

**Accueil influenceur #MaPauseAubrac**

**Du 6 au 9 octobre**

**@Chaloumar360**

**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>

**Vendredi 6 octobre**

*@Lozeretourisme  
@voyageoccitanie  
@cantaldestination*

*@TourismeAveyron*

*@Terres d'Aveyron Tourisme*

*#MaPauseAubrac*

8h30 : retrait du véhicule de location au comptoir Europcar de l'aéroport de Montpellier cf voucher)

Arrivée en fin de matinée sur les contreforts de l'Aubrac (Vallée du Lot)

[@terresdaveyrontourisme](#)

### **Arrêt à la Coulée de lave de Roquelaure (appelé localement "Clapas de Thubiès")**

À ne pas manquer la "Coulée de lave de Roquelaure". Improprement nommée, car il s'agit en fait d'un éboulis de rochers basaltiques qui s'étend sur les pentes de la colline de Roquelaure, dominant le village de Saint- Côme-d'Olt et la Vallée du Lot.

[https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/sites-naturels/la-coulee-de-lave-lassouts\\_TFO183388124567](https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/sites-naturels/la-coulee-de-lave-lassouts_TFO183388124567)

Point d'arrêt : [Chaos rocheux - Clapas de Thubiès à Chaos rocheux - Clapas de Thubiès, D206, 12500 Lassouts - Google Maps](#)

### **12h : Déjeuner au Saint-Damien à Saint-Côme d'Olt -**

Lucie et Jean-Philippe vous proposent une cuisine généreuse et gourmande faite maison !

Au choix 2 plats (poisson ou viande) / 2 desserts

*Place de la Fontaine*

*12500 St-Côme-d'Olt*

*lesaintdamien@gmx.fr*

[https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/restaurants/le-saint-damien-st-come-d-olt\\_TFO381081604561](https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/restaurants/le-saint-damien-st-come-d-olt_TFO381081604561)

Balade digestive à la découverte du **village de Saint-Côme d'Olt** classé parmi les « Plus Beaux Villages de France » en Aveyron

<https://www.tourisme-aveyron.com/fr/voir-faire/decouvrir-aveyron/villes-et-villages/saint-come-d-olt/decouvrir-saint-come-d-olt>

**Saint-Côme-d'Olt (départ vers 14h30) -> Le Cayrol : 20 minutes de route**

### **15h : Visite de la Ferme de la Fenadou au Cayrol -**

**(élevage caprin et bovin - production de légumes bios)**

Sur l'Aubrac, le relief pentu des contreforts se prête plus à l'élevage de chèvres. Partez avec elles en balade pour profiter de la vue sur la vallée du Lot et dégustez les produits réalisés à base de leur lait.

*Barruges*

*12500 Le Cayrol*

[La Fenadou - Elevage de chèvre, Le Cayrol | Tourisme Aveyron \(tourisme-aveyron.com\)](#)

**Le Cayrol (départ vers 16h30) -> Estaing : 20 minutes de route**

A voir sur la route en fonction du timing : **Arrêt photo au village d'Estaing classé parmi les "Plus Beaux Villages de France" en Aveyron puis départ pour l'hébergement.**

Point d'arrêt : [Parking, 12190 Estaing à Point de vue pont d'Estaing - Google Maps](#)

**Estaing (départ vers 17h30) -> Entraygues-sur-Truyère (hébergement) : 25 minutes de route**  
**Merci d'informer votre hébergeur en cas de retard**

**Vers 18h : Accueil au Domaine de Méjanassère à Entraygues-sur-Truyère -**

Sur des coteaux escarpés, 4 hectares de vignes dominant les vallées du Lot et de la Truyère, vous y découvrirez le processus de production et de transformation du vin.

*Méjanassère*

12140 Entraygues-sur-Truyère

<https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/artisans-entreprises/domaine-de-mejanassere-vins-d-entraygues-le-fel-entraygues-sur-truyere> TFO16016628761

**Dîner et nuitée (petit-déjeuner inclus) au domaine de Méjanassère à Entraygues-sur-Truyère -**

Vous aimerez les maisons de pierre de Méjanassère, les coins fleuris, la vue splendide sur la Vallée du Lot et un grand jardin où pourront s'épanouir les enfants.

<http://www.domaine-de-mejanassere.fr/>

<https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/locations-vacances/mejanassere-%E2%80%AFh12h007299-entraygues-sur-truyere> TFO159797170885

**Samedi 7 octobre**

**9h : départ d'Entraygues-sur-Truyère -> Laguiole : 40 minutes de route**  
[voir l'itinéraire](#)

[@tourismeenaubrac](#)

**9h45 : Visite de la Coopérative Fromagère Jeune Montagne**

Le Laguiole : un fromage ! Une visite pour connaître les secrets de cette appellation.

Miki Kawamoto (service communication) et Christophe Lagarde (responsable qualité du lait et fromages) vous accompagneront dans ce moment de découverte et de partage de savoir-faire.

*Pour des questions de sécurité un petit temps sera réservé uniquement aux adultes pour la réalisation de photos dans l'atelier de fabrication et d'affinage.*

*La Borie Neuve*

12210 Laguiole

<https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/artisans-entreprises/cooperative-fromagere-jeune-montagne-laguiole> TFO16016629270

**10h45 : Coutellerie Benoit L'Artisan (*Benoît ne sera pas présent lors de la visite*)**

La Coutellerie Benoit l'Artisan, labellisée entreprise du Patrimoine Vivant, a été créée en 1999 par Benoit Mijoule, Maître Artisan en métiers d'Art et finaliste du concours "un des meilleurs ouvriers de France" en 2011. Découvrez sa passion et ses créations au travers de la visite de son atelier.

