



EAUX, NATURE, SOLEIL... PLAISIRS CAROUX !

Séjour multi-activités en famille à partir de 8 ans
Séjour en semi-itinérance - 7 jours / 6 nuits - Cévennes méridionales

Mise à jour : 27/09/2024

Plongez au cœur du Parc Naturel du Haut Languedoc, dans les reliefs envoûtants du massif du Caroux, surnommé "montagne de lumière". Ce séjour, conçu pour les familles, vous invite à découvrir la nature à travers des activités qui raviront autant les enfants que les adultes, dans une harmonie parfaite avec l'environnement.

Une aventure taillée sur mesure pour ceux qui souhaitent partager des moments uniques en pleine nature. Vous commencerez par une journée en canoë, où la rivière se dévoile doucement, vous entraînant au fil de ses eaux claires à la rencontre de la faune et de la flore aquatiques. Les amateurs de sensations se régaleront avec un parcours vallonné en VTT, une immersion palpitante dans le cœur du paysage sauvage. Le canyoning, quant à lui, vous transportera vers des horizons inattendus, entre rires et frissons au cœur du massif. Les randonnées offriront des pauses contemplatives, propices à l'observation de la richesse animale et végétale qui peuple ces terres.

Et au-delà de l'aventure, c'est une initiation à la vie en montagne qui vous attend. Apprendre à bivouaquer avec vos enfants ou petits-enfants, en toute autonomie : savoir choisir et installer un campement sécurisé, préparer son sac, gérer ses ressources d'eau et de nourriture, et respecter la réglementation. Autant de compétences essentielles que nous vous transmettrons pour vivre pleinement des expériences futures en montagne en famille, avec sérénité.

Chaque journée sera ponctuée par des pauses baignade dans les vasques cristallines du massif, véritables joyaux naturels qui invitent à la détente et au rafraîchissement, loin du tumulte.

Votre hébergement, la ferme de Toule, a été restaurée avec soin au cœur des montagnes du Naudech. Elle offre une vue unique sur le massif. Ce lieu authentique, chargé de souvenirs d'enfance, propose des chambres spacieuses, parfaites pour accueillir toute la famille. Le soir, les guirlandes lumineuses confèrent une ambiance douce et apaisante, tandis que les enfants s'évadent dans leurs cabanes, au sein d'un domaine naturel de plus de 100 hectares. La piscine naturelle, quant à elle, sera l'occasion de vous ressourcer pleinement, dans le calme et loin des foules.

Une soirée sera dédiée à l'astronomie, guidée par un passionné, où vous alternerez entre connaissances fascinantes et observation du ciel à travers des télescopes. Les mythes ancestraux des étoiles viendront compléter cette parenthèse céleste, dans un voyage hors du temps.

Venez vivre une semaine en famille, en totale immersion dans la nature sauvage, et laissez-vous charmer par ces lieux d'une beauté saisissante, véritables écrans de paradis.

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:

Rendez-vous à Mons la Trivalle à 16h. Départ en voiture pour rejoindre la ferme de Toule à 15min. Après vous être installé dans vos chambres nous pourrons soit profiter simplement de cette fin d'après midi au bord de la piscine soit partir pour une petite balade afin de dégourdir les jambes. Présentation du séjour pendant l'apéro sous les chênes verts.

Jour 2:

Nous embarquons pour un court trajet en voiture (15min) pour rejoindre la base de canoë. Nous y serons accueillis par un guide diplômé d'État, véritable connaisseur des rivières, qui nous accompagnera tout au long de cette journée. Après avoir pris en main le matériel, il sera temps de se lancer à l'aventure, pagayant sur les eaux de l'Orb, puis du Jaur. Le parcours alterne entre passages dynamiques à travers les rapides et moments de quiétude, où les rochers forment des havres de paix. Nous nous arrêterons pour un pique-nique en bordure de rivière, avec pour toile de fond la nature sauvage. Un moment de convivialité, où la baignade viendra parfaire cette pause en pleine nature.

Le retour à la base est prévu pour 16h, après une journée riche en découvertes et en sensations, bercée par les courants de ces rivières vivantes.

6h de canoë.

