



2021 ANNEE EUROPEENNE DU RAIL



A portée de rails 2021-2022

Ce catalogue a été créé en partenariat avec l'agence EKITOUR et LES OISEAUX DE PASSAGE. Il décline 2021 Année européenne du rail, avec des circuits et séjours en Occitanie à faire en groupe en utilisant le train et en privilégiant les modes de déplacement doux et les transports en commun.

Ils sont à retrouver sur www.escalemed.fr avec des illustrations (et d'autres propositions dans la rubrique PRODUITS). Suivez nous aussi sur Instagram, LinkedIn et Facebook.

Sommaire :

■ LE CANAL DU MIDI DES VOYAGEURS GOURMANDS

7 jours – 6 nuitsde page 2 à page 5

3 jours – 2 nuits.....de page 6 à page 8

2 jours – 1 nuit.....de page 9 à page 11

■ EN ETOILE AUTOUR DE MONTPELLIER

5 jours – 4 nuits.....de page 12 à page 14

■ UNE SEMAINE A NIMES

8 jours – 7 nuits.....de page 15 à page 17

POUR EN SAVOIR PLUS ET DEMANDER UN DEVIS SUR MESURE

MERCI DE CONTACTER Murielle 06 03 85 98 94 murielle.bousquet@escalemed.fr

Le Canal du Midi des voyageurs gourmands (7 jours - 6 nuits) de Toulouse à Montpellier

A partir de 1 318 euros par personne pour un circuit sur sept jours entre la gare de Toulouse et celle de Montpellier, à vélo à assistance électrique, avec le port des bagages par notre partenaire. L'hébergement est prévu en chambre double en hôtels labellisés ACCUEIL VELO.

Devis sur mesure en fonction de la saison et de la taille du groupe : programme à partir de 10 personnes

*Ce voyage relie en vélo les deux capitales GRANDS SITES OCCITANIE, en longeant le Canal du Midi. L'équipe d'EscaleMED mobilise **cinq productrices et producteurs** complices pour des escales gourmandes au parfum de Méditerranée.*

Jour 1 : Toulouse : journée libre

Vos goûts et vos envies vous guident dans votre visite de Toulouse, Grand Site Occitanie : place du Capitole, berges de la Garonne, Couvent des Jacobins, Basilique Saint-Sernin, musée des Augustins, musée d'art moderne des Abattoirs, Cité de l'Espace... Nos suggestions figurent dans le Carnet de voyage envoyé avant le départ.

Vous avez juste à passer récupérer les vélos à assistance électrique dans l'agence de notre partenaire, proche de la gare Matabiau. La nuit est réservée dans un établissement de charme ** en centre ville (à moins de 10 minutes à pied de la gare Matabiau), labellisé ACCUEIL VELO.

Jour 2 : Toulouse – Castelnaudary (60 km)

C'est avec une voie verte sur 50 kilomètres que commence le voyage en vélo pour se familiariser avec l'ambiance du Canal du Midi. Au seuil de Naurouze, un arrêt est proposé pour un déjeuner : menu du jour dans un restaurant bistrannique associé à un potager de 3 000 m². Un peu plus loin, aux abords de l'écluse de la Méditerranée un arrêt est suggéré à la Poterie Not, labellisée *Entreprise du Patrimoine Vivant*, où est encore tournée la fameuse *cassole*, plat en terre utilisé pour cuisiner le plat du terroir de l'Occitanie, le cassoulet.

Le seuil de Naurouze est sur la ligne de partage des eaux entre Atlantique et Méditerranée. Il constitue le point le plus élevé du Canal du Midi : c'est de là que les eaux amenées de la Montagne Noire par une rigole alimentent le Canal du Midi sur les deux versants. Il est un lieu symbolique de l'œuvre de Pierre-Paul Riquet, personnage emblématique de ce voyage. L'entrepreneur général des gabelles, né à Béziers en 1609 et mort à Toulouse en 1680 à Toulouse, a conçu et réalisé le Canal du Midi.

L'hôtel *** labellisé ACCUEIL VELO est réservé à Castelnaudary. Le dîner dans un restaurant de la ville célèbre le cassoulet.

Castelnaudary possède le plus important port de plaisance du Canal du Midi et c'est la capitale du cassoulet. Ce ragoût aurait été cuisiné pour la première fois durant le siège de la ville pendant la guerre de cent ans, pour redonner force aux défenseurs. Le plat associe plusieurs viandes au départ à des fèves et depuis le XVIe siècle à des haricots, tarbais dans la recette traditionnelle. Il est préparé dans une cassole.

Jour 3 : Castelnaudary – Carcassonne (42 km)

Le chemin est parcouru en matinée pour une arrivée pour le déjeuner dans un restaurant de la Cité. L'hôtel de charme*** labellisé ACCUEIL VELO est réservé : c'est une bâtisse du XVIIIe siècle proche de la Cité comme du Canal du Midi. Dans l'après-midi, une visite guidée de la Cité est programmée avec Martine, guide conférencière complice. La pause historique fait vivre personnages, monuments, sites et produits pendant deux heures : Martine est aussi formatrice des guides gourmands Destination Occitanie et complice de l'équipe d'EscaleMED. Le dîner est réservé à proximité de l'hôtel.

La Cité fortifiée de Carcassonne et le château comtal du XIIIe siècle sont, comme le Canal du Midi, inscrits sur la liste du patrimoine mondial par l'UNESCO.

Jour 4 : Carcassonne – Homps (41 km)

L'itinéraire passe par le port de Trèbes puis rejoint l'étang asséché de Marseillette, pour un premier rendez-vous chez des producteurs partenaires. **Au Domaine Saint-Gabriel**, Lisa ou Laurent fait découvrir leur double activité et propose une dégustation de leurs vins. Ils sont vignerons et riziculteurs. Le déjeuner est proposé dans un restaurant au bord du Canal du Midi : il sert le riz du Domaine Saint-Gabriel.

A l'ère tertiaire, la mer recouvrait cette terre. Lorsqu'elle s'est retirée elle a laissé des étangs derrière elle. Celui de Marseillette a été asséché. Il est parcouru par des canaux d'irrigation. Le riz au XIXe siècle y était cultivé sur de grandes surfaces. Aujourd'hui on y trouve surtout des vignes et des arbres fruitiers mais aussi les rizières du Domaine Saint Gabriel.

A Homps, l'étape se fait dans une résidence hôtelière ou exceptionnellement dans plusieurs chambres d'hôtes. La découverte de port Minervois et du lac de Jouarres peut se poursuivre par un passage à la Maison des vins du Minervois : sur le quai des tonneliers, les vignerons présentent plus de 200 étiquettes. Une très bonne table a été sélectionnée en bordure du Canal du Midi.

Jour 5 : Homps - Nissan - lez - Ensérune (50 km)

Une étape est proposée pour une visite du moulin à huile de Bize-Minervois, **l'Oulibo**. Les guides gourmands Destination Occitanie font découvrir l'histoire mythique de l'olivier, la fabrication des huiles d'olive, présentent et font déguster huiles et olives préparées dans le moulin labellisé Entreprise du Patrimoine Vivant. Le déjeuner est servi au bord de l'eau, dans un restaurant du petit port du Somail.

L'ensemble architectural du Somail a été construit par Pierre-Paul Riquet pour être la troisième nuitée des voyageurs de la barque de poste au départ de Toulouse et la deuxième au départ d'Agde.

Le parcours passe par Capestang et c'est dans une résidence hôtelière*** labellisée ACCUEIL VELO à Nissan - lez - Ensérune que le diner et la nuit sont réservés.

Jour 6 : Nissan – lez – Ensérune - Marseillan

En quittant la résidence hôtelière, le parcours ouvre sur l'ensemble que constituent le tunnel du Malpas, l'oppidum d'Ensérune, le port de Colombiers et l'étang asséché de Montady. A l'entrée de Béziers, le site des neuf écluses de Fonséranes est traversé.

Les aménagements récents du site des neuf écluses de Fonséranes, incluant la présentation d'un film en cinéma immersif dans la maison de site - Coche d'eau, mettent en valeur la prouesse technique du XVIIe siècle. Huit bassins et neuf portes se succèdent sur 312 mètres avec 21,5 mètres de dénivelé.

Une visite de la **Brasserie Alaryk** est proposée. Inspirées par le terroir viticole du Languedoc, les bières sont biologiques et sans additif. Le riz de Marseillette y est par exemple utilisé pour faire une bière sans gluten. Une dégustation associe une bière de saison et une bière vieillie en barriques dans les Chais de la Brasserie.

Le déjeuner est servi dans un restaurant de Béziers puis le voyage reprend vers la plage de Marseillan via l'écluse ronde d'Agde et l'embouchure du Canal du Midi dans la Lagune de Thau à la Pointe des Onglous. L'hôtel ** est au bord de la Méditerranée et le dîner y est servi.

Jour 7 Marseillan – Sète (18 km)

Les Caves Richemer ouvrent les portes de leur cave historique et de leur nouvelle unité de production pour un jeu de piste qui associe visites à atelier culinaire déjeunatoire et dégustation des vins de la gamme Terre & Mer.

L'après-midi il s'agit de rejoindre Sète par la voie verte qui longe la Méditerranée, puis de choisir la visite du port, un des musées de la ville ou tout simplement de se promener dans les rues de la presqu'île singulière. Le diner et l'hôtel sont réservés sur le port.

Jour 8 Sète - Montpellier (38 kilomètres)

C'est en suivant le Canal de Sète au Rhône que l'itinéraire est prolongé. Une étape est proposée pour visiter la cathédrale de Maguelone et déjeuner au Comptoir des compagnons. C'est à Palavas que l'itinéraire quitte le canal pour longer le fleuve, le Lez. Le site archéologique Lattara et le musée Henri Prades ou la Maison de la Nature sont des étapes possibles à Lattes.

L'hôtel** labellisé ACCUEIL VELO est réservé à Montpellier. Le dîner est libre.

La découverte du centre historique de Montpellier, l'Ecusson, associe le Peyrou, la cathédrale, le jardin des plantes, les places et rues piétonnes... le musée Fabre, l'Hôtel des Collections...

Le prix comprend :

- La location d'un vélo sur les sept jours et le transport d'un bagage d'étape en étape
- 8 nuits et petits déjeuners en hôtel *** labellisé ACCUEIL VELO
- 7 déjeuners et 6 diners
- Les visites du programme

Le prix ne comprend pas :

- Les transports
- Les boissons, les achats chez les producteurs et les autres dépenses personnelles

Le Canal du Midi des voyageurs gourmand à vélo à assistance électrique, de la gare de Narbonne à celle de Sète

3 jours et 2 nuits

A partir de 633 euros par personne pour un circuit sur trois jours entre la gare de Narbonne et celle de Sète en vélo à assistance électrique, avec le port des bagages par notre partenaire. L'hébergement est prévu en chambre double en hôtels labellisés ACCUEIL VELO, pour une nuit en résidence * et pour une nuit en hôtel **.**

Devis sur mesure en fonction de la saison et de la taille du groupe : programme à partir de 10 personnes

L'arrivée en train, le choix du VAE et le service de transport des bagages assurent le confort de ce programme qui relie Narbonne à Sète, en prenant le Canal du Midi comme épine dorsale. Les ouvrages d'art du Canal du Midi, inscrit par l'UNESCO au patrimoine mondial, ponctuent l'itinéraire. Les escales à 11 heures, au moulin à huile d'olive l'Oulibo, à la brasserie BIO Alaryk et aux Caves Richemer teintent le parcours de gourmandise. Les productrices et producteurs rencontrés racontent leurs produits et les font déguster. Elles et ils disent leur Canal du Midi.

