

Dimanche 30 août 2020, 17h30, l'équipe au complet se retrouve sur le parking du collège Coutarel pour le chargement des bagages dans le minibus de l'OMS en préparation au départ du lendemain matin, en séjour itinérant prévu du lundi 31 août au jeudi 3 septembre 2020. L'impatience du départ se lit sur les visages et les discussions vont bon train pour dissiper la part d'inconnu de cette aventure.

Lundi 31 Août 2020, 8H00, 1^{re} étape : Istres – Montagnac 180km



Le groupe sur le départ

Cette première étape nous mènera d'Istres à Montagnac dans l'Hérault au VVF le Méditerranée, à Bésilles aux portes de Montagnac.

Le temps est sec grâce au Mistral qui a bien dégagé le ciel. Merci à Georges qui nous aura accompagné et protégé du vent défavorable jusqu'à Mouriers. Nous n'aurons pas de difficultés particulières à suivre le parcours jusqu'à Arles en étant sur des routes bien connues.

Arles, point BPF (Brevet des Provinces Françaises de la FFCT) des BdR, plus grande commune de France avec ses 75 000 hectares, aux portes du Parc Naturel Régional de la Camargue, s'intègre au sein d'espaces naturels exceptionnels, les berges du Rhône, l'aride plaine de la Crau, la Camargue et la chaîne des Alpilles.



Arles, Cité antique

La cité fût autrefois métropole de la Gaule romaine, puis symbole d'un passé chrétien rayonnant comme en témoignent aujourd'hui les arènes, les nécropoles, le théâtre antique ou les termes de Constantin. Ville de fête, d'histoire et de culture, Arles n'a jamais cessé d'attirer les artistes comme Van Gogh, Gauguin et

Picasso qui y consacra de nombreux dessins et deux peintures.

Nous traverserons le centre-ville par le magnifique boulevard des Lices pour rejoindre les berges du Rhône opposées par le pont de Trinquetaille. Nous retrouvons François sur la route des Saintes-Maries-de-la-Mer pour un arrêt convivial. Une cinquantaine de km ont été effectuée à bonne allure malgré le vent toujours présent.



Pause-café sur la route d'Albaron

Nous reprenons notre circuit après avoir convenu avec François de se retrouver entre la Grande-Motte et Sylvéréal. A l'entrée d'Albaron, une erreur de lecture du circuit nous fait partir sur la D37 en direction de Saint-Gilles nous imposant une boucle supplémentaire d'une quinzaine de km. Cette erreur de parcours nous fera découvrir la Via-Rhône sur 10km. Nous retrouvons le circuit au rond-point de Montcalm et en profitons pour appeler François et comme envisagé, François est déjà passé au carrefour et se trouve près d'Albaron. Il nous faudra patienter pour le retrouver du côté d'Aigues-Mortes. Il est 13h00 passé lorsque nous décidons de déjeuner à quelques encablures d'Aigues-Mortes.



Pause pique-nique près d'Aigues-Mortes

Cette pause, appréciée par tous, aura permis de nous reconstituer un capital énergétique nécessaire pour poursuivre notre randonnée. Une nouvelle erreur de parcours nous amène sur une route hyper fréquentée, il faut dire à notre décharge, que la signalisation est loin d'être satisfaisante pour les simples cyclistes que nous

sommes! A la Grande-Motte, nous reprenons le circuit après avoir emprunté une route à grande circulation interdite aux vélos.

Ville futuriste, la Grande-Motte est l'œuvre de l'architecte visionnaire Jean Balladur, au début des années 1960. Il fera bâtir sur un marécage désertique, un décor exceptionnel avec ses résidences pyramides aux formes inspirées par les temples précolombiens du Mexique mais aussi du monde marin.



Immeuble La Pyramide à la Grande-Motte

Grâce à Josian, nous réussissons à trouver l'entrée d'une voie verte qui nous mènera jusqu'à la sortie de Palavas-les-Flots nous évitant le désagrément de la circulation automobiles. A partir de Villeneuve-lès-Maguelone, nous contournerons Montpellier par le sud-Ouest en remontant dans les terres via Fabrègues, Cournonterral, Cournonsec et Montbazin. Les premières difficultés se présentent sur ces quarante derniers kilomètres. Il est près de 18h00 lorsque nous entrons dans le parc de Bessilles, au VVF le Méditerranée pour poser nos valises après 180km et quelques 500m de dénivelé.



