



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

CANTAL

Le Tour des Monts du Cantal



Partez à la découverte de ce beau massif du sud du Massif Central, un massif verdoyant aux allures alpines parfois ! Durant cette magnifique semaine de randonnée au cœur du Cantal, vous ferez connaissance avec ses Monts les plus élevés, ses belles vallées encaissées, sa succulente gastronomie et ses habitants accueillants. Cet itinéraire vous emmène sur les plus beaux sites du Massif Cantalien, et vous offrira de superbes points de vue !

> PROGRAMME

FL145

8 jours - 7 nuits - 6 jours de marche

JOUR 1 : MURAT (alt : 868 m)

Accueil et installation à l'hôtel de MURAT.

JOUR 2 : MURAT - SUPER LIORAN

22 km 8h00 de marche D+ 1200 m D- 832 m

Depuis la jolie petite ville de Murat, la randonnée prend de la hauteur en passant par la Vallée de l'Alagnon, puis la ligne de crête au-dessus du Super Lioran, avant de redescendre en passant par le buron de Meije-Coste.



JOUR 3 : SUPER LIORAN - LE CLAUX

19.5 km 6h30 de marche D+ 722 m D- 926m

Depuis la station de Super Lioran, vous empruntez le chemin des cols : col Font de Cère, col de Combenègre, col de Rombière, col de Cabre puis col de Serre. Passage par la Brèche de Rolland et le Puy Mary (1783 m) puis descente sur Le Claux en passant par les Burons d'Eylac.

JOUR 4 : LE CLAUX - MANDAILLES

17 km 6 h de marche D+ 801 m D- 914 m

Belle étape de randonnée avec passage par Puy de la Tourte, Puy Chavaroche et arrivée sur Mandailles.

JOUR 5 : MANDAILLES – THIEZAC

13 km 4h30 de marche D+ 621 m D- 743 m

Randonnée de la vallée de la Jordanne en direction de la vallée de la Cère. Montée en direction du col du Pertus. Puis superbe passage en crête pour rejoindre le Puy de La Poche. En direction de Thiézac, passage par la Grotte des Ermites.

JOUR 6 : THIEZAC - SUPER LIORAN

21 km 8h de marche D+ 1 163 m D- 732 m

Encore une journée où vous prendrez de la hauteur ! Passage par le col de Chèvre et le Plomb du Cantal, point culminant du massif (1855 m).

JOUR 7 : SUPER LIORAN – MURAT

24.5 km 8h de marche D+ 883 m D- 1 246 m

Passage par le Rocher du Cerf qui offre un beau point de vue sur la vallée de l'Alagnon. Depuis le Pas des Alpains, descente en direction de Prat de Bouc, puis le Col de la Molède. Une dernière petite halte au pied de la charmante église de Bredons, puis ce sera l'arrivée sur Murat.

JOUR 8 : MURAT

Fin du séjour après le petit-déjeuner.





- Une découverte complète du massif cantalien !
- Des hébergements de qualité et la gastronomie auvergnate !
- Le séjour idéal pour vous ressourcer dans un écrin de nature !

> DATES

Entre le 1^{er} juin et le 15 octobre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hébergements.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée d'un ou deux jours avant ou après...) ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

!!! A partir de 2 participants !!!

> LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension.
- Un topo-guide avec carte pour les randonnées.
- La taxe de séjour.
- le transfert des bagages (selon l'option choisie).

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription
- Les frais d'envoi à l'étranger
- Les repas de midi.
- Les assurances.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous et le retour.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



- Tout ce qui n'est pas dans la rubrique « le prix comprend ».

> ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu à l'hôtel de Murat en fin d'après midi le jour 1.

Pour ceux qui viennent en voiture, possibilité de laisser votre véhicule au parking de la gare (stationnement gratuit).

Fin du séjour après le petit-déjeuner à Murat, le lendemain de votre dernier jour de marche.

> NIVEAU



Niveau 3 En moyenne, marche de 6h par jour sur des chemins ou sentiers pouvant présenter un dénivelé positif cumulé de +600 à +800m. Certaines journées de marche de nos programmes peuvent présenter peu de dénivelé mais les étapes sont parfois longues (25 / 30 km).

Attention certaines étapes (J2, 6 et 7) méritent un niveau 4.

> HEBERGEMENTS

Hôtels 2** et 3*** confortables et chambres d'hôtes selon disponibilité.
Les chambres sont disponibles à partir de 16h.

> RESTAURATION

Les paniers repas du midi **ne sont pas inclus** dans nos prix.

Vous pouvez les acheter dans les villages aux commerces existants.

Si vous souhaitez commander un pique nique à l'hôtel, nous vous recommandons de le demander la veille à l'hôtelier.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Vos bagages seront transportés par notre transporteur de bagages entre chaque étape en fin de matinée ou dans le courant de l'après-midi. Livraison pour 18 H



ATTENTION :

Nous vous demandons de déposer votre bagage dans le hall de chaque hébergement le matin à 8 H et de ne prévoir IMPERATIVEMENT QU'1 SEUL BAGAