



## **Pelgrimstocht Via Podiensis**

**19 oktober – 27 oktober 2024**

**Le Puy-en-Velay - Aumont-Aubrac  
Centraal Massief Frankrijk**

**Begeleid door Ellen Weber**

### **Kenmerken:**

Duur: 9 dagen; 8 overnachtingen; 6 etappes

Afstand: 103 km

Wanneer: 19 t/m 27 oktober 2024

Prijs: € 945

Stap in de voetsporen van vele pelgrims door de eeuwen heen en laat je betoveren door de tijdloze schoonheid van de Via Podiensis. De oudste pelgrimsroute die zich door het hart van Frankrijk slingert op weg naar Santiago de Compostella. Bij uitstek het allermooiste deel ervan gaat dwars over het Centraal Massief. Een omgeving rijk aan ongerepte natuur, landleven en historische dorpjes. Daar nemen we je graag mee naar toe!

Met onze uitgebreide kennis en ervaring op het gebied van pelgrimsreizen hebben we een uniek en op maat gemaakt programma samengesteld om je te begeleiden op jouw reis over Via Podiensis. Ons doel is om jou een zorgeloze en verdiepende ervaring te bieden, waarbij je je volledig kunt onderdompelen in de



schoonheid en cultuur van dit prachtige deel van Frankrijk.

In de bedding van de groep is er alle ruimte om je eigen tempo aan te houden, op jezelf te lopen of juist in gezelschap van de anderen. We starten elke dag met lichaamswerk, inspiratie voor onderweg en gaan het eerste uur in stilte op pad. Gedurende de dag is er gelegenheid voor gesprekken met de begeleider. Over zaken die op dat moment belangrijk voor je zijn, waar je een luisterend oor voor wilt. 's Avonds komen we als groep weer samen op de eindbestemming, wisselen we ervaringen uit en eten gezamenlijk bij onze overnachtingsplek.

## Landschap en cultuur

De Via Podiensis (ook wel bekend als de Le Puy route van de GR65) is al meer dan duizend jaar oud en een van de vier hoofdpelgrimsroutes door Frankrijk naar Santiago de Compostella. Deze route komt met twee andere samen in Saint-Jean-Pied-de-Port in de Pyreneeën. Na Saint Jean gaat het als één route, de Camino Frances, door naar Santiago.

We lopen eerst op 1000 tot 1300 meter hoogte over een plateau, afgewisseld met diep ingesneden rivierdalen. Verderop komen we over uitgestrekte, ongerepte prairies van graniet en basalt. We zien karakteristieke stenen hutten met leistenen daken, waar herders onderdak vonden. De schilderachtige weilanden zijn afgezet met muurtjes van droog steen. Hier grazen de Aubrac koeien. Van hun melk wordt de "tomme" kaas gemaakt. Deze streekkaas wordt weer gebruikt in de aligot, een heerlijk streekgerecht. Dit zijn stuk voor stuk betoverende momenten om van te genieten tijdens een wandeling te voet.

De streek is dunbevolkt en ademt rust en ruimte. Er is geen industrie en massatoerisme en nauwelijks verkeer. We horen vooral de stilte, afgewisseld met natuurgeluiden. Je krijgt een inkijkje in het Franse plattelandsleven. De route is afwisselend ruig en natuurlijk, bosrijk en agrarisch.

De route ademt ook de historie van de pelgrimage. Onderweg zien we diverse kappelletjes en passeren we eeuwenoude basaltbruggen bij pittoreske dorpjes. De tekens en kruisen herinneren ons voortdurend aan de pelgrimages over deze route. De rust, de omgeving en het dagelijkse ritme van onze tocht maakt dat je ontspant en loskomt van de hectiek van alledag.

## De pelgrims tocht



We vertrekken vanuit Le Puy-en-Velay, een van de oudste en charmantste stadjes van Frankrijk, gelegen in een vulkaanlandschap. Al eeuwen is dit een pleisterplaats voor pelgrims onderweg naar Santiago de Compostella.

De kathedraal Notre-Dame torent hoog boven het stadje uit. Op een enorme top van lava van tachtig meter hoog staat er

midden in de stad het kerkje Chapelle Sainte Michel d'Aiguilhe. Nog hoger staat de Statue Notre Dame de France op de Rocher

Corneille. De kapel en het beeld zijn beide te beklimmen. We nemen een dag om het historisch centrum met smalle straatjes, kleurrijke huizen en oude panden te verkennen.

We starten onze pelgrimstocht 'officieel' op onze 1e etappe met de ochtendmis in de kathedraal Notre Dame. Over de Chemin de le Puy klimmen we omhoog het massief van de Auvergne op. We wandelen door groen en rotsachtig landschap en passeren onder meer het pittoreske dorpje Saint Privat d'Allier. Het riviertje de Allier heeft zich diep in het massief ingesneden. Saugues is een gezellig dorpje met de monumentale Eglise Saint-Médard. We lopen via schilderachtige dorpen over het plateau van de Gevaudan met prachtige uitzichten.

