Voyage de presse
La transhumance en Quercy, de Rocamadour à Luzech

Sept jours au rythme des troupeaux, à la rencontre des éleveurs et des paysages du Lot

7 jours / 6 nuits · 5 étapes de marche · Environ 68 km · De Rocamadour à Luzech



Etape de la tranhsumance en Quercy - Rocamadour © Nelly Blaya

Et si l'on découvrait le Lot au rythme d'un troupeau de brebis ?

Chaque printemps, la transhumance invite marcheurs, éleveurs et habitants à partager une aventure singulière, de Rocamadour jusqu'aux portes du vignoble de Cahors.

À travers les paysages du Parc naturel régional – Géoparc mondial UNESCO des Causses du Quercy, cette itinérance révèle un patrimoine vivant. Derrière les pelouses sèches, les murets de pierre et les villages traversés se racontent des siècles de traditions pastorales, mais aussi les enjeux contemporains de préservation des paysages.

Au fil des étapes, rencontres avec les éleveurs, découvertes du patrimoine rural, dégustations de produits locaux et soirées conviviales donnent à ce voyage une dimension profondément humaine.

Une immersion au cœur du pastoralisme lotois, où la marche devient un moyen privilégié de comprendre le territoire et ceux qui le font vivre.

Jour 1 — Rocamadour, aux portes des Causses du Quercy

Arrivée possible en train à la gare de Rocamadour-Padirac, puis transfert organisé vers la cité médiévale.

Première découverte de Rocamadour, cité vertigineuse accrochée aux falaises du canyon de l'Alzou. Cette étape permet d'appréhender les paysages du Quercy et de préparer le départ aux côtés des éleveurs.

Dîner et nuit dans le secteur de Rocamadour.



Transhumance en Quercy © Chantille De Lincourt - VIllages et Patrimoine

Jour 2 — De Rocamadour à Séniergues : les premiers pas avec le troupeau

16 km de marche

Départ de Rocamadour avec les éleveurs et le troupeau, pour une première immersion dans les paysages du causse.

La marche permet de découvrir les pelouses sèches, le patrimoine de pierre sèche et les espaces pastoraux. Une halte au relais de Bonnecoste offre l'occasion d'aborder le patrimoine naturel, avant une dégustation de produits du terroir.

La journée se termine à Séniergues, autour d'un repas convivial et de spécialités quercynoises.

Nuit dans le secteur de Cœur-de-Causse.

Jour 3 — De Séniergues à Frayssinet : traditions et convivialité

14 km de marche

Poursuite de l'itinérance sur les sentiers du Quercy, au rythme des brebis.

Cette journée est propice aux échanges avec les éleveurs pour mieux comprendre leur métier, les déplacements des troupeaux et les liens entre pâturage et entretien des paysages.

Après un pique-nique en chemin, arrivée à Frayssinet pour une soirée conviviale autour des produits locaux, notamment de l'agneau du Quercy.

Nuit dans les environs.

Jour 4 — De Frayssinet à Gigouzac : le pastoralisme à partager

13 km de marche

La transhumance poursuit sa route vers Gigouzac, à travers les paysages du Cœur de Quercy.

En chemin, rencontres avec les participants et découverte des initiatives locales qui font vivre cette tradition.

À Gigouzac, animations autour du pastoralisme, découverte du village et moments de partage permettent de prolonger les échanges. Selon le programme de l'édition, une projection documentaire, une dégustation de vins de Cahors ou un repas traditionnel peuvent compléter la journée.

Nuit dans le secteur.

Jour 5 — De Gigouzac à Crayssac : rencontres au cœur du Quercy

13 km de marche

La marche se poursuit en direction de Crayssac, avec une halte dans le secteur de Nuzéjouls.

Entre espaces boisés, prairies et paysages ruraux, cette étape offre de nouvelles occasions de rencontrer les éleveurs et de comprendre leur engagement dans la préservation des milieux ouverts.

En soirée, un repas collectif autour de l'agneau du Quercy et des animations musicales prolonge la convivialité de la journée.

Nuit dans le secteur de la vallée du Lot.

Jour 6 — De Crayssac à Luzech : l'arrivée du troupeau

12 km de marche



Transhumance Rocamadour - Luzech 2023 © Odile Obert

Dernière étape de la transhumance vers Luzech, au cœur du vignoble de Cahors.

Après plusieurs jours à travers les causses, le paysage change progressivement : la vallée du Lot et les vignobles annoncent l'arrivée du troupeau sur les espaces de pâturage de l'estive de Plane de Blanchard.

Cette arrivée constitue l'un des temps forts du reportage. Musiques traditionnelles, marché gourmand, démonstrations de tonte et rencontres avec les acteurs du pastoralisme accompagnent les festivités, selon la programmation annuelle.

Une conclusion festive à cette aventure collective, qui rappelle le rôle de l'élevage dans la vie et l'entretien des paysages quercynois.

Transfert vers Cahors, dîner et nuit sur place.

Jour 7 — Cahors, fin du voyage

Après six journées passées dans le Lot, dont cinq aux côtés du troupeau, fin du programme et départ possible en train depuis la gare de Cahors.

Les temps forts du reportage

- Accompagner les brebis sur cinq étapes, de Rocamadour à Luzech.
- Partager le quotidien des éleveurs et comprendre les pratiques pastorales.
- Découvrir les paysages du Parc naturel régional – Géoparc mondial UNESCO des Causses du Quercy.
- Comprendre le rôle du pâturage dans la préservation des milieux ouverts et de la biodiversité.
- Vivre les haltes villageoises, les repas collectifs et les traditions gourmandes.
- Assister à l'arrivée du troupeau à Luzech et aux animations qui accompagnent cet événement.

Une expérience humaine et collective, à la croisée de l'itinérance, du patrimoine rural, de la gastronomie et de la préservation des paysages.

Informations pratiques
Période : au printemps, selon les dates de l'édition annuelle.
Parcours : environ 68 km de marche sur cinq étapes, selon le déroulé documenté en 2026.
Accès : arrivée possible en train à Rocamadour-Padirac et départ depuis Cahors, avec transferts à organiser.
Hébergement et restauration : pris en compte lors de la préparation du voyage, selon les villages-étapes et les disponibilités. Les repas collectifs et les moments de convivialité font partie intégrante de l'expérience.
Bagages : transfert entre les étapes à organiser avec les partenaires.
Accompagnement presse : programme adaptable selon le projet éditorial, le niveau de participation souhaité et les possibilités de rencontre avec les éleveurs.

Programme indicatif inspiré des accueils presse organisés en avril 2026. Le parcours, les dates, les animations et les modalités logistiques restent à confirmer pour l'édition 2027.

Un voyage de presse organisé avec nos partenaires

Ce voyage de presse est proposé par Lot Tourisme, en collaboration avec le Département du Lot, le Parc naturel régional – Géoparc mondial UNESCO des Causses du Quercy, l'Office de tourisme de la Vallée de la Dordogne et l'Office de tourisme de Cahors – Vallée du Lot.

Lot Tourisme – Service presse
www.tourisme-lot.com