

**Accueil influenceur #MaPauseAubrac**

**Du 26 au 29 juin**

**@sarah\_hiking**

**Participants : Sarah Pignaud, Lola soit 2 pax + son chien**

**Chambre : une chambre twin qui accepte les chiens**

**Contact presse CRTL Occitanie :**

Mélanie Frayssinet, [melanie.frayssinet@crtoccitanie.fr](mailto:melanie.frayssinet@crtoccitanie.fr)

**Contact presse Lozère**

Julian Suau, [j.suau@lozere-tourisme.com](mailto:j.suau@lozere-tourisme.com)

**Contact presse Aveyron**

Audrey Carles, [presse@aveyron-attractivite.fr](mailto:presse@aveyron-attractivite.fr)

**Contact presse Cantal :**

Sylvie Favat, [sfavat@cantal-destination.com](mailto:sfavat@cantal-destination.com)

Partagez votre séjour et identifiez-nous :

*#MaPauseAubrac*

**Destination Occitanie Sud de France :**

@voyageoccitanie #VoyageOccitanie

<https://www.facebook.com/VoyageOccitanie>

<https://www.instagram.com/voyageoccitanie/>

**Aveyron Attractivité Tourisme:**

@TourismeAveyron et #AveyronEmotion

<https://www.facebook.com/TourismeAveyron>

[https://www.instagram.com/tourisme\\_aveyron/](https://www.instagram.com/tourisme_aveyron/)

**Tourisme Lozère :**

@Lozeretourisme et #lozeretourisme

<https://www.facebook.com/lozeretourisme>

<https://www.instagram.com/lozeretourisme/>

**Cantal Destination :**

@cantaldestination et #cantaldestination

<https://www.instagram.com/cantaldestination/>

<https://www.facebook.com/CantalDestination>

Lundi 26 juin

*@Lozeretourisme  
@voyageoccitanie  
@cantaldestination  
@TourismeAveyron  
#MaPauseAubrac*

Arrivée depuis le Mont Dore dans la matinée

Déjeuner au **Belvédère de Mallet** à Fridefont  
<https://www.belvederedemallet.fr/>

**Rando du sentier de la prunière** près de Chaudes Aigues  
12,5 km - 760 D+ (4h30 annoncé) - chien autorisé  
<https://www.auvergne-destination.com/fiches/randonnee-la-croix-de-prunieres/>

Nuit au **Domaine de l'Ours** - Camping à Saint-Urcize  
<https://domainedelours.fr/>  
Camp de base (tente en demi dur). Espace bien-être réservé de 19H à 20H  
Dîner réservé au food Truck (galettes - produits locaux) et les petits déj sur place.

Mardi 27 juin

Découverte de **Saint-Urcize, petite cité de caractère** : le village, l'église classée, la table d'orientation.  
Selon le timing, halte à la station de ski pour repérer "la quille des Gouttals", une mini rando (chien ok).

Départ vers la Lozère.

**12h00 : Pique nique à emporter pour le midi à venir chercher à Nasbinals à l'Hotel la Route d'Argent**  
HÔTEL-RESTAURANT LA ROUTE D'ARGENT\*\*  
Le Village - 48 260 NASBINALS  
<https://www.lozere-tourisme.com/hotel-restaurant-la-route-d-argent/nasbinals/hotlar0480000126>

**12h30 à 18h** : randonnée Lou Saltou - 4h30 - 15,5 km - difficile - 400m de dénivelé

Randonnée sportive dans le Parc naturel régional de l'Aubrac, à la découverte des estives, du village pittoresque des Hermaux et de la cascade du Saltou Les formes que nous offrent à voir la nature nous paraissent ici passionnantes : des orgues basaltiques aux blocs erratiques, d'où viennent ces pierres à l'apparence extraordinaire que l'on découvre aux détours de nos randonnées ?