Jour 1 : De Narbonne à Nissan-les-Ensérune via le Somail (50 km)

Juste après avoir quitté la gare, avec vos carnets de voyage, vous suivez le Canal de la Robine, branche latérale du Canal du Midi qui relie l'Aude à la Méditerranée également inscrite sur la liste du patrimoine mondial par l'UNESCO. L'itinéraire rejoint Sallèles d'Aude, où le musée de fouilles, Amphoralis, présente des amphores du site de l'atelier de potiers gallo-romains. Il poursuit vers Bize Minervois. L'étape au moulin à huile de l'Oulibo prend plusieurs formes : **à 11 heures, la visite de l'Odysée de l'olivier** met en scène l'histoire de l'arbre mythique méditerranéen, un atelier de fabrication de tapenade et un repas dans un restaurant partenaire sur le double thème des olives Lucques du Languedoc (AOP) et des vins du Minervois valorisent les olives et les huiles. Le nom du menu est éloquent : *Les Délices de l'Oulibo*.

Le périple le long du Canal du Midi commence au port du Somail, port d'escale fortement imprégné de l'atmosphère du XVIIe siècle.

Le port du Somail a été construit comme l'étape de couchée (le mot somail aurait un lien avec le mot sommeil) par le concepteur du Canal du Midi, Pierre-Paul Riquet. C'était la troisième nuitée des voyageurs de barque de poste au départ de Toulouse et la deuxième d'Agde vers Toulouse. L'Auberge est restée identique à ce qu'elle était en 1773. La chapelle et une glacière témoignent de ce passé. Le pont Saint-Marcel en dos d'âne est remarquable par sa voûte en anse de panier.

L'hôtel - résidence de Nissan-lez-Ensérune *** avec piscine a été choisi comme hébergement : il est labellisé ACCUEIL VELO. Le dîner y est servi dans le restaurant O 33. L'étape à Nissan-lez-Ensérune ouvre

sur les richesses patrimoniales des alentours : site archéologique de l'oppidum d'Ensérune, étang asséché de Montady, port du Colombiers...

Jour 2 : De Nissan -Les-Ensérune au Cap d'Agde via Béziers (environ 50 km)

L'arrivée à Béziers se fait par les neuf écluses de Fonsérannes, ouvrage majeur du Canal du Midi. Un arrêt à la maison de site permet aussi de découvrir le site sous un autre angle, avec des séances de cinéma immersif qui mêlent images de synthèse, vidéos, dessins... et le récit d'un archiviste.

L'échelle d'écluses comporte huit bassins de forme ovoïde et donc 9 portes permettant de franchir une dénivellation de 21,50 m sur une longueur de 312 m, sept portes étant utilisées. La majesté du lieu et la prouesse technique que cela représentait en matière de génie civil impressionnent. La présence de bâtiments traditionnels comme le coche d'eau, les écuries et la maison de l'éclusier est émouvante.

A 11 heures, une visite dégustation apéritive de la Brasserie Alaryk est le second rendez-vous. Elle associe la découverte des ingrédients et du process de fabrication à la dégustation de plusieurs bières BIO produites. Un déjeuner est réservé dans un restaurant de Béziers avant de partir rejoindre le Canal du Midi vers Portiragnes et Vias puis vers l'écluse ronde d'Agde. La cathédrale, les ateliers et galeries de la Perle noire, cité construite en pierre volcanique, le musée de l'Ephèbe, la Villa Laurens, joyau de l'Art Nouveau, ... Le Belvédère de la Criée du Grau d'Agde font parties des incontournables.

L'hôtel ** Le Belle Vue a été choisi comme hébergement au Cap d'Agde, à quelques mètres d'une plage de Méditerranée propice à la balade. Il possède un garage à vélos et est labellisé ACCUEIL VELO. Le dîner est servi dans un restaurant du port, à 5 minutes à pied.

Jour 3 : Du Cap d'Agde à Sète via Marseillan (environ 50 km)

A la sortie de la station balnéaire, un rendez-vous est donné avec une viticultrice ou un viticulteur des Caves Richemer dans le Domaine de Maraval, vignoble cultivé sous charte environnementale, pour une présentation des caractéristiques géologiques et climatiques, des cépages et du métier et pour une expérience de dégustation sur site de la cuvée Maraval. Les vélos sont repris pour traverser la réserve naturelle du Bagnas et rejoindre la Cave historique de Marseillan plage. Un atelier culinaire et un déjeuner y sont proposés, avant une visite de la Perle de Thau, nouvelle unité de production à ne pas manquer avec sa cuverie en rayons. Une halte aux Chais du port puis c'est le dernier passage au-dessus du Canal du Midi, à la pointe des Onglous.

La pointe des Onglous est l'extrémité orientale du Canal du Midi. C'est là que les eaux du canal se mélangent avec celles de la lagune de Thau, que l'on nomme ici étang. Ponctué par un petit phare à l'extrémité d'une jetée, ce lieu symbolique offre un panorama de rêve sur les parcs à huîtres, le Mont Saint-Clair à Sète...