Jour 3:

Depuis la ferme, nous enfourchons nos VTT pour descendre en douceur vers la vallée. Le sentier nous conduit à travers Ornac, puis jusqu'à Mons, petit village perché. De là, nous suivons la voie verte, un chemin apaisant qui serpente sur six kilomètres. Le tracé de l'ancienne voie ferrée, ponctué de ponts et de tunnels, ajoute une touche ludique à cette balade tranquille.

En arrivant à Colombières, nous laissons les vélos de côté pour partir à pied à la découverte des gorges. Le cadre se fait plus sauvage, et bientôt, l'eau claire nous appelle pour une pause baignade bien méritée dans ce coin préservé. L'après-midi avance doucement, et après ce moment de fraîcheur, nous reprenons nos vélos pour retourner à Mons, avant de rejoindre Toule pour 17h, le cœur léger, rempli de souvenirs.

Vélo: 16kms. D+ 140m / D-400m

Jour 4:

Après avoir déposé les voitures à Mons, à seulement dix minutes de là, nous nous mettons en route vers l'ouest, suivant le soleil couchant. Les gorges d'Héric s'ouvrent devant nous, encadrées par d'imposantes falaises de gneiss. Ce paysage minéral nous guide jusqu'au hameau d'Héric, un véritable sanctuaire pour le mouflon, où le silence n'est troublé que par le bruit des pas et des ruisseaux.

Au Pont romain, nous faisons halte pour un déjeuner simple au bord des vasques d'eau cristalline. C'est l'occasion parfaite de se rafraîchir, se baigner et s'offrir une pause bien méritée, bercés par le calme de la nature. La sieste s'impose naturellement, dans cette atmosphère paisible où le temps semble suspendu.

En milieu d'après-midi, nous reprenons la marche en direction du col de Bardou, pour ensuite descendre vers l'ancien lac de l'Airette. Là, en fin de journée, nous installons notre bivouac. En véritables trekkers, nous organisons notre camp de base à proximité d'un point d'eau, plongeant pleinement dans cette expérience. Tout ce dont nous avons discuté les soirs précédents à la ferme prennent forme : le montage des tentes, la préparation du repas, et cette sensation unique de se retrouver seuls au cœur de la montagne, sous un ciel étoilé.

4h30 de marche. 7,8kms. D+ 450m / D- 225m.

NB: En fonction du débit du ruisseau consacré au canyoning, nous pouvons changer de zone de bivouac. Le niveau des activités reste le même, cependant la distance d'accès "aller" est rallongée. Il faut compter 20kms supplémentaires sur la distance de route données à titre d'information dans la rubrique " TRANSFERTS INTERNES".

Jour 5:

Nous quittons le bivouac de bonne heure, vers 8h30, avec le souvenir encore vif de cette nuit passée sous un ciel étoilé. Plutôt que de prendre le chemin le plus direct, nous optons pour des sentiers détournés, profitant encore un peu de la sérénité des lieux. À 9h, nous nous immergeons dans l'aventure du canyoning, explorant des vasques aux eaux turquoises, fraîches mais vivifiantes, à 19°C.

Le pique-nique se fait au cœur des gorges, un moment de calme au milieu de ce décor minéral. Puis, nous reprenons la route, grimpant doucement vers le col du Renard. La descente qui suit, par un petit sentier escarpé, nous ramène finalement à Mons, où se termine notre périple, l'esprit encore empreint des merveilles traversées.

2h30 de marche. 5,3km. D+ 170m / D- 405m. 3h de canyoning. 1,5km D+ 200m D- 200m.

NB: En fonction du débit du ruisseau consacré au canyoning, nous pouvons changer de zone de bivouac. Le niveau des activités reste le même, cependant la distance d'accès "retour" est rallongée. Il faut compter 20kms supplémentaires sur la distance de route données à titre d'information dans la rubrique " TRANSFERTS INTERNES".

Jour 6:

Depuis la ferme, point de départ de notre semaine d'aventures, nous entamons l'ascension du Pic Naudech. Cet éperon rocheux, qui veille sur notre camp de base depuis des jours, nous appelle enfin. Même les plus jeunes relèveront ce défi, car au sommet, une vue panoramique s'offre à nous : des Pyrénées au mont Ventoux, et jusqu'à la Méditerranée, toute proche, à seulement 30 kilomètres. Après avoir savouré ce spectacle à 360°, nous redescendrons par un petit sentier, puis par la piste, pour retrouver tranquillement notre ferme, lieu de repos et de partages simples, au cœur de ces paysages immenses.