**Indications et carte :**  
<https://www.rando-aubrac.fr/trek/44924-Lou-Saltou>

*15 min de route*

### Hébergement et dîner à l'hôtel la Route d'Argent à Nasbinals (resa ok)

Les séjours Bastide vous accueillent dans leurs 3 hôtels à Nasbinals. L'hôtel-restaurant de La Route d'Argent est situé au cœur du village. Il est le point de rencontre privilégié entre le vacancier et les autochtones. Le restaurant vous servira une cuisine de Terroir : Charcuterie de Pays, Aligot, Bœuf d'Aubrac, mais aussi ses spécialités : Ris de Veau et Saint-Jacques entre autres.

HÔTEL-RESTAURANT LA ROUTE D'ARGENT\*\*

Le Village - 48 260 NASBINALS

<https://www.lozere-tourisme.com/hotel-restaurant-la-route-d-argent/nasbinals/hotlar0480000126>

[@Lozeretourisme](#)

[@voyageoccitanie](#)

[@cantaldestination](#)

[@TourismeAveyron](#)

[#MaPauseAubrac](#)

## Mercredi 28 juin

*20 min de route*

### 9h30 à 11h30 Petite randonnée au Pic de Mus - 4KM - 1h30 - Facile

Une ascension courte mais intense sur le pic basaltique de Mus. Une belle balade pour atteindre les 1334m du Pic de Mus, cheminée basaltique au cœur du plateau granitique. De là-haut, sous la statue de Notre Dame de la Montagne, la vue porte au loin à 360° : on prend la mesure du pays

Fiche randonnée : <http://cdt48.media.tourinsoft.eu/upload/le-pic-de-mus.pdf>

Trace GPX : <http://cdt48.tourinsoft.com/upload/trace/ITILAR048V50EJEJ.gpx>

<https://www.gevaudan-authentique.com/prestataires/le-pic-de-mus/>

Se garer à Saint-Laurent-de-Muret

48100 Saint-Laurent-de-Muret

*25 min de route*

### 12h00 - 13h30 Déjeuner (Lozère) : restaurant Buron de Born resa ok

Ouvert de mai à octobre, le buron de Born est l'une des étapes les plus typiques de l'Aubrac.

Ce buron est situé à plus de 1000 m d'altitude près du lac de Born, à une dizaine de kilomètres de Nasbinals. Ici on vient de loin pour manger un bon Aligot-Pièce de Boeuf d'Aubrac accompagné d'un verre de Marcillac, et il est même possible de commander du Rétortillat ou Truffade si vous le souhaitez.

BURON DE BORN

Route des lacs D52

48260 MARCHASTEL

<https://www.lozere-tourisme.com/buron-de-born/marchastel/reslar048fs000sj>

*35 min de route*

## 14h : RDV à l'office de tourisme de Laguiole - accueil par Aurore

*14h à 18h : Randonnée au départ de Laguiole - [Le roc des Cabres](#)*

*Si vous souhaitez récupérer la fiche rando de ce circuit, vous pouvez vous rendre à l'office du tourisme de Laguiole (ouverture à 14h).*

*Si vous pouvez télécharger l'itinéraire (GPX ou PDF) : [Le roc des Cabres](#)*

*Longueur : 12.7 km - Dénivelé positif : 320 m - Difficulté : Difficile - Durée : 3 h 12*

*Quittez le village animé de Laguiole, pour une randonnée d'une durée intéressante pour les bons marcheurs, qui associe de très beaux points de vues, et un patrimoine architectural intéressant en traversant hameaux et fermes à l'architecture typique du plateau de l'Aubrac. Si l'on grimpe au départ de la randonnée, vous redescendrez vers le village de Laguiole par le pont de Pigasse, célèbre pont en orgues basaltique qui autrefois portait une voie romaine.*

*Balisage jaune et rouge (GR de Pays du Tour des Monts d'Aubrac) du départ jusqu'au hameau Le Séguis, puis balisage jaune jusqu'à la fin.*

*Dans les pâturages il y aura potentiellement des vaches (= tenir le chien en laisse et contourner le troupeau si nécessaire).*

OU

## Randonnée Le sentier botanique

**18h : Départ de Laguiole** pour Le Martinou (15 minutes de route) : [voir l'itinéraire](#)

**18h30 : Installation au Martinou** - accueil par la fille de Mme Gasq selon l'heure

Départ du Martinou pour Estaing (20 minutes de route) : [voir l'itinéraire](#)

**19h : Accueil au restaurant** par Séverine Beauchamp de l'Office de Tourisme Terres d'Aveyron  
(06 80 81 47 09)

**19h30 : Dîner Chez Mon Père** à Estaing (réservé)

20 Rue François d'Estaing 12190 Estaing

**Tombée de la nuit (21h30)** : possibilité d'assister au **Son et Lumière d'Estaing** sur le pont gothique (durée 45 min)

Nuit en Aveyron : **Le Martinou** au Cayrol (réservé)

Située à mi-chemin entre Laguiole et Espalion, sur le territoire du parc naturel de l'Aubrac, cette ancienne étable en pierre a été entièrement remaniée pour accueillir les hôtes. Le Martinou est une grande maison de caractère avec son toit d'ardoises du Cayrol, sans aucun autre vis à vis que les prés et la campagne environnante !

Anglars 12500 Le Cayrol

<https://www.chambres-hotes-laguiole.com/fr>

[@Lozeretourisme](#)

[@voyageoccitanie](#)

[@cantaldestination](#)

[@TourismeAveyron](#)

[#MaPauseAubrac](#)

[@terresdaveyron.tourisme](#) (Estaing + hébergement du soir)

**Jeudi 29 juin**

**8h/8h30** : Départ du Cayrol pour Estaing (20 minutes) - possibilité de laisser des affaires à l'hébergement si nécessaire

**8h30/9h** : **Randonnée Circuit des deux vallées** entre Estaing et Coubisou - durée adaptée si nécessaire

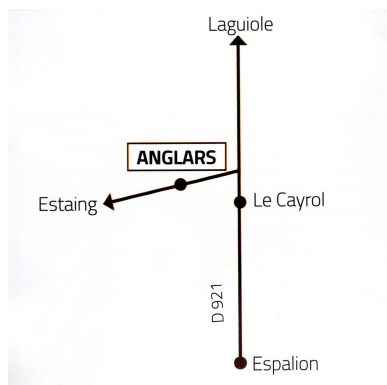
Longueur : 11 km - Dénivelé positif : 400 m+ - Difficulté : Randonneur aguerri - Durée : 3 h 30

[https://www.caravelis.com/xml/oi/TFO428754561400/TFO428754561400-17a/medias/pdf/30---circuit-des-deux-vall\\_es.pdf](https://www.caravelis.com/xml/oi/TFO428754561400/TFO428754561400-17a/medias/pdf/30---circuit-des-deux-vall_es.pdf)

**13h : Pique-nique aux Ardoisières d'Anglars du Cayrol assuré par Vroom Cantine Nomade**

Accueil et commentaires par M.Moisset, président de l'association

Découverte du site d'extraction de la lauze traditionnelle, pique-nique/apéritif près de la grotte où sont entreposées des cuvées de Vin d'Estaing produit sur les contreforts de l'Aubrac (repli vers l'église fortifiée en cas de pluie). Selon le temps restant, découverte rapide du Musée des ardoisières.



Le site des ardoisières se trouve à Anglars du Cayrol -  
Coordonnées GPS : lat: 44.59 73 90/ long: 2.76 81 66

**14h30** : Départ en début d'après midi vers le Mont Dore  
Le Cayrol - Le Mont Dore (2h45 de route)

*@Lozeretourisme  
@voyageoccitanie  
@cantaldestination  
@TourismeAveyron  
#MaPauseAubrac*

*@terresdaveyron.tourisme (randonnée + pique-nique + visite)*