

## Le Canal du Midi à vélo Séjour vacances pour groupes jeunes

De Castelnaudary à Marseillan  
Hébergement en campings et auberge de jeunesse

8 jours - 7 nuits dont 4 jours de vélo et 2 jours à la Méditerranée

**Formule** : Vélo en liberté

**Niveau 1.5/3**



De Castelnaudary à Agde puis Marseillan, vous cheminez à vélo le long du célèbre Canal du Midi classé au patrimoine mondial de l'Unesco. Construit par Pierre Paul Riquet au 17<sup>ème</sup> siècle, il fût une voie navigable pour les marchandises de toute sorte.

Un voyage ludique au fil de l'eau pour découvrir à vélo les cités du Sud telles que Castelnaudary, Carcassonne, Béziers et Agde. Pour finir, vous plongez dans la Grande Bleue, la Méditerranée.

Nous avons sélectionné des campings conviviaux ainsi qu'une auberge de jeunesse et chaque jour vos bagages sont transportés d'un hébergement au suivant.

### POINTS FORTS :

- Un voyage idéal conçu pour les centres de vacances, les groupes de jeunes, etc
- Hébergements conviviaux : campings avec piscine ou à proximité immédiate de la Méditerranée et auberge de jeunesse,
- Une nuit au cœur de la Cité Médiévale de Carcassonne,
- Piste cyclable facile et adaptée au voyage à vélo au bord de l'eau,
- Location des vélos incluse, vélos livrés et récupérés par nos soins.

**SARL LaRébenne** - 9 chemin de Malet .09000 Foix- ☎ Tel : 05.61.65.20.93 ☎ Portable : 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com [www.larebenne.com](http://www.larebenne.com)

RCP : 115 769 365 MMA Licence de voyages : LI 009 08 0001

Garant : Crédit Agricole de Foix N° P05839016PR. N° SIRET : 502 157 076 00014

# PROGRAMME

## **Jour 1 : Castelnaudary.**

Arrivée à Castelnaudary et installation au camping, piscine municipale à 500m du camping.

## **Jour 2 : De Castelnaudary à Carcassonne : 40km**

Après cette nuit de repos, la livraison des vélos et c'est parti pour l'aventure.

Longez le Canal du Midi au fil des petits villages et des charmants paysages pour vous rendre à Carcassonne, où son architecture et la chaleur de ses ruelles vous attendent. Après le grand bassin de Castelnaudary, vous arrivez à Carcassonne avec sa cité médiévale, patrimoine de l'Unesco avec le Canal du Midi.

Vous logez au cœur de la cité médiévale de Carcassonne en auberge de jeunesse en B&B (nuitée et petit-déjeuner). Pas de livraison de bagages ce soir-là (accès voiture impossible dans la Cité).

## **Jour 3 : De Carcassonne à Pépieux : 45km**

L'histoire de Carcassonne découverte, continuez votre parcours, et partez à l'assaut du Minervois. Prenez le temps d'admirer les édifices qui longent le canal, comme le Moulin de Trèbes avant d'arriver au lac de Jouarres où vous pouvez vous baigner avant de rejoindre votre camping.

Nuit en camping à Pépieux.

## **Jour 4 : De Pépieux à Capestang : 47km**

De Pépieux, vous rencontrez l'écluse de Pech et Laurier avant le château d'Argens-Minervois. Avant d'arriver entre vignes et cyprès, vous traversez le village de Ventenac en Minervois.

Aujourd'hui nous rencontrons le carrefour des 2 canaux : la Robine et le Midi. Ensuite nous pouvons faire une halte à l'ombre de magnifiques pins parasols avant de franchir l'aqueduc de Quarante. Nous arrivons en vue du port de Capestang. Nuit en camping à Capestang.