Il s'agit alors de pédaler sur la voie verte du Lido. La bande sableuse fait environ 11 kilomètres de long entre Marseillan et Sète et de 1 à 2 mètres de largeur. Elle sépare la l'étang de Thau de la mer. La traversée de la ville mène à la gare. Les vélos sont restitués dans l'agence de notre partenaire.

Le port de Sète, le musée Paul Valéry, le MIAM (musée international des arts modestes), l'espace Brassens font partie des incontournables de la presqu'île singulière.

Le prix comprend :

- Le carnet de voyage élaboré par Murielle de l'agence EscaleMED
- La location d'un vélo à assistance électrique et le transport d'un bagage sur les trois jours, entre les agences de Narbonne et de Sète de notre partenaire (à grande proximité de la gare dans les deux cas)
- Une nuit et petit déjeuner en hôtel résidence *** et une nuit et petit-déjeuner en hôtel **, les deux étant labellisés ACCUEIL VELO
- Un dîner au restaurant O33
- La visite de l'Odyssée de l'olivier, la dégustation et l'atelier tapenade à l'Oulibo
- Un déjeuner à l'Auberge de La Sélette à Bize Minervois, menu *Les Délices de l'Oulibo*
- La visite de la Brasserie Alaryk et une dégustation de bières BIO
- Un déjeuner au restaurant le Chameau Ivre, en centre ville de Béziers
- Un dîner sur le port du Cap d'Agde
- Une dégustation au Domaine de Maraval, un atelier culinaire, un déjeuner dans la cave historique des Caves Richemer

Le prix ne comprend pas :

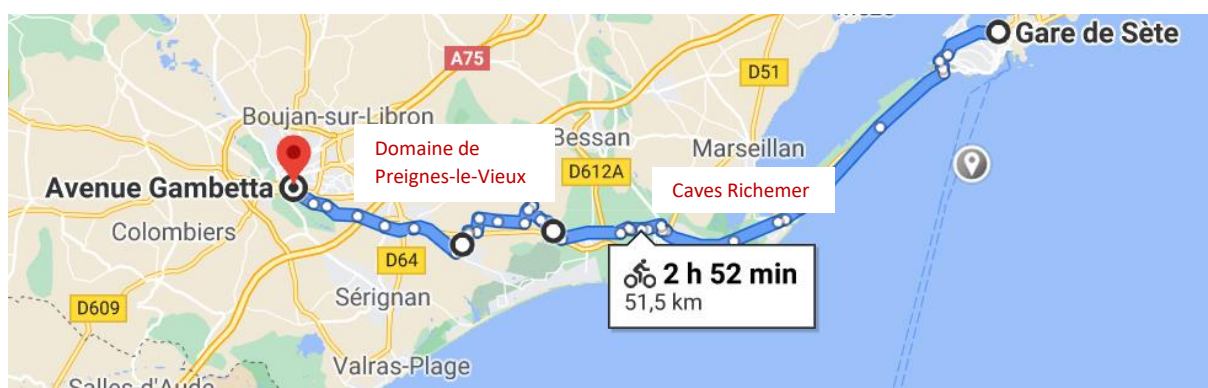
- Les boissons non précisées dans le descriptif
- Vos achats chez les producteurs et les autres dépenses personnelles

Le Canal du Midi des voyageurs gourmands

2 jours – 1 nuit de Béziers à Sète

A partir de 277 euros par personne pour un circuit sur deux jours entre la gare de Béziers et celle de Sète : une visite et une dégustation chez un vigneron indépendant, un accueil par une coopérative avec un jeu de piste, la visite de la nouvelle unité de production et un repas dégustation dans une cave historique, une nuitée en hôtel *** en bord de plage à Marseillan (en chambre double / twin), la location d'un vélo de route et ses sacoches sur deux jours, un déjeuner et un dîner.

Devis sur mesure en fonction de la saison et de la taille du groupe : programme à partir de 10 personnes



Le vin est une composante essentielle des paysages et de l'économie du Languedoc. On oppose parfois vignerons indépendants et caves coopératives. Sur cinquante kilomètres à parcourir à vélo, un itinéraire a été retenu pour aller à la rencontre d'un domaine familial et d'un réseau de sites d'une même coopérative, tous les deux labellisés ACCUEIL VELO. Le parcours longe le Canal du Midi, traverse des réserves naturelles et joue à cache-cache avec de belles plages méditerranéennes. Il lie les gares de Béziers et de Sète, Grands Sites Occitanie, qu'il invite à découvrir. Les gestes et le patrimoine, les caractères et les expressions des cépages locaux sont à l'honneur pour prendre le temps de vraies rencontres, avec le Canal du Midi comme support.

Un carnet de voyage vous est remis : il précise votre programme et votre itinéraire.

Jour 1 : DOMAINE DE PREIGNES-LE-VIEUX ET CITE D'AGDE

Le vélo récupéré dans l'agence de notre partenaire à 600 mètres de la gare de Béziers, le voyage commence par rejoindre puis suivre le Canal du Midi. A l'écluse de Portiragnes, la direction du **Domaine de Preignes le Vieux**, labellisé ACCUEIL VELO est prise.

La traversée des vignes met dans l'ambiance du domaine aux trois terroirs d'un seul tenant et aux dix-huit cépages travaillés. La visite commence dans les vignes, se poursuit autour du château du XIIIe siècle en pierre de lave puis c'est la découverte des installations de vinification et du chai d'élevage, avant la dégustation. Au domaine historique et à l'histoire familiale est associée une large gamme de vins. C'est Pierre-Jean qui, pendant deux heures, guide le groupe, raconte, explique et conseille.

Le déjeuner est servi dans un restaurant de la Cité d'Agde. La présence du basalte, utilisé pour construire le château de Preignes-le-Vieux, est le thème d'une balade qui va de la cathédrale Saint-Etienne, église fortifiée commencée en 872 aux galeries et ateliers d'artistes de la Perle noire « ville et métiers d'art » et se termine avec l'écluse ronde, construite en 1670 pour mettre en relation Agde avec le Canal du Midi. L'itinéraire est repris pour rejoindre les premières vignes des Caves Richemer, traverser la Réserve naturelle du Bagnas et atteindre Marseillan plage. Une balade sur la plage peut être tentante, avant le dîner et la nuit à l'hôtel.

Jour 2 : MARSEILLAN ET CAVES RICHEMER

Tout près de l'hôtel, à Marseillan plage, la cave historique des **Caves Richemer**, construite en 1950, est la première étape d'une boucle. Le jeu de piste à vélo « Votre escale entre terre et mer » relie les cuves en béton à celles en inox de la nouvelle unité de production ouverte en 2020, la Perle de Thau. Il passe par des vignes et les Chais du port. Il longe la Lagune de Thau et traverse le Canal du Midi. Il se termine devant la statue de Bacchus qui orne la façade de l'ancienne cave de Marseillan-plage.

Valeurs de la coopération, viticulture et vinification, patrimoines et histoire sont des thèmes abordés par les guides des Caves Richemer, dont quatre guides gourmands Destination Occitanie, Emmanuelle, Valérie, Laëtitia et Maxime. La récompense est un repas dégustation : il est servi dans la cave historique et associe des produits de la mer et de la terre à des vins de la gamme de vins baptisée *Terre et Mer*.

Au plus court, la gare de Sète est rejointe en longeant la Méditerranée, en empruntant la voie verte du Lido. L'option par Mèze et Bouzigues contourne la Lagune de Thau.

Le vélo est rendu à notre agence partenaire de Sète.

Le prix de 277 euros par personne comprend :

- La location d'un vélo de route et ses sacoches sur deux journées, de l'agence de location de Béziers à celle de Sète
- Un dîner, une nuit et un petit-déjeuner à l'hôtel *** le Richemont à Marseillan-plage et l'utilisation du garage de l'hôtel pour mettre le vélo à l'abri
- Un déjeuner dans un restaurant d'Agde
- Une visite dégustation du Domaine de Preignes-le-Vieux
- La participation au jeu de piste *Votre escale entre terre et mer* associant visite de la nouvelle unité de production des Caves Richemer, la Perle de Thau, et dégustations de leurs vins
- Un déjeuner favorisant les accords entre les produits de la terre et de la mer et les vins de la gamme Terre & Mer dans la cave historique

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons du déjeuner et du dîner du premier jour
- Vos achats dans les boutiques du Domaine de Preignes-le-Vieux et des Caves Richemer, vos dépenses personnelles et éventuelles assurances.

EN ETOILE AUTOUR DE MONTPELLIER GRAND SITE OCCITANIE - 5 JOURS ET 4 NUITS

Une autre facette de Montpellier est dévoilée. La ville est connue pour la jeunesse de sa population, sa vie culturelle et son climat. C'est comme base de découverte de son centre historique, de son territoire proche et des autres GRANDS SITES OCCITANIE MEDITERRANEENS que Montpellier est racontée. Avec ses deux gares TGV et sa position géographique privilégiée entre Méditerranée et Pic Saint-Loup, elle joue avec la diversité de ses richesses patrimoniales.

A partir de 572 euros TTC par personne, incluant la location d'un vélo à assistance électrique sur trois jours, en chambre double en hôtel *, hébergement choisi pour son jardin et ses terrasses mais aussi pour son garage sécurisé et sa borne électrique pour recharger les vélos. Possibilités de chambre individuelle et de nuitées supplémentaires, en options.**

L'hôtel et le loueur de vélos sont labellisés ACCUEIL VELO

Devis sur mesure en fonction de la saison et de la taille du groupe : programme à partir de 10 personnes

Jour 1 : IMMERSION DANS L'ECUSSON, CENTRE HISTORIQUE DE MONTPELLIER

L'installation à l'hôtel *** Ulysse (15 mn de la gare Saint-Roch en tram ligne 1 arrêt Corum ou 25 mn à pied) est l'occasion de remettre les carnets de voyages, incluant de bonnes adresses de tables et bars à vins dans le centre de Montpellier, les possibilités de prolonger le séjour avec la découverte des autres Grands Sites Occitanie méditerranéens et toutes les informations pour aller chercher dans la journée les vélos à assistance électrique à garer et recharger dans le garage de l'hôtel).

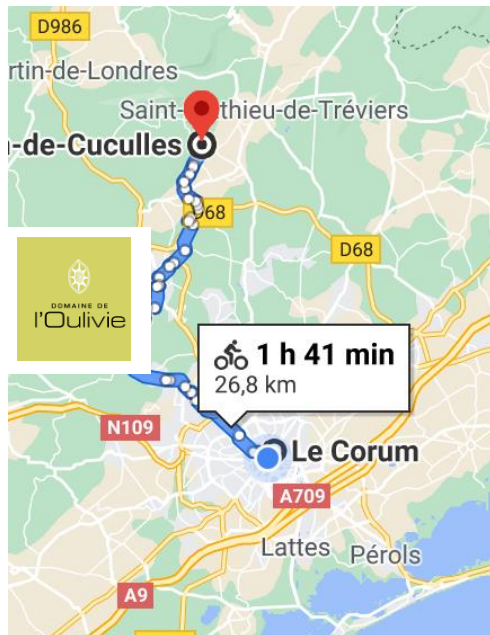
Les autres GRANDS SITES OCCITANIE méditerranéens à découvrir dans un rayon de 100 km sont : Narbonne Méditerranée, Canal du Midi – Béziers, Agde-Pézenas, Sète, La Grande-Motte, Aigues-Mortes – Camargue gardoise, Gorges de l'Hérault, Cirque de Navacelles – Lodève – Pays viganais, Nîmes – Pont du Gard – Uzès.