Naarmate we verder afdalen begint het landschap langzaam te veranderen; het wordt bosrijker en we zien meer vruchtbare akkergronden. We bereiken Aumont – Aubrac om in de herberg te genieten van de beroemde aligot.

## Ritme van de pelgrimage

Elke dag heeft in principe een vast ritme:

- 7.00 opstaan, 8.00 ontbijt, 9.00 uur vertrek
- dagopening; het eerste uur lopen we in stilte
- koffie en lunchstop ergens onderweg
- 19.00 diner en dagafsluiting
- 22.00 naar bed



## De pelgrimage van dag tot dag

### Le Puy-en-Velay - Aumont-Aubrac

#### **Zaterdag 19 en zondag 20 oktober**

Aankomst zaterdag 19 oktober in Le Puy-en-Velay. We verzamelen in de klooster-accommodatie nabij de kathedraal Notre-Dame. We eten gezamenlijk in een nabijgelegen restaurant.

Op zondag is er gelegenheid om met elkaar het stadje te verkennen. We beginnen met een welkomstbijeenkomst waarna iedereen vrij is om de rest van de dag naar eigen invulling te besteden. Er is veel te zien in Le Puy en Velay, daarover geven we je graag tips.

#### **Maandag 21 oktober**

Etappe 1; 19 km. We starten om 7.00 uur in de kathedraal met een mis gevolgd door de zegening van de pelgrims. We klimmen het stadje uit de heuvels in. Op 10 km passeren we het dorpje Saint Christophe voor koffie en/of lunch.

#### **Dinsdag 22 oktober**

Etappe 2; 15 km. Na een korte klim komen we op een hoogte van 1200 meter waarna we door bosrijk gebied steil afdalen naar het scherp in de heuvels ingesneden dal van de Allier (op 600 m). Op 7 km passeren we het dorp Saint- Privatd'Allier, waar we koffie kunnen drinken.

#### **Woensdag 23 oktober**

Etappe 3; 16 km. Een korte (klim)etappe. We verlaten het dal van de Allier. Het is een mooie klim met hier en daar een prachtig uitzicht op de rivier. We treffen onderweg nauwelijks horeca.

### **Donderdag 24 oktober**

Etappe 4; 21 km. Vandaag een langere etappe waarbij we cumulatief ca 650 m klimmen. We lopen door dunbevolkt agrarisch gebied met afwisselend bos en kleine gehuchten. We overnachten op een hoogte van 1300 m op een historische versterkte hoeve, op een afgelegen locatie. Deze plek heet dan ook 'Le Sauvage'.

### **Vrijdag 25 oktober**

Etappe 5; 15 km. We lopen door de Margeride, een landschap met veel koeien en rotsen van graniet. Onderweg komen we weer nauwelijks horeca tegen. We passeren het kerkje Saint-Roch waar eens per jaar een openluchtmis wordt gehouden die massaal bezocht wordt door pelgrims en lokale mensen. Over de gehele dag dalen we geleidelijk ca 300 m en arriveren in het dorp Saint-Alban met een fraaie romaanse kerk.

### **Zaterdag 26 oktober**

Etappe 6; 17 km. We komen aan in het oude Aumont-Aubrac, onze eindbestemming voor de eerste week. We overnachten in een gîte en genieten van een traditioneel lokaal (kaas)gerecht.

### **Zondag 27 oktober**

Einde van de pelgrimstocht. Na het ontbijt nemen we afscheid.

## **Zwaarte van de tocht**

We lopen dagelijks, zonder rustdag, tussen de 15 en 21 km door middelgebergte (tussen 600 en 1300 m); het is regelmatig klimmen en dalen, soms steil en op oneffen ondergrond. Een goede wandelconditie en goede wandelschoenen zijn absoluut vereist. Gebruik van nordic walking stokken is heel persoonlijk, toch bevelen wij dit van harte aan op deze tocht.



## **Overnachtingen en maaltijden**

We overnachten in gîte d'étapes (herbergen met 2 tot 6- persoonskamers) en voormalige kloosters. Het is noodzakelijk om een (licht gewicht) lakenzak, kussensloop en (sneldrogende) handdoeken mee te nemen. Huur (indien mogelijk) kost gemiddeld € 5 à 6 p.p.p.nacht . Dekens zijn overal aanwezig.

Elke gite heeft zijn eigen charme en sfeer. Wat ze gemeen hebben is de gastvrije ontvangst waardoor je je welkom voelt. Bijna elke gite heeft een tuin of terras waar je kunt ontspannen of je even terug kunt trekken. Elke avond wordt er voor ons gekookt en kun je proeven van de vers bereide, lokale gerechten, al dan niet met andere pelgrims. Voor onderweg krijgen we een lunchpakket mee. Op de eerste paar dagen koop je je eigen lunch bij de supermarkt.

