

Séjour de randonnées en Creuse du 4 au 10 mai 2026



Lundi 4 mai - arrivée et mise en jambes :

Départ en covoiturage, 330km, soit environ 3h30 de route par l'A10, A71 et A20 vers la Base de plein air d'Eguzon – 6, chemin du Pradet 36270 EGUZON-CHANTOME.

<https://www.bpa-laceguzon.fr/>

Arrivée à l'hébergement en début d'après-midi. Rendez-vous à 14h30 pour une petite mise en jambes vers le barrage d'Eguzon - 7km avec 75m de dénivelé.

Les clés des chambres seront remises à 17h00.

Pot de bienvenue à 19h00 et dîner à 19h30.

Mardi 5 mai - autour de Gargillesse :

Départ en covoiturage à 9h15 avec le pique-nique fourni par l'hôtel, pour une randonnée 12km avec 160m de dénivelé. RDV au parking de l'« église Saint Laurent et Notre Dame » à Gargillesse.

Visite guidée de l'église à 10h00, pique-nique au Café de Dampierre vers 12h30 (il faudra commander des boissons ou desserts) et en fin de randonnée à 17h00 visite guidée de la maison de George Sand à 17h00.

Retour à l'hôtel et dîner à 19h30.

Mercredi 6 mai - passerelle himalayenne – Chateaubrun :

Départ en covoiturage à 9h15, avec le pique-nique fourni par l'hôtel pour une randonnée de 10km avec 150m de dénivelé. RDV au parking du « Pont des Piles » à Eguzon.

Traversée de la Creuse par la passerelle himalayenne. A 15h00 visite guidée des ruines du château de Chateaubrun et ses sculptures monumentales.

Retour à l'hôtel et dîner à 19h30.

Jeudi 7 mai - Journée touristique :

Départ en covoiturage à 9h15 pour le parking du musée archéologique d'Argentomagus, « Les Mersans 36200 Saint-Marcel ». Visite du site et du musée.

Déjeuner au restaurant Le Prieuré, « 44 rue du Rio 36200 Saint-Marcel ».

Après-midi : visite de l'église du Menoux, « 8 rue Jorge Carrasco 36200 Le Menoux » et à 17h00 visite du musée des peintres de la Vallée de la Creuse, Hôtel Lépinat, « 5 Rue Armand Guillaumin 23160 Crozant ».

Retour à l'hôtel et dîner à 19h30.

Vendredi 8 mai - Crozant-le rocher de la Fileuse :

Départ en covoiturage depuis l'hôtel à 9h15, avec le pique-nique fourni par l'hôtel pour une randonnée de 12.5km avec 280m de dénivelé. RDV de regroupement au « parking de la forteresse de Crozant » puis parking définitif après le pont sur la D30.

Retour à l'hôtel et dîner à 19h30.

Samedi 9 mai - Chaillac-Gorges de l'Anglin-Forteresse de Brosse :

Départ en covoiturage depuis l'hôtel à 9h15, avec le pique-nique fourni par l'hôtel pour une randonnée de 16 km avec 250m de dénivelé. RDV à Chaillac « Place de l'Eglise ».

Apéritif de fin de séjour à 19h00 et dîner à 19h30.

Dimanche 10 mai :

Retour sur Paris après le petit déjeuner.

Notes :

- Ces randonnées requièrent une bonne forme physique et l'équipement adéquat : bonnes chaussures, bâtons, Peu de possibilité de raccourci pour ceux qui seront fatigués. Lire les consignes générales sur le site amicale-AREC.
- L'hébergement fourni les draps et les serviettes.
Amener ses boîtes et gourdes pour les pique-niques.

Pour info : calcul des indices IBP

L'indice IBP index est un système d'évaluation automatique de la difficulté d'un itinéraire parcouru en randonnée pédestre par exemple.

Cet indice est très utile pour connaître et comparer la difficulté de différents itinéraires.

Il est important de ne pas confondre le degré de difficulté d'un itinéraire avec l'effort physique déployé pour le réaliser : un indice IBP index de 60 sera un parcours très difficile pour une personne non entraînée, normal avec une préparation physique moyenne et très facile pour un professionnel. Voir l'échelle comparative :

	Préparation physique					Difficulté itinéraire
	Très basse	Basse	Moyenne	Haute	Très haute	
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Très facile
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Facile
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moyenne
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Difficile
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Très difficile

Il est calculé sur le site : <https://www.ibpindex.com/index.php/fr/>

Pour nos parcours les résultats sont les suivants :

Nom de fichier	Inscrit	Fin	Modalité	IBP	Distance	Dénivelée +
jour_0.tcx	2026-02-07 16:57:09	2026-02-07	? HKG	24	6.686 Km	73 m
jour_1_gargillesse_valide-23035229-177039...	2026-02-07 16:58:19	2026-02-06	? HKG	33	11.119 Km	154 m
jour_2_passe_himalayenne_chateaubrun_val...	2026-02-07 16:59:07	2026-02-06	? HKG	32	10.101 Km	180 m
jour_4_crozant_rocher_de_la_fileuse_vali...	2026-02-07 17:00:33	2026-02-07	? HKG	39	12.412 Km	284 m
jour_5_chaillac_forteresse_brosse_valide...	2026-02-07 17:01:07	2026-02-06	? HKG	46	16.212 Km	247 m

Conclusion : faisons une bonne préparation pour que ces randonnées restent « faciles » pour nous !