La visite guidée de deux heures , *L'Essentielle*, a été réservée pour favoriser l'immersion dans l'ambiance des rues et des places l'Ecusson. La déambulation entre les sites du centre ville met en scène l'essor prodigieux et le destin exceptionnel que Montpellier s'est forgé au cours des siècles. La découverte se poursuit avec le vélo à assistance électrique avec le Domaine de Flaugergues. Construit à la fin du XVIIe siècle, il fait parties des maisons de plaisance que l'on nomme Folies à Montpellier pour parler des *maisons dans les feuillages*. Un déjeuner est servi au restaurant *Folia* dont la cuisine du marché est valorisée par les vins du Domaine. C'est l'occasion de faire connaissance avec l'appellation Grès de Montpellier AOP dont le terroir regroupe les vignobles de l'agglomération

montpelliéraine et ses alentours. Le repas est suivi d'une balade libre dans les jardins, parc à la française mais aussi vignes et ferme urbaine.

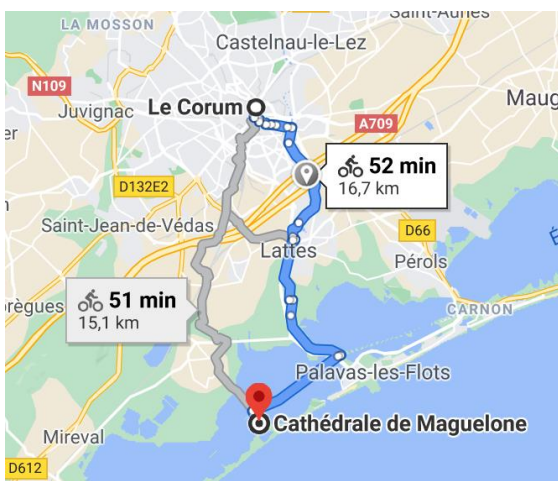
La soirée est laissée libre pour profiter des offres culturelles comme des terrasses des restaurants et bars à vins, en profitant des bonnes adresse suggérées dans le Carnet de route.

Jour 2 : VERS LE DOMAINE DE L'OULIVIE ET LE VIGNOBLE DU PIC SAINT-LOUP (50 km)



Le Pic Saint-Loup culmine à 658 mètres : il est le repère pour les montpelliérains mais c'est aussi le nom d'une appellation viticole renommée (AOP). Ce terroir est la destination du jour. Deux produits méditerranéens emblématiques sont associés dans deux domaines familiaux : l'huile d'olive et le vin. Une visite du Domaine de l'Oulivie, accompagnée par l'un des guides gourmands Destination Occitanie dit l'histoire de l'olivier, la culture et la transformation et raconte le choix de la permaculture. Un déjeuner au restaurant paysan clôture la rencontre avec la famille d'oliverons et associe les produits de l'exploitation agricole aux 10 000 oliviers avec vue sur le Pic. L'après-midi, la visite du domaine historique du Haut-Lirou à Saint-Jean de Cuculles est réservée, pour une présentation de l'AOC Pic Saint-Loup et du domaine de 95 hectares et une dégustation de ses vins. Le retour ménage une étape dans le petit village médiéval des Matelles, avant de retrouver les terrasses de Montpellier centre et l'hôtel.

Jour 3 : VERS LES LAGUNES ET LA CATHEDRALE DE MAGUELONE (35 km)



La proximité de la Méditerranée est pour beaucoup dans le climat et l'ambiance de Montpellier. C'est en longeant le Lez, véritable épine dorsale de la ville en partie canalisée, que débute la journée. La première halte se fait à Lattes avec la Maison de nature, une balade sur le sentier d'interprétation du *Flamant et Grains de Méjean* et la visite du musée Henri Prades des fouilles du site archéologique Lattara. La presqu'île de Maguelone est le but de cette sortie. Une fois la passerelle du Pilou traversée, la presqu'île livre ses paysages de lagunes et sa plage mais surtout sa cathédrale des XII et XIIIe siècle. Le déjeuner est réservé au *Comptoir des Compagnons*.

L'ancien port de Lattara a été édifié dans le delta du Lez et occupé du VIe siècle avant J.C. jusqu'au IIIe siècle de notre ère. La ville antique a vu se côtoyer étrusques, grecs, ibères, romains et gaulois.

Propriété de l'évêché, la cathédrale de Maguelone et le domaine viticole qui lui est associé sont gérés par les Compagnons de Maguelone, association qui protège et valorise le site et œuvre à l'insertion de personnes en situation de handicap.

Le prix comprend :

- La location d'un vélo à assistance électrique sur les trois jours
- 4 nuits et petits déjeuners en hôtel *** labellisé ACCUEIL VELO
- 3 déjeuners respectivement au Folia, au restaurant paysan du Domaine de l'Oulivie et au Comptoir des Compagnons
- Les visites de Montpellier, des jardins du château de Flaugergues, du Domaine de l'Oulivie, du Domaine Haut-Lirou, du musée Henri Prades et de la cathédrale et du domaine de Maguelone
- La remise d'un carnet de voyage reprenant le programme des trois jours, de bonnes adresses et des suggestions pour prolonger le séjour dans les autres Grands Sites Occitanie méditerranéens.

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons ne figurant pas dans le descriptif
- Les achats dans nos boutiques et autres dépenses personnelles

UNE SEMAINE A NIMES - 8 jours – 7 nuits – avec excursions Lio TER

En 7 jours et 7 nuits, à partir de 878 euros, en studio équipé de deux lits avec cuisine en résidence hôtelière ** (programme pour un groupe à partir de 8 personnes)**

L'esprit de ce voyage est donné par le choix d'utiliser, en groupe, le train et le bus pour accéder, visiter et rayonner autour de Nîmes. Le premier accès se fait en train (TGV PARIS - NIMES en moins de trois heures). Le carnet de voyage prend toute sa place : il détaille le programme, donne de bonnes adresses mais aussi les horaires des trains et des bus pour les excursions. Il est associé au PASS EVASIO' CULTURE du Grand Site Occitanie Nîmes - Pont du Gard - Uzès lié aux trajets LiO TER.

*Le voyage valorise les patrimoines : il fait le lien entre l'histoire romaine de Nîmes, le Pont du Gard, le Rhône et la Méditerranée. Le voyage est gourmand : il commence avec un chef, ouvre sur la découverte des paysages agricoles et des productions gardoises. Il célèbre à sa façon l'Année européenne du rail, avec un trajet en Train à Vapeur des Cévennes. Le nombre et l'ordre des journées sont à combiner, la journée avec le chef étant un dimanche. Le voyage favorise le bien-être : l'appart'city Nîmes Arènes **** a été choisi pour son architecture haussmannienne, son confort incluant une cuisine équipée dans chaque appartement et un espace fitness et sauna mais surtout pour sa très grande proximité de la gare (400 m), des halles et des monuments de celle qu'on nomme la Rome française.*

Jour 1 : Voyage dans la romanité nîmoise

C'est la journée d'installation dans la résidence hôtelière et d'une première découverte de la ville. C'est l'occasion de commencer à utiliser le PASS. Il permet de profiter sur les 7 jours de 5 % de réduction à la boutique de l'Office de Tourisme, d'une visite guidée ou d'une balade en petit train dans Nîmes et de visiter durant le séjour Les Arènes, La Maison Carrée, La Tour Magne, Le Musée de la Romanité, Le Musée d'Art Contemporain Carré d'Art, Le Musée des Beaux-Arts, Le Musée d'Histoire Naturelle, Le Musée du Vieux Nîmes, Le Musée des Cultures Taurines Henriette et Claude Viallat, et Le Pont du Gard.

Jour 2 : Expérience culinaire nîmoise (le dimanche seulement)

Le rendez-vous est donné de bon matin aux Halles de Nîmes avec un chef étoilé. Damien Sanchez, amoureux de sa ville et de la cuisine, privilégie les circuits courts et les producteurs gardois. Il accompagne un tour de marché pour faire les courses et introduire *le bel et bien manger* autour de Nîmes. Il parle produits et spécialités puis recettes. C'est dans la cuisine de son restaurant tout proche, le SKAB, que se poursuit l'aventure culinaire. Les produits achetés sont cuisinés, de l'entrée au dessert, et dégustés avec le chef. Ce grand moment de cuisine est suivi d'un temps libre pour visiter, flâner et profiter de la ville.

Jour 3 : Rendez-vous à Beaucaire

A l'arrivée du train, à Beaucaire (17 minutes en TER de Nîmes), des vélos sont distribués pour un circuit (25 kilomètres environ) qui associe découverte des paysages à rencontres avec des producteurs et dégustations dans deux domaines labellisés ACCUEIL VELO. Le premier est niché entre vignes et vergers, en piémont des Costières de Nîmes. François est vigneron et Anne responsable commerciale du

Château Mourgues du Grès. Avec leur équipe, ils ont des engagements forts : agriculture biologique et biodynamie mais aussi valorisation des patrimoines et interprétation des paysages et de la nature. Anne est aussi géographe de formation. Ils proposent un circuit de découverte du domaine, ponctué de vidéos qui parlent de paysage, de nature, d'histoire et d'archéologie. A l'heure du déjeuner, un pique-nique est associé à une dégustation de leurs vins marqués par la double influence du Rhône et de la Méditerranée.

La seconde étape est sucrée. Au Domaine du Petit Mylord, Valérie et sa fille, Nadège, accueillent les visiteurs comme des amis. Valérie est agricultrice et a plaisir à faire visiter son mas provençal du XVIII^e siècle et à raconter son activité. Elle cuisine aussi des confitures et des confits de fleurs (coquelicot, pissenlit...) dont une dégustation est proposée, le temps d'un goûter. La fin de journée est laissée libre à Nîmes.

Jour 4 : Embarquement pour les Cévennes.

C'est en bus LiO que démarre la journée, direction Saint-Jean du Gard. La visite du musée des vallées cévenoles, *Maison Rouge*, plonge dans l'histoire locale. Un clin d'œil est ensuite fait à **2021 Année européenne du rail**. Un déjeuner est servi en gare de Saint-Jean du Gard à *l'Arrêt gourmand*, qui sert des produits locaux. Puis arrive l'heure de monter dans le Train à Vapeur des Cévennes qui parcourt la vallée des gardons. La ligne a été inaugurée en 1909, après un très important chantier imposé par le relief accidenté. Abandonnée par la SNCF, la ligne est exploitée depuis 1987 par la Compagnie Internationale des Trains Express à Vapeur. Le Train touristique est attachant : il dessert des lieux de visite de grand intérêt pour un voyage en slow tourisme. Tracté par sa vaillante locomotive à vapeur, il va de viaducs en tunnels, traverse les paysages de la vallée des gardons au rythme des chemins de fer d'autrefois.