Pour notre dernière soirée à la ferme de Toule, préparez-vous à un moment magique sous un ciel étoilé. Au cœur de la nuit, un animateur d'astronomie nous dévoilera les mystères des étoiles et des planètes. Avec les enfants, vous observerez le ciel à travers les télescopes, tout en écoutant les récits anciens des constellations. Un instant suspendu, où la beauté du cosmos se révèle à tous, petits et grands, dans une atmosphère de partage et d'émerveillement.

Autour d'un repas en plein air, cette dernière soirée sera une parenthèse unique, pour profiter ensemble de la magie de la nuit.

5h de marche. 9,5km. D+ 450m / D- 450m

Jour 7:

Après un dernier petit déjeuner partagé dans la convivialité, le moment sera venu de boucler ses valises et de prendre doucement le chemin du retour vers la civilisation. L'heure du départ est fixée au plus tard à 10h, marquant ainsi la fin de ce séjour où la simplicité et la nature ont rythmé nos journées.

**** les enfants de moins de 8 ans ou ne sachant pas nager ne peuvent pas réaliser le canyoning***

A LIRE IMPERATIVEMENT:

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté tels que les conditions climatiques peuvent en modifier le déroulement. Des décisions de modification du séjour (modification de tracé ou transfert entre les hébergements) peuvent être prises au fil des jours par l'organisateur (direction et/ou accompagnateur), responsable de ce voyage.

Nous attirons votre attention sur le fait que ce séjour se déroule en zone de montagne. Il est donc nécessaire que chacun des participants en ai conscience tant au niveau du respect de

l'environnement et des habitants mais surtout concernant le niveau d'engagement que cela nécessite. Il est donc indispensable de se préparer à ce type de séjour et d'informer « Canopée » de toutes problématiques liées à la santé des participants. En dehors de l'activité canyoning, les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des baignades quotidiennes. L'accompagnateur n'a aucune compétence de surveillant de baignades.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le 1er jour, le dimanche à **16h à Mons la Trivalle** au niveau de l'AUBERGE DU CAROUX. **Vous suivrez ensuite la guide pour rejoindre la ferme de Toule.**

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

TRAJET ALLER:

1. Arrivée en GARE SNCF DE BEZIERS.
2. Départ devant la GARE SNCF DE BEZIERS à 14h30 par le bus départemental **ligne 655** (Tarif 2€ par pers.).
3. Arrivée en GARE SNCF DE BEDARIEUX à 15h30.
4. Une navette privée vous y attendra pour vous conduire au lieu de rendez-vous pour 16h.

Veillez programmer votre trajet en train pour arriver à la gare de Béziers. Consultez les horaires sur le site de la SNCF : [SNCF](#)

Les horaires de la ligne 655 sont disponibles ici : [Ligne 655 - Hérault Transport](#)

TRAJET RETOUR:

Deux possibilités s'offrent à vous:

- **Vous souhaitez prendre le train depuis MONTPELLIER:**

1. On vous dépose à l'arrêt de bus de MONS à 9h30
2. Départ en bus départemental **ligne 685** de MONS à 9h37 (2€ par pers.).
3. Arrivée en gare routière de MONTPELLIER MOSSON à 11h45.
4. Prenez le tramway pour rejoindre la **gare SNCF Montpellier Saint Roch** (1h de trajet) ou la **gare TGV Sud de France** (1h30 de trajet).

Les horaires de la ligne 685 sont disponibles ici: [Ligne 685 - Hérault Transport](#)

- **Vous souhaitez prendre le train depuis BEZIERS:**

1. Départ de la ferme de Toule à 10h30.
2. Arrivée à la gare de Bédarieux à 11h30.
3. Prenez le bus départemental **ligne 655** à 13h10 pour Béziers (2 € par pers.).
4. Arrivée en gare de Béziers à 14h10.

Les horaires de la ligne 655 sont disponibles ici: [Ligne 655 - Hérault Transport](#)

SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites de calcul de trajet sur internet.

Le rendez vous est devant l'auberge du Caroux 34390 MONS

Depuis Montpellier :

Option 1 : Prenez l'autoroute **A9**, sortie **Béziers Est**, puis suivez la **D909** en direction de Bédarieux et la **D908** jusqu'à Hérépian, Lamalou-les-Bains, Le Poujol-sur-Orb, Colombières, et enfin Mons. Entrez dans le village, l'auberge est au centre.

Option 2 : Prenez la **N109** jusqu'à Clermont-l'Hérault, puis la **D908** jusqu'à Bédarieux, Hérépian, Lamalou-les-Bains, Le Poujol-sur-Orb, Colombières, et Mons. Entrez dans le village, l'auberge est au centre.

Depuis Toulouse :

Option 1 : Prenez l'autoroute **A9**, sortie **Béziers Est**, et suivez l'itinéraire décrit ci-dessus.

Option 2 : Prenez la **N112** jusqu'à Saint-Pons, puis la **D908** jusqu'à Mons. Entrez dans le village, l'auberge est au centre.

Depuis Clermont-Ferrand :

Prenez l'autoroute **A75**, sortie **Le Caylar**, puis suivez les directions vers **Les Rives, Lunas, Bédarieux, Hérépian, Lamalou-les-Bains, Colombières**, et enfin **Mons**. Entrez dans le village, l'auberge est au centre.

DISPERSION

A **10h le dernier jour (samedi)** après le petit déjeuner.

NIVEAU

Niveau 2/5 – Modéré :

Les dénivelés positifs varient entre 200 et 500 m par jour. Le terrain peut parfois être technique, nécessitant de bonnes chaussures de randonnée à tige haute pour bien maintenir les chevilles. Des baignades sont prévues pendant les pauses repas pour que parents et enfants puissent profiter de moments uniques ensemble. Le portage se limite aux affaires de la journée (vêtements et pique-nique partagé).

Nous avons classé ce séjour en niveau modéré en raison de l'enchaînement des activités (par exemple, après une nuit sous tente, faire du canyoning suivi d'une randonnée l'après-midi).

Toutes les activités sont adaptées aux enfants à partir de 8 ans. Cependant, ceux qui ne savent pas nager ne pourront pas participer au canyoning pour des raisons de sécurité personnelle et collective. Les activités sont encadrées par des professionnels diplômés d'État, chacun expert dans son domaine.

HEBERGEMENT

La ferme de Toule :

C'est une ancienne ferme, récemment rénovée. Elle comprend une grande salle à manger, un salon pour se détendre, 5 chambres, 2 salles de bains et 2 WC. La ferme est autonome en eau et en électricité. À l'extérieur, une piscine naturelle offre une vue imprenable sur la vallée et le massif du Caroux. Située sur un domaine de 100 hectares, la propriété devient un vaste terrain de jeu pour les enfants, parfait pour les futurs aventuriers à la "Davy Crockett".

Le bivouac :

Nous disposons de 2 emplacements de bivouac autorisés sur le massif, proches de points d'eau. Le matériel fourni est adapté à la randonnée en autonomie, tout en étant accessible pour vous permettre de le pratiquer avec vos enfants par la suite. Nous mettons à disposition des tentes pour 2 personnes, des matelas gonflables avec oreillers, des réchauds et gaz, ainsi que du matériel de cuisson.

LES REPAS:

Les petits déjeuners et dîners sont pris dans les hébergements, avec des produits provenant au maximum de producteurs locaux. Les repas sont préparés par notre cuisinier à l'agence du Vernet, dans une cuisine dédiée aux groupes. Le midi, nous vous proposons des pique-niques à base de salades et de charcuteries locales.

Régime végétarien est possible.

Pour des raisons de qualité de préparation, nous ne sommes pas en mesure de cuisiner pour les personnes souhaitant un régime sans lactose ou sans gluten.

TRANSFERTS INTERNES

Comme décrit dans le programme ci dessus, vous utilisez vos véhicules personnels. Voici les distances de transferts pour vous rendre aux activités:

- Jour 2: 12kms aller-retour
- Jour 4: 6kms aller
- Jour 5: 6kms retour

Le jour 3, le transfert retour depuis Mons est organisé par nos soins.

En règle générale, l'équilibre est trouvé entre les personnes voyageant en train et sans moyen de locomotion sur le séjour et les personnes venant en voiture. Le co-voiturage se fait toujours de manière naturelle. Les personnes voyageant en train peuvent cependant emmener de leur région d'origine un petit cadeau pour les propriétaires des voitures en guise de remerciement.

PORTAGE DES BAGAGES

Durant la journée vous transportez le partage du pique-nique et vos affaires personnelles. Les bagages pour les parents:

- 1 sac de voyage souple ou rigide pour contenir les affaires. .

Merci de prévoir un bagage d'une taille maximum de 80cm x 40cm x 40cm. 1 sac par personne.

- 1 sac à dos de 35 litres muni d'une ceinture ventrale pour transporter les affaires durant la journée. 1 sac à dos par adulte. Cette contenance de sac est le minimum obligatoire car il servira au transport de tout le matériel et repas lors de notre aventure de deux jours en autonomie.

Les bagages pour les enfants: afin d'apprendre aux enfants la nécessité d'être équipé en montagne nous vous demandons de prévoir un sac à dos (environ 20L) dans lequel ils transporteront leurs affaires pour faire comme papa et maman.

GROUPE

De 6 à 13 voyageurs.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, connaissant parfaitement le massif. 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.

Les activités sont dispensés par des prestataires externes bénéficiant des agréments et ayant des moniteurs diplômés d'Etat. Nous les connaissons tous et les avons choisis pour leur professionnalisme, ils sont les meilleurs de notre territoire.

MATERIEL FOURNI

pour le canyoning: combinaison intégrale néoprène, casque, juppe et baudrier. prévoir uniquement une paire de basket type tennis avec laçage et chaussettes. **Pas de chaussure aquatique à tige souple et semelle fine type planche à voile et autres activités de mer.**

pour le VTT: vtt, casque et gants.

Pour le bivouac: tente 2 personne ultra-légère, matelas gonflable avec oreiller intégré, des réchauds et gaz, ainsi que du matériel de cuisson.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LA RANDONNEE:

- pantalon de toile - shorts - T-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 impermeable type Kway
- 1 chapeau de soleil ou une casquette
- 1 maillot de bain
- 1 serviette de bain séchage rapide (utile aussi pour le bivouac)
- 1 paire de chaussures de randonnée. Pour les enfants, DECATHLON font une paire de chaussures parfaite pour ce type de séjour: la crossrock kid.
- 1 paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- mouchoirs en papier.
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), élastoplaste et/ou double peau (ampoules), antalgique type paracétamol, antidiarrhéique et antiseptique intestinal, antisapsmodique, antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, ...

Pour le canyoning: 1 paire de basket type tennis avec laçage et chaussettes. **Pas de chaussure aquatique à tige souple et semelle fine type planche à voile et autres activités de mer.**

POUR L'ETAPE:

- tenues de rechange et chaussures confortables, sandales
- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"
- affaires de toilette minimum + serviette de toilettes. GEL DOUCHE 100% biodégradables (utilisation aussi en bivouac)

POUR LES PIQUE-NIQUES:

- 1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.
- boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

POUR LE BIVOUAC:

- un drap sac ou un duvet très léger +20°C
- une frontale avec pile neuve
- petite fiole de 100ml maximum pour transport des gels douche ou petit savon
- le matériel de pique-nique (assiette, couverts et gobelets) serviront aussi au bivouac. Prévoir du matériel léger.

En + pour vos enfants:

Utilisez une crème d'indice de protection solaire élevé (coeff. 50 au minimum) et comprenant une filtration des UVA à appliquer sur toutes les zones exposées en couche épaisse toutes les deux heures, même en cas de couverture nuageuse, et après chaque bain. Pour leur santé nous vous conseillons des crèmes solaire minérales.

Les lunettes de soleil bien enveloppantes avec un indice de catégorie CE 3 ou 4 sont indispensables. Elles préviennent les lésions solaire de la rétine et de la cornée, en bloquant 99% des UV. N'hésitez pas à en prévoir une paire supplémentaire de rechange en cas de perte !

Enfin, prévoyez une gourde car il est important de donner régulièrement à boire et tout aussi important pour les parents de donner eux-mêmes l'exemple ! Un petit sac à dos ajusté à la taille de votre enfant lui offrira une certaine autonomie.

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du dernier jour
- les boissons
- les activités
- l'encadrement
- le matériel nécessaire au bivouac décrit ci-dessus

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le trajet de votre domicile au lieu de rendez-vous et retour
- les transferts indiqués au programme sur les jours 2, 4 et 5
- les dépenses personnelles
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire

