ À HAUTEUR D'ANIMAL

Circuit accompagné en petit groupe
Voyage en itinérant - 3 jours / 2 nuits

Mise à jour : 21/05/2025

Trois jours d'immersion dans le massif du Caroux, là où les drailles oubliées croisent les trajectoires muettes du mouflon et du loup. Une micro-expédition à pied, en autonomie légère, guidée par un naturaliste passionné, entre crêtes exposées, vallons secrets et forêts profondes. Ici, pas d'itinéraire figé. On marche lentement, on observe, on écoute. Le territoire se dévoile par fragments, à force de patience et de présence.

Surnommé la "montagne de lumière", le Caroux abrite deux espèces emblématiques qui se répondent dans le silence : le **mouflon méditerranéen**, introduit dans les années 1950 et aujourd'hui bien établi, et le **loup gris**, revenu par lui-même depuis les Alpes du Sud, discret, presque invisible, mais bel et bien présent.

Sur ce territoire partagé, chaque pas devient lecture. Empreintes dans la terre, poils sur une écorce, traces de passage dans un sous-bois... tout est piste. On apprend à se repérer sans GPS, à monter un bivouac dans un creux de montagne, à allumer un feu sans allumettes. Loin de toute forme de performance, cette expédition mêle autonomie douce, pistage et attention sensorielle. Il ne s'agit pas que de les voir, il s'agit de ressentir, de marcher à hauteur d'animal. Ralentir, sortir des sentiers, entrer dans un monde discret, fragile, mais puissamment vivant.

L'ETAT D'ESPRITCANOPEE:

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Mais aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles. Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

... bienvenue chez Canopée Voyages

PROGRAMME

Jour 1: Franchir le seuil

Rendez-vous en matinée et départ à pied vers les premiers contreforts du Caroux. La montée est progressive, ponctuée de pauses pour lire la carte, s'orienter avec les repères naturels, et s'initier aux bases du pistage. Au fil du chemin, on apprend à reconnaître les premières coulées, les signes d'un passage furtif, un lieu d'affût. En fin de journée, installation du bivouac dans un vallon sauvage et cercle d'ouverture autour du feu.

4h de marche, D+ 650m / D- 300m.

Jour 2: Entres crêtes et ravins

Départ à l'aube pour rejoindre les lignes de crêtes, territoire de prédilection du mouflon. Sur les hauteurs, entre blocs de granit et silence du vent, on observe, on collecte, on interprète : crottes, poils, empreintes, pierres retournées. Discussion collective sur la présence du loup, à partir de signes faibles. Installation d'un second bivouac en forêt ouverte. Le soir venu, feu de camp et veillée naturaliste pour partager les récits de ce que nous avons perçu.

6h de marche. D+ 500m / D- 600m.

Jour 3:

Au matin, nous cheminons en silence à travers une vallée encaissée, attentifs à ce que nous avons appris à lire. Dernier atelier de clôture : ce que nous avons vu, compris, retenu. Puis descente tranquille vers les véhicules et fin de l'expédition en début d'après-midi.

4h de marche. D+ 200m / D- 500m.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

ACCUEIL:

Rendez-vous à **12h15 à la gare de Béziers**, en tenue de randonnée. Nous vous attendrons à la sortie principale de la gare, côté Rue de la gare, au niveau des petites marches. Transfert direct avec notre mini-bus pour le lieu de départ de la randonnée.

Pour ceux qui arrivent en voiture, rendez-vous devant l'auberge de Mons la Trivalle à 13h. Votre guide vous fournira toutes les instructions nécessaires sur place.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

Gare d'accès : Béziers gare SNCF. Départ 7h41 de Paris Gare de Lyon. Arrivée 12h04 à Béziers.

Gare de dispersion : Béziers gare SNCF. Départ 15h57 de Béziers. Arrivée 20h18 à Paris Gare de Lyon.

SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Rendez vous à l'auberge de Mons la Trivalle à 13h.

SI VOUS VENEZ EN AVION: non concerné

DISPERSION

Le dimanche à 15h à l'auberge de Mons la Trivalle pour celles et ceux en voiture. À 15h45 en gare de Béziers pour les aventuriers en train.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Pièce d'identité en cours de validité durant tout le voyage.
- dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- carte vitale.

NIVEAU

2/5. Niveau modéré: Cette micro-expédition s'adresse à celles et ceux qui aiment marcher, sans être des athlètes. Les journées s'étendent sur 4 à 6 heures de marche, avec des dénivelés allant de 300 à 750 mètres. Le terrain est parfois escarpé, parfois technique, mais toujours accessible à toute personne en bonne condition physique, habituée à randonner régulièrement.

Ce qui fait la différence ici, c'est l'ensemble : le poids du sac, le rythme lent mais engagé, les nuits sous tente en pleine nature. L'effort n'est jamais brutal, mais il est constant. C'est un voyage qui demande de l'endurance douce, de l'adaptabilité, et surtout une envie sincère de s'immerger dans un territoire vivant, jour et nuit.