Sur 14 kilomètres, en $\frac{3}{4}$ heure de trajet, entre Saint-Jean du Gard et Anduze, les paysages vus du train sont grandioses, les jets de vapeur et les sifflets des chefs de gare créent une ambiance incroyable. Un arrêt est prévu à la Bambouseraie, pour la visite du jardin botanique. Quel plaisir de descendre du train pour aller se promener dans ce jardin exotique ! Le dépaysement est total au milieu des bambous et des jardins d'ambiance créés dans ce parc de 35 hectares.

A l'arrivée en gare d'Anduze, on peut conseiller une visite d'atelier de potier fabriquant les célèbres vases, une balade dans les ruelles de la ville « Porte des Cévennes » ou au bord du gardon avant peut-être un café en terrasse. Le bus de retour rejoint ensuite Nîmes.

Jour 5 : Duché d'Uzès et Pont du Gard

Le bus au départ de Nîmes dessert le site du Pont du Gard et Uzès, permettant d'organiser la journée autour de ces deux visites. Un mercredi matin, il est conseillé de commencer par la découverte d'Uzès car le marché de la place aux herbes est un monument gourmand à ne pas manquer : il est réservé aux producteurs. Premier Duché de France au XII^e siècle, la ville est un musée en plein air propice à la flânerie et à de belles découvertes gustatives de saison : truffes, vins...

La découverte du Pont du Gard poursuit le voyage dans le temps. Le Pont du Gard est un pont à trois niveaux destiné au passage d'un aqueduc romain qui conduisait l'eau d'Uzès à Nîmes. Il a probablement été bâti dans la première moitié du I^{er} siècle de notre ère. Le site propose de nombreuses expositions permanentes et temporaires. Si la météo le permet, le parcours en plein air

« Mémoires de garrigue » raconte l'histoire du paysage méditerranéen, des terroirs locaux et des vestiges de l'aqueduc romain.

La fin de journée est libre à Nîmes.

Jour 6 : En train à Montpellier

Les horaires sont nombreux entre Nîmes et Montpellier et le trajet en train ne dépasse pas ¾ heure. Cette proximité est saisie pour une journée de découverte totalement libre de la ville méditerranéenne. Le carnet de voyage décrit des options possibles et fournit de bonnes adresses : réserver une visite guidée du centre ancien appelé l'Ecusson, visiter le musée Fabre ... déjeuner en terrasse, prendre un vélo pour rejoindre la plage, passer du temps au jardin des plantes, dîner aux Halles du Lez... et rentrer dormir à Nîmes.

Jour 7 : Aigues-Mortes et la Camargue

La dernière excursion en train (40 mn) a Aigues-Mortes pour destination. Le carnet de voyage prévoit de faire le tour des remparts et de découvrir la Tour Constance. Le chemin de ronde domine la Camargue et le Salin. L'ambiance à l'intérieur des remparts est agréable et les centres d'intérêt sont variés : architecture militaire du XIIIème siècle, histoire du premier port au sud de Saint-Louis utilisé pour partir aux croisades... spécialités culinaires autour de la gardiane de taureau, du riz de Camargue et des vins des sables. L'après-midi, des vélos sont mis à disposition pour 4 heures chez un loueur proche de la gare. L'itinéraire (25 km au total) commence par rejoindre la Tour Carbonnière pour entrer dans la Petite Camargue. La Tour fortifiée a aussi été construite à la fin du XIIIème siècle, pour protéger la ville fortifiée. Sa terrasse offre une vue panoramique et un sentier de découverte a été créé dans le marais alentour. La faune et la flore y sont exceptionnelles : poules d'eau, hérons cendrés, chevaux et taureaux de Camargue... salicornes, orchidées. En quittant l'ancien péage, le parcours revient vers l'ancienne ville royale pour rejoindre la balade à vélo en liberté proposée par les Salins du Midi. C'est une immersion dans l'activité salicole. L'espace entretenu par les sauniers est un écosystème riche, lieu de reproduction des oiseaux migrateurs et de concentration de flamants roses. On récolte du sel ici depuis toujours et aujourd'hui 10 sauniers perpétuent la tradition, gérant les mouvements des eaux, en fonction des coups de vent et des orages et de la salinité et récoltant sels et fleur de sel de Camargue. Un passage par la boutique et vient l'heure de rendre les vélos et de reprendre le train pour une dernière soirée à Nîmes.

Le prix de 878 euros comprend :

- La remise d'un carnet de voyage conçu par Murielle d'EscaleMED
- Le pass EVASIO CULTURE 7 jours de l'Office de Tourisme de Nîmes
- Sept nuits et petits déjeuners à l'appart'city de Nîmes Arènes ****
incluant ménage journalier et accès sauna et fitness
- Une ½ journée avec le chef Damien Sanchez : courses, cours de cuisine et repas
Programme *OUI CHEF* de l'Office de Tourisme de Nîmes
- Une location vae sur une journée à la gare de Beaucaire
- Une visite-dégustation et un pique-nique au château Mourgues du Grès

- Une visite-dégustation/goûter au domaine Petit Mylord
- La visite du musée des vallées cévenoles, Maison Rouge
- Un déjeuner à l'Arrêt gourmand à Saint-Jean du Gard
- Un trajet TVC de la gare de Saint-Jean du Gard à la gare d'Anduze
- La visite de la Bambouseraie d'Anduze
- Le tour des remparts d'Aigues-Mortes
- La location pour 4 heures d'un vélo tout chemin à assistance électrique à Aigues-Mortes
- La balade à vélo en liberté à travers le Salin (12 km)

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons des repas, les achats chez les producteurs visités et dépenses personnelles.