## **Grootte van de groep**

We gaan met minimaal 8 en maximaal 10 deelnemers



## Bagagevervoer

Als je je rugzak zelf draagt is het advies om maximaal 7 à 8 kilo te dragen. Na aanmelding ontvang je een uitgebreide checklist/ paklijst.

Als je wilt kunnen we ook bagagevervoer voor je regelen. De kosten hiervoor ca € 9,- per dag (prijs onder voorbehoud, reservering en betaling bij inschrijving of, indien onverwacht, ter plekke contant aan de organisatie.). De bagage die voor je vervoerd wordt mag maximaal 10 kg wegen. Maximale afmetingen koffer/sporttas ca 55 x 35 x 25 cm.

## Vervoer

Afhankelijk van je reisplan kunnen wij je specifiek adviseren. Hieronder een overzicht van mogelijkheden.

### *Heen- en terugreis Nederland – Le-Puy-en-Velay:*

**Auto:** Le Puy-en-Velay ligt op ruim 1.000 km van Utrecht. Voor pelgrims geldt een gereduceerd parkeertarief in de parkeergarage Place du Breuil van Le-Puy.

**Openbaar vervoer:**

Per Thalys/TGV via Lyons naar St Etienne. Vandaar met een lokale trein naar Le Puy (netto reisduur 9 à 10 uur). Info en tickets te regelen via NS Internationaal of de Treinreiswinkel.

### *Terugreis naar huis vanaf Aumont-Aubrac*

In Aumont-Aubrac is er de mogelijkheid om op 27 oktober per minibus terug te reizen naar startpunt Le Puy. Prijs rond de € 25.

Het is dan noodzakelijk om op zondag 27 oktober een extra overnachting te boeken in Le Puy zodat je de volgende dag (maandag 28 oktober) de trein naar huis kunt nemen. Wij kunnen je adviseren voor een betaalbaar hotel in Le Puy.

N.B. Tickets voor mini-bus, minimaal 1 week van tevoren te reserveren, kan door ons voor je geregeld worden.

## Kosten

**Prijs: € 945,-** voor de volledig begeleide pelgrimstocht

**Inbegrepen:**

- 8 overnachtingen met ontbijt 19 – 27 oktober
- 6 x diner
- 5 x lunchpakket
- pelgrimspaspoort
- regelen bagagetransport en vervoer minibus
- begeleiding

**Niet-inbegrepen:**

- alle zaken die hierboven niet genoemd zijn
- evt. huur lakens en handdoeken
- diner op zaterdag 19 en zondag 20 oktober
- consumpties in horeca
- drankjes bij de maaltijden
- kosten bagagetransport (ca € 9 per dag) en vervoer per minibus (ca € 25)
- heen- en terugreis

## Inschrijven

Meld je aan via het aanmeldingsformulier door op de knop 'Inschrijven' te klikken. Hierna ontvang je een factuur. Na het voldoen van de betaling ben je ingeschreven. Mocht je eerst meer informatie willen, neem dan contact met ons op.

## Reis- en annuleringsverzekering

Uiteraard doen we onze uiterste best te zorgen voor een veilige tocht. Toch is de reis volledig op eigen risico. Je tekent voor vertrek een document waarin staat dat nòch Wandel naar Jezelf nòch de gidsen persoonlijk aansprakelijk zijn voor ongelukken of letsel.

Het afsluiten van een reisverzekering is voor deze tocht verplicht. Wij adviseren ook een annuleringsverzekering af te sluiten.



## Vorbereiding

Allereerst is er de vraag waarom je deze pelgrimstocht wilt lopen. Motieven kunnen divers zijn: persoonlijke redenen, om afstand te nemen, te reflecteren, spirituele motieven, om mensen te ontmoeten, natuur te beleven, de sportieve prestatie.

Voorts is er de fysieke voorbereiding. Het beste is om regelmatig te lopen waarbij je het aantal kilometers geleidelijk opvoert en evt. ook het gewicht op je rug. Hiermee kun je al beginnen zodra je je aangemeld hebt. Uiteraard is de voorbereiding afhankelijk van de conditie die je al hebt. Ook is het verstandig tijdig voor goede schoenen te zorgen en deze in te lopen. Gezien de zwaarte van de tocht is deze voor geoefende wandelaars, die in Nederland gemakkelijk 20 km lopen. Overleg bij twijfel over je deelname.

Na aanmelding ontvang je een paklijst met diverse tips. Deze kan je helpen om alleen datgene mee te nemen wat je echt nodig hebt. Bij een trektocht/pelgrimstocht is het toch vooral de kunst van het weglaten.