*21 Allée de l'Amicale*

12510 Laguiole

[contact@benoit-artisan.com](mailto:contact@benoit-artisan.com)

<https://www.laquiote-benoit.com/>

**11h30 : Départ de Laguiole -> Buron de Camejane : 25 minutes de route**

*(Pour info, sur le chemin : le village d'Aubrac et le lac des Moines)*

**12h : Déjeuner au buron de Camejane à Saint-Chély d'Aubrac**

Au cœur du plateau de l'Aubrac, découvrez le charme et l'authenticité d'un buron.

Dégustez un aligot traditionnel, tourné devant vous et cuit au feu de bois.

Sent. de Camejane

12470 Saint-Chély-d'Aubrac

[https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/restaurants/buron-de-camejane-st-chely-d-aubrac\\_TFO087317050075](https://www.tourisme-aveyron.com/fr/diffusio/restaurants/buron-de-camejane-st-chely-d-aubrac_TFO087317050075)

14h30 : Départ Lozère

*40 min de route*

**15h15 (ou avant) à 17h00 Après-midi : Parc des loups du Gevaudan**

Immergé au cœur des forêts de pins de l'Aubrac, parcourez les petits sentiers du parc et découvrez la majesté des meutes.

Votre journée sera rythmée selon vos souhaits par une visite guidée et des moments de convivialité sur nos différentes attractions.

Une expérience unique que vous n'êtes pas prêts d'oublier !

*PARC DES LOUPS DU GEVAUDAN*

*Hameau de Sainte-Lucie*

*48100 SAINT-LEGER-DE-PEYRE*

<https://www.lozere-tourisme.com/parc-des-loups-du-gevaudan/saint-leger-de-peyre/loiloz048fs00043>

*35 min de route*

**Dîner et Nuitée : Hôtel restaurant la Route d'Argent à Nasbinals**

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.

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

*Le Village*

*48260 NASBINALS*

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

**Dimanche 8 octobre**

*@Lozeretourisme*

*@voyageoccitanie*

*@cantaldestination*

*@TourismeAveyron*

*#MaPauseAubrac*

*10 min de route*

### **10h à 11h30 Découverte de la cascade du Déroc**

La cascade du Déroc domine de 30 mètres la petite vallée glaciaire du ruisseau de Gambaïse : points de vue imprenables sur la région de Marchastel avec, en arrière plan, les vastes étendues de l'Aubrac granitique lozérien.

On accède à la cascade depuis un petit chemin qui part de la commune de Nasbinals. Suivant le ruisseau, on arrive au bord du ravin. Là, l'affluent du Bès et les eaux du lac de Salhiens se précipitent depuis le rebord de basalte sous laquelle s'est formée une grotte. Son plafond est constitué de gros prismes basaltiques remarquables par leur géométrie. Cette grotte découverte par le docteur Prunière devait servir de refuge aux brigands de grands chemins.

**CASCADE DU DEROC**

*Village*

48260 NASBINALS

<https://www.lozere-tourisme.com/cascade-du-deroc/nasbinals/pnalar048000099>

*15 min de route*

### **12h00-13h30 Déjeuner au Buron du Che**

Situé au coeur de l'Aubrac, "le Buron du Ché" est le rendez-vous incontournable des gastronomes.

Vous pourrez y déguster les spécialités du terroir comme l'Aligot traditionnel au feu de bois, la tête de veau sauce ravigote, la truffade, ainsi que tripoux, saucisses, ris de veau aux morilles, boeuf, magret et porc du terroir.

**BURON DU CHE**

Le Ché - 48260 NASBINALS

<https://www.lozere-tourisme.com/auberge-de-la-tourre/marchastel/reslar048fs000wi>

*45 min de route pour accéder à Maurines depuis la cascade du Déroc*

### **14H/14h15 Installation à la maison d'hôtes et découverte de la maison**

Chez Marinette GUILBOT - 3 rue de la Fontaine - 15 110 FRIDEFONT

<https://mquillbot.wixsite.com/fermequillbot>

Un couple d'agriculteurs qui a à coeur d'échanger.

**15H Église de Fridefont** - Possibilité de suivre pendant 30 min une Animation du Pays d'Art et d'histoire sur place (Marinette Guilbot y participe).

*20 min de trajet*

### **16H RDV pour la randonnée accompagnée avec Thierry Ballay, AMM**

L'Aubrac, côté gorges de la Truyère et écoute du brame de cerf dans les bois.

<https://www.plusloin-rando.com/accompagnateur-en-montagne/randonnee-en-aubrac/>

**Dîner à 20H30 à la maison d'hôtes** - Fridefont

Lundi 9 octobre

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

**9H30- 13H La ferme du Verdier à Lieutadès** - Michèle et Bernard Primois

Petite ferme en polyculture-élevage telle que les fermes existaient il y a encore 50 ans : découverte de vieux métiers, de la flore, de la gastronomie...

Visite de la ferme et présentation des animaux puis atelier "fabriquer une corde".

Pique-nique à la ferme.

[La Ferme du Verdier - LIEUTADES - FRANCE](#) -

**13H30 - 14H30 Chaudes-Aigues** : RDV à l'Office de Tourisme - 3 place du gravier

Découverte rapide du village et plus particulièrement de la source d'eau chaude du Par et du Musée Géothermia.

<https://www.pays-saint-flour.fr/>

**14H30 Retour vers Montpellier**