Au bord de la piscine du VVF

Un rapide bain pour quelques courageux du groupe dans la belle piscine du VVF avant le dîner anticipera la récupération pour l'étape suivante qui s'annonce corsée.

Mardi 01 Septembre 2020, 8h00, Deuxième étape :

Montagnac – Cambon&Salvergues – 130 km

Après un copieux petit déjeuner, nous nous retrouvons pour une photo souvenir avant le départ d'une étape qui s'annonce montagnaise.



Le groupe prêt pour un nouveau départ

Le vent a fléchi et le ciel est bien dégagé, la journée va être belle. Nous prenons la direction de Montagnac, commune de l'Hérault, carrefour entre la Méditerranée et les contreforts des Cévennes pour une quarantaine de km d'échauffement sur des routes relativement plates et peu fréquentées avant d'atteindre les premières difficultés du côté d'Hérépian.



Devant le Château de Cassan

La traversée de Pézénas se fera sans encombre malgré une chaussée bien encombrée. Cette ancienne ville de foires, lieu de séjour de Molière et son illustre théâtre, cultive toujours la passion du spectacle vivant dans le décor pittoresque de son patrimoine architectural et ses échoppes d'artisans. Il faudra revenir dans d'autres circonstances pour apprécier cette ville royale associée dès le XVIII^{ème} siècle à sa voisine Montagnac dans un cycle de cinq foires par an. Nous traversons quelques villages sympathiques comme Roujan, Gabian, Faugères avant d'atteindre Hérépian à 180 m d'altitude, point de départ de la partie montagnaise du circuit. Une trentaine de km nous sépare du sommet de l'Espinouse à 1 124 m l'altitude. Chacun à son rythme, le premier col, la pierre plantée, est atteint.

Aux étendues plates du bord de mer succèdent des paysages vallonnés composés de vignobles et de forêts de feuillus et de châtaigneraies.



Au col de la Pierre Plantée (508m)

La montée du col de la pierre plantée est un vrai plaisir sur une belle route bordée de châtaigniers centenaires, désertée des automobilistes. Nous nous regroupons au sommet avant de poursuivre et rejoindre le petit village de Rosis, situé dans le Parc Naturel Régional du Haut Languedoc à 780 m d'altitude au pied des monts de Caroux- l'Espinouse caractérisés par un paysage dégagé recouvert de bruyères et fougères. Au pied du col de l'Ourtigas, quatre km cinq cents nous attendent pour atteindre son sommet à 990 m. Quatre nouveaux km, sans grosse difficulté, seront nécessaire pour atteindre le sommet du col de l'Espinouse à 1 124 m.



Au col de l'Espinouse (1 124 m)

Quatre-vingt km ont été parcourus et vu l'heure tardive de notre arrivée avec la faim qui commence à tenailler sérieusement nos estomacs, nous décidons de faire la pause pique-nique malgré la température peu encourageante et le soleil qui joue à cache-cache avec les nuages. Notre capital énergétique reconstitué nous repartons pour les cinquante km restant. Les premiers km de la descente découvrent une vue sur un énorme parc éolien. La source de l'Agoût se trouve en contrebas sur notre gauche. Ce ruisseau se transformera au fil des kilomètres en une belle rivière qui va traverser une bonne partie du département jusqu'à rejoindre le Tarn, à quelques 193 kilomètres plus loin du côté de Saint-Sulpice. Nous passons le col de Ginestet sans s'en

rendre compte, puis le col du Par et celui de la Jasse avant d'atteindre le pied de la difficulté majeure de la journée voire du séjour au lieu-dit les Vidals.



Au col de la Jasse (901m)

Dès la sortie du hameau, la chaussée se cabre ostensiblement et il faudra mettre tout à gauche pour grimper ses premiers hectomètres. Après un km cinquante entre 10 et 12%, un nouveau mur se présente sur une chaussée étroite et gravillonnée où se mettre en danseuse, relève d'un exploit. L'indicateur de pente du GPS affiche 18 puis 21% sur quelques trois cents mètres, et lorsque nous arrivons sur les derniers 500 m, les 8% affichés semblent ridiculement facile à grimper. Comme quoi tout est relatif dans l'effort ! Nous sommes au point culminant de notre séjour.



Au col de Montalet (1 259 m)

Il faut se couvrir rapidement car à cette heure tardive de la journée, la température est bien tombée et la légère brise n'arrange rien.

A quelques centaines de mètres au-dessus du col, trône le Roc de Montalet sur lequel a été érigée une petite statue de la Vierge. Un peu d'histoire, le roc de Montalet a été utilisé comme point intermédiaire pour calculer la distance entre Dunkerque et Barcelone en 1792, par deux astronomes, Jean-Baptiste Delambre et Pierre Méchain, spécialistes de la mesure des angles, le mètre venant d'être adopté sous la Révolution comme

unité de mesure commune. Méchain y planta un signal (*la borne géodésique*), plusieurs fois détruit par la population locale excédée par les levées en masse de soldats et persécutions anticléricales de la Révolution française. Ce n'est que grâce au recours à la force que Méchain put achever son travail. Le mètre fut adopté définitivement comme mesure commune par la France en 1840. Lieu de pèlerinage, le Roc de Montalet faisait figure de montagne sacrée dans le pays. Lucien Alengrin, enfant du pays atteint d'une septicémie depuis cinq ans et condamné selon le pronostic vital de la médecine, venu en pèlerinage le 21 mai 1945, jour de la Pentecôte, en guérit miraculeusement après.



L'église Saint-Victor à Nages

La descente ultra-rapide sur Nages fut abordée avec prudence. De retour dans la vallée, nous entrons dans le petit village de Nages qui aura vu, pendant la guerre de Cent Ans, les chevauchées du Prince Noir, Edouard Plantagenet, Prince de Galles, Comte de Chester, Duc de Cornouailles et prince d'Aquitaine, fils aîné d'Edouard III d'Angleterre.

Nous longerons le lac artificiel de Laouzas et son parc de loisirs à Rieu-Montagné avant de rejoindre Cambon et Salvergues par le col de Rieugrand et de déposer nos valises aux gîtes la Clairière, accueillit amicalement par Madame le Maire du village.

La commune de Cambon et Salvergues est située dans le Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc, au sud du Massif Central. C'est le cœur de l'Espinouse, au plus haut de l'Hérault, entre 900 et 1 152 mètres.

Sur un vaste domaine de 5 049 hectares, landes, bois de résineux et de hêtres, bruyères, genêts et bien d'autres essences, se côtoient harmonieusement en un vert écrivain. La commune de Cambon et Salvergues se trouve sur la zone de partage des eaux, entre influences atlantiques et méditerranéennes, ce qui favorise un climat particulier.

Le nom du village de Cambon et Salvergues vient à la fois de la courbe que fait la rivière Agout (le Cambon d'origine gauloise) et de l'appellation d'un hameau

(Salvergues, qui vient du nom du seigneur Gallo-Romain Salvius).

Mercredi 2 septembre 2020, 8h15, 3^{ème} étape : Cambon&Salvergues – Sommières 150 km



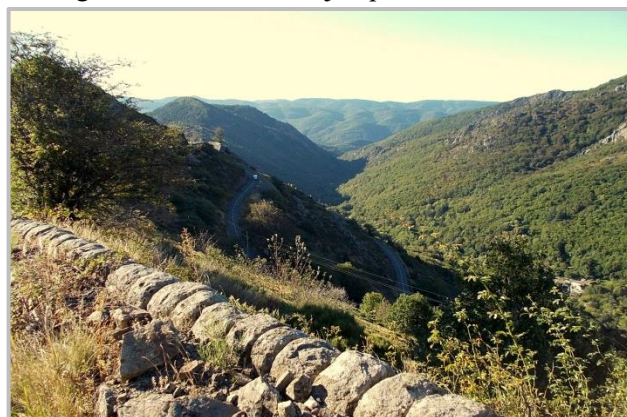
Le groupe au complet avant le départ

Une belle étape nous attend encore ce matin pour rejoindre Sommières dans le Gard à 150km de notre point de départ. Passé le pont sur l'Agoût à la sortie du village nous attaquons le col de Fontfroide, heureusement par son côté le plus facile.



Au col de Fontfroide (972 m)

Depuis le col à 972m d'altitude, nous plongeons sur Olargues à 195m, distante de 12 km. Les 5 premiers km de descente sont impressionnants avec des % entre 8 et 10%. Au col du Poirier (602m), la pente se radoucit et reste régulière entre 6 et 7% jusqu'à l'entrée de la ville



Dans la descente du col de Fontfroide

d'Olargues. Nous nous regroupons sur le pont dominant l'Agoût avant de reprendre notre route en empruntant la voie verte Bédarieux – Mazamet, non asphaltée mais néanmoins utilisable avec nos montures.



Olargues au pied du col de Fontfroide

Sur les 25km que nous empruntons de cette voie verte, nous traverserons plusieurs villages comme la Triballe, le Colombier, Tarrasac, Saint-Martin d'Alarçon, Pujols/Obs sans voir grand-chose si ce n'est la végétation entourant le chemin. Enfin au pont Carel dominant Lamalou-les-Bains nous pouvons apercevoir autre chose que des feuillus. Nous quitterons cette voie sécurisée à l'entrée de Bédarieux et Josian nous invite à découvrir la maison seigneuriale de sa naissance.



Devant la maison de naissance de Josian à Bédarieux
Bédarieux, ancienne cité minière et industrielle a connu au cours de son histoire un fort développement démographique durant la première moitié du siècle dernier. Nous sommes entrés dans l'Hérault, La ville, entourée des monts d'Orb, adossée au plateau de l'Escandorgue dans le parc naturel régional du Haut-Languedoc, est le point de rencontre des habitants d'un bassin de vie qui s'étend sur 30 communes. Après ces instants nostalgiques dans la cité cévenole, nous repartons vers le col de la Merquièrre, le col des Détroits et les berges du Lac de Salagou où nous ferons notre

pose pique-nique attendue avec impatience par tous, sauf pour William qui préférerait de loin continuer son chemin. Le Lac de Salagou est un lac artificiel de retenue du barrage du Salagou. Il atteint une profondeur de 70m et le niveau de l'eau se situe à 140m d'altitude, couvrant une surface de 7km² pour un volume de 102millions de m³. Il s'étire à travers un cadre pittoresque, au pied de collines rougeoyantes. Beau, insolite et fragile, le Grand Site du Salagou et de Mourèze est protégé par la loi de 1930 sur les sites classés pour la beauté de ses paysages.



Pique-nique au pied du lac de Salagou

Le déjeuner terminé et le café servi, il est temps de reprendre la route si nous ne voulons pas arriver trop tard à Sommières, nous avons fait que la moitié du parcours et l'heure semble tourner de plus en plus vite. Direction Clermont l'Hérault, St André de Sangonis, Gignac, Aniane... Au loin se profile le Pic du Loup que nous allons contourner par le nord.

Aniane, ville historique par son abbaye bénédictine, proche de Montpellier, s'est développée au pied des Cévennes, à la sortie des gorges de l'Hérault que nous allons un peu remonter pour rejoindre Puéchebon, Viols le Fort où une halte salutaire nous permettra de se désaltérer grâce à l'initiative de François qui nous rapportera des boissons fraîches.



Arrêt rafraîchissement

Saint-Martin-de- Londres est traversée sans encombre grâce aux conseils de François. Cette Commune située en bordure de la plaine de Londres (l'étymologie dérive du mot celtique *lund* signifiant *marais*), dans les Garrigues languedociennes, à proximité du pic Saint-Loup et de la montagne d'Hortus, bénéficie de tous les atouts pour affirmer son statut de pôle d'arrière-pays. Le village est centré autour de sa place des Platanes centenaires. Elle a conservé une bonne partie de ses remparts du XIV^e siècle et, pour partie, l'ancien enclos seigneurial du XII^e siècle, le vieux fort, dont il subsiste une porte. Mais ce sont ces espaces remarquables qui font la renommée de cette commune rurale.



Le Pic du Loup

Nous ne nous attardons pas d'avantage et reprenons notre circuit en direction du calvaire sur la route du Pic du Loup où nous apprécions le panorama et l'excellence de la chaussée qui nous conduit rapidement vers Saint-Mathieu-de-Trévières, Saint-Bauzille-de-Montmel, Buzignargues, Galargues et Sommières, terme de notre étape. Nous aurons quelques difficultés, surtout François avec le minibus, pour récupérer nos affaires, l'hébergement Ethic Etap le Cart étant situé en plein centre-ville dans une ruelle en sens unique! Nous serons les seuls occupants de l'hôtel pour cette nuit, tranquillité assurée.



Sommières, Centre ancien

Sommières, cité médiévale, lovée au bord du Vidourle, est la première commune gardoise à décrocher le titre : « *Petites Cités de Caractère* ».

Cette prestigieuse marque est décernée à des communes de moins de 6 000 habitants dotées d'un bâti architectural de qualité, dense et cohérent, qui s'engagent à restaurer et entretenir leur patrimoine et le mettre en valeur auprès des habitants et des visiteurs.



Repos mérité dans le centre ancien de Sommières

Après le repas du soir, nous décidons de faire une promenade digestive en montant au Château dont l'origine remonterait au X ou XI^{ème} siècle. L'importance stratégique du château provenait de sa situation dominant le pont romain, seul point de passage sur le Vidourle entre les Cévennes et la mer. La tour Bermond reste le grand témoin du passé. Sa hauteur est de 25 mètres et on compte 74 marches pour accéder au sommet. Nous n'aurons malheureusement pas le loisir de les gravir, la Tour étant fermée à cette heure de la soirée.



Le Château de Sommières.

La ville de Sommières est réputée pour son centre ancien de type médiéval construit en damier le long du fleuve le Vidourle, dont les étroites rues sont enjambées de multiples arcades et porches, pour son château en cours de rénovation, inscrit aux monuments historiques,

et pour son célèbre pont romain, construit au 1^{er} siècle attribué à l'empereur Tibère, souvent malmené par les caprices du Vidourle. En effet, la commune est régulièrement assujettie aux inondations lors d'épisodes de pluies cévenoles, le record datant de septembre 2002.

Jeudi 3 septembre 2020, 8h15

4^{ème} étape : Sommières – Istres 108 km



Chargement des bagages avant le départ.

Je profite du chargement des bagages pour aller vérifier la pente, 300m environ, permettant l'accès au château.

Le compteur indique 12% max alors que nous l'avions estimée à plus de 18%. La distance étant assez courte, peut-être que le compteur n'a pu eu le temps de calculer au plus juste le % de la pente. Il est 8h15 lorsque nous entamons déjà la dernière étape. Direction plein sud-est, vers Gallargues-Le-Montueux à quelques dix km de Sommières. Dès l'antiquité, le tracé de la voie Domitienne, reliant Rome à l'Espagne, traversait la commune de Gallargues et franchissait le Vidourle sur un pont majestueux daté du 1^{er} siècle après Jésus Christ, dont les restes toujours visibles ont été peints par Courbet au XIX^{ème} siècle. Nous filons ensuite vers Vergèze et la commune attenante Codognan. Nous loupons l'embranchement du chemin de la Monnaie et nous nous retrouvons sur la nationale Nîmes - Montpellier où il faudra patienter plusieurs minutes avant de pouvoir traverser et retrouver le circuit au centre de Codognan. Les kilomètres défilent vite aidés par un léger vent favorable. Nous contournons Nîmes par le Sud en traversant Beauvoisin puis Générac qui se retrouvent vite derrière nous. Beauvoisin est adossé au plateau des Costières. De sa position dominante sur la plaine du Vistre, le paysage embrasse un rayon de plus 100 km à la ronde. Sa voisine, Générac, sise dans la région naturelle des Costières, s'est développé dans un espace géographique fréquenté par l'homme depuis de nombreux siècles. Aujourd'hui, Générac se trouve au cœur du terroir viticole des Costières de Nîmes et l'activité essentielle de la commune reste l'agriculture.



La mairie de Générac

Après deux petites bosses, nous plongeons sur Saint-Gilles que François venu à notre rencontre nous aide à traverser sans encombre. Le petit Rhône passé, nous rejoignons le Minibus pour une pause-café bien sympathique avant de retrouver des routes connues. Saint-Gilles, aussi appelé Saint-Gilles-du Gard doit son nom au célèbre abbé Gilles l'Ermite dont elle garde le tombeau, fut un des plus importants lieux de pèlerinage de la chrétienté au XII^{ème} siècle.



Passage du Canal du Midi

Traversée par le canal du Rhône à Sète et le canal du Bas-Rhône-Languedoc, la commune, de très grande superficie (15 373 hectares dont 1 344 de vignes et 532 de bois), se divise en deux parties distinctes, les collines des Costières au nord qui portent vignes et garrigues et les rives du Petit-Rhône au sud, qui s'étendent entre les marais et les étangs de Petite Camargue. En bordure du fleuve sont quelques mas et l'écluse moderne de Saint-Gilles, qui met en communication le canal et le Petit-Rhône. Les 60 derniers km seront une formalité sur des routes que nous fréquentons régulièrement. Je terminerai ce récit en remerciant chaleureusement François pour son organisation sans faille et son dévouement durant ces 4 jours. Merci également à mes 4 compagnons de route pour leur gentillesse, leur bonne humeur et leur compréhension dans mes petites erreurs de parcours.