HEBERGEMENT

Chaque soir, nous installons le bivouac en pleine nature, dans des lieux choisis pour leur tranquillité, leur beauté et leur immersion. Ici, pas de camping ni de refuge : c'est le territoire qui nous accueille, dans le respect de son rythme et de ses formes.

Nous fournissons :

- Une tente ultra-légère deux places, facile à monter et à transporter
- Un matelas compact et confortable
- Des repas lyophilisés de qualité, fabriqués en France, savoureux, équilibrés et adaptés à l'effort

Tout est pensé pour garantir un confort sobre, laissant place à l'essentiel.

Chaque bivouac devient un moment de ressourcement : un feu partagé, un bol fumant entre les mains, et le ciel comme plafond.

REPAS:

Les repas sont fournis sous forme de plats lyophilisés de la marque française Voyager. Conçus pour l'itinérance, ils sont à la fois légers à porter, faciles à préparer et savoureux. Fabriqués en France avec des ingrédients de qualité, ils garantissent un bon équilibre nutritionnel tout en respectant le goût.

Un vrai moment de réconfort après l'effort - même loin de tout.

De votre côté, prévoir les gouter et fruits secs pour les p'tits coups de fringale.

TRANSFERTS INTERNES

On assure les transferts depuis la gare le J1 et le J3.

PORTAGE DES BAGAGES

Pour cette micro-expédition de 3 jours en autonomie légère, un sac à dos de 50 à 60 litres est idéal.

Il permet de transporter :

- vos affaires personnelles (vêtements, couchage, petit matériel)
- les éléments fournis (tente, matelas, repas)
- ainsi qu'1,5 à 2 L d'eau et un peu de place pour du matériel collectif (popote, filtre...)

Le sac doit être bien ajusté à votre morphologie, avec ceinture lombaire et sangles de poitrine, pour un bon report de charge.

Privilégiez un modèle avec poche frontale, sangles de serrage, et si possible une housse imperméable.

GROUPE

De 4 à 10 voyageurs.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, connaissant parfaitement la région. Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques.
- assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- être disponible et à votre écoute.

MATERIEL FOURNI

- Une tente ultra-légère deux places, facile à monter et à transporter

- Un matelas compact et confortable
- Des repas lyophilisés de qualité, fabriqués en France, savoureux, équilibrés et adaptés à l'effort

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LA RANDONNEE:

Il s'agit là de faire preuve avant tout de bon sens en fonction de la saisonnalité sur laquelle vous vous êtes inscrits. Les mois d'avril, mai, juin et à partir de la mi septembre, en plus de la liste ci dessous, prévoir une veste type softshell + un imperméable ou une veste technique imperméable. En juillet, Aout et début septembre, prendre uniquement une petite veste imperméable. De façon générale, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

Vêtements:

- 1 pantalon de randonnée (souple et respirant)
- 1 short ou legging (selon la saison)
- 2 tee-shirts techniques (dont un à manches longues)
- 1 polaire ou doudoune légère
- 1 veste imperméable / coupe-vent
- 1 bonnet ou buff / 1 casquette selon la saison
- 2 paires de chaussettes de rando
- Vêtements de nuit légers (type legging + t-shirt)

Chaussures:

- 1 paire de chaussures de randonnée (déjà rodées)
- 1 paire de sandales légères ou tongs (bivouac)
- ?? Couchage
- Duvet adapté à la saison (température confort -5 à +5°C selon période)

Matériel de repas:

- 1 gourde filtrante ou poche à eau (2 L minimum)
- 1 gobelet ou bol léger
- 1 cuillère ou spork
- 1 couteau pliant (type Opinel ou équivalent)

Hygiène & toilettes:

- 1 petite serviette microfibre
- 1 brosse à dents + dentifrice naturel
- 1 petit flacon de gel douche 100% biodégradable
- 1 rouleau de papier toilette (dans un sac étanche)
- 6 petits sacs pour vos déchets personnels (sacs de congélation zippés)
- Boules quies

Divers utiles:

- Lampe frontale + piles de rechange
- Lunettes de soleil
- Crème solaire + stick lèvres
- Mini pharmacie perso (pansements, médicaments perso)
- Bâtons de marche (facultatif mais recommandés)
- Carnet + crayon (si vous aimez noter, croquer, tracer)

LE PRIX COMPREND

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne connaissant parfaitement la région
- Le matériel tente, matelas et matériel nécessaires à la préparation de la cuisine
- Le transfert du J1 et J3 depuis la gare SNCF

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le trajet **ALLER / RETOUR** de votre domicile au lieu de rendez-vous
- Le duvet
- les dépenses personnelles
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). Responsabilité civile obligatoire.