## **Jour 5 : De Capestang à Villeneuve Les Béziers : 25km**

Trajet vers Béziers. Cette cité typique du sud célèbre pour son amour du vin, du rugby et de la fête, vous ouvre les bras. Vous passez par le tunnel de Malpas et l'Oppidum d'Ensérune (hors canal). Très belle arrivée sur la ville par les spectaculaires neuf écluses de Fonseranes.

Nuit en camping avec piscine à proximité du canal à Villeneuve les Béziers.

## **Jour 6 : De Villeneuve les Béziers à Marseillan. 32km**

Pour cette dernière étape, partez vers la cité d'Agde où l'Hérault et le Canal du Midi viennent se jeter dans la Méditerranée. Vous arrivez sur place en fin de matinée pour plonger dans la grande Bleue.

Récupération des vélos.

Nuit en camping à proximité de la plage.

## **Jour 7 : Journée libre à Marseillan.**

Nuit en camping à proximité de la plage.

## **Jour 8 : Marseillan**

Fin du séjour.

# PENDANT VOTRE SÉJOUR

## **ENCADREMENT : VELO EN AUTONOMIE**

**L'encadrement du groupe est prévu par le client (moniteurs, animateurs).**

### **Vélo en liberté :**

Equipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné et topoguide détaillé, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe. Vous vous laissez guider par les indications préparées avec soin, pour un maximum de précision.

## **PORTAGE DES BAGAGES :**

Vous ne portez que les affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. Merci de prévoir **1 bagage par personne, de maximum 15kg/bagage.**

### **Quelques informations importantes**

Pour des raisons pratiques et pour épargner le dos de nos chauffeurs de taxis, nous vous demandons de bien vouloir limiter vos bagages à 1 sac par personne et 2 caisses maximum pour le groupe (matériel de camping inclus).

Les sacs comme les caisses ne doivent pas excéder 15kg chacun.  
Les bagages doivent être fermés lors des transferts et les 2 caisses cadenassées.

## **Pas de transport de bagages le jour 2 à Carcassonne**

Le soir du jour 2 à Carcassonne, il n'y a pas de transport de bagages car l'auberge est inaccessible en véhicule. Pour cette soirée, il faudra prévoir à minima : un rechange, une serviette et les affaires de toilettes que vous emporterez dans votre sac journée le matin à Castelnaudary.

## **VOTRE HÉBERGEMENT :**

**En camping :** Nous choisissons de préférence des campings avec piscine (ou à proximité immédiate de la mer ou d'une piscine municipale) quand cela est possible. Nous transportons vos bagages chaque jour au camping suivant. Les repas ne sont pas prévus (petit déjeuner, diner).

**En auberge de jeunesse :** En formule B&B. Les draps sont fournis et le petit déjeuner est inclus. **Pas de transport de bagages le jour 2 à Carcassonne, prévoir vos affaires pour 2 jours dans votre sac à dos journée.**

Les repas (diners, pique niques et petits déjeuners) ne sont pas prévus.

## **NOMBRE DE PARTICIPANTS ET DEPART :**

Départ libre pour les groupes constitués à partir de 8 participants.

# AVANT VOTRE DÉPART

## **TARIFS :**

Voir les tarifs sur le site Internet

## **S'INSCRIRE :**

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com  
Tél +33(0)5 61 65 20 93  
ou +33(0)6 81 53 77 75

## **Contrat de vente et acompte**

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

## **Paielement du solde :**

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

## **Validation et convocation :**

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

## **FORMALITÉS :**

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale valide

## **NIVEAU : 1.5/3**

Accessible aux enfants ayant l'habitude de rouler à partir de 12 ans. Vous avez une condition physique normale et pratiquez assez régulièrement le vélo ou une autre activité sportive.

Etape de 25 à 47km par jour, pas de dénivelé. Pour évaluer les temps de vélo, il faut savoir que sans forcer le cycliste lambda roule entre 10 et 12km/h.

Chemin parfois cahoteux (trous, racines et nids de poule), étroit et en état moyen.

## **PÉRIODE :**

D'avril à octobre.

## **DÉPART ET RENDEZ-VOUS :**

Départ de Castelnaudary.

## **Comment y aller :**

En voiture : Autoroute du sud de la France.

En train : Gare SNCF de Castelnaudary.

En avion : Aéroport de Toulouse puis train jusqu'à Castelnaudary.

## **LE PRIX COMPREND :**

- La réservation et paiement des campings et auberge de jeunesse,
- Le petit déjeuner en auberge de jeunesse,
- Le topoguide détaillé avec extraits de cartes,
- Le porte-carte,
- Le transport de bagages,
- La location et la livraison des vélos à Castelnaudary et la récupération des vélos à Marseillan.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Les repas et petits déjeuner sauf en auberge de jeunesse,
- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Le matériel de camping,
- Le matériel personnel de vélo (short, gants, sac à dos),
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Le retour à Castelnaudary,
- Les assurances.

## **ASSURANCES :**

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

**Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.**

### **Forfait n° 1 : La Multirisques**

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

### **Forfait n° 2 : Annulation**

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

## **MATÉRIEL CONSEILLÉ À EMPORTER (liste non-exhaustive) :**

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

2 sacs : 1 petit sac de selle ou de guidon, environ 10L pour mettre les affaires de la demi-journée, téléphone, appareil photo et vêtement de pluie, etc.

1 un sac de voyage transporté par le véhicule.

### **EQUIPEMENT**

- >Un casque de vélo (obligatoire !) + Bonnet et bandeau
- >Des gants de vélo
- >Des lunettes
- >Un cuissard long et court
- >T-shirt respirant (éviter le coton)
- >Maillot

### **SAC A DOS JOURNEE**

Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :

- >Une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (3L/jour/personne minimum)

**SARL LaRébenne** - 9 chemin de Malet .09000 Foix- ☎ Tel : 05.61.65.20.93 ☎ Portable : 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com [www.larebenne.com](http://www.larebenne.com)

RCP : 115 769 365 MMA Licence de voyages : LI 009 08 0001

Garant : Crédit Agricole de Foix N° P05839016PR. N° SIRET : 502 157 076 00014

- >Des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs, etc.)
- >Le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)
- >Un coupe-vent (imperméable)
- >De la crème solaire (+ protection pour les lèvres)
- >Du papier toilette et un briquet
- >Une pharmacie (voir ci-dessous)
- >Votre téléphone portable

#### **PIQUE-NIQUE (NON COMPRIS)**

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

- >Une boîte en plastique hermétique avec initiales marqués sur couvercle et boîte + élastiques larges
- >Des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

#### **SAC DE VOYAGE**

Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. A condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- >Un sac à viande (pour les séjours en gîte)
- >Des vêtements de rechange
- >Une paire de chaussures légères pour le soir
- >Un gros pull ou une veste polaire
- >Une trousse de toilette avec une serviette

#### **PHARMACIE**

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours. Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle. Voici une liste du minimum à emporter sur soi :

- >Répulsif contre les insectes
- >Du désinfectant et des bandes de gaze
- >Du sparadrap
- >De la crème de protection pour les fesses
- >Vos médicaments personnels
- >Des pastilles micropur (désinfectant pour l'eau)
- >Une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.

#### **BIBLIOGRAPHIE :**

Le canal du Midi, Collection Patrimoine, Philippe Calas, éditions Edisud, 2009

Mémoire en images- Le Canal du Midi, Philippe Calas, éditions Alan Sutton, 2005

## **APRÈS VOTRE RETOUR**

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

## **A VOTRE SERVICE**

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

#### **Vous pouvez nous contacter par :**

- Téléphone : 05.61.65.20.93
- Portable 06.81.53.77.75
- Mail : [contact@larebenne.com](mailto:contact@larebenne.com)
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 - 09000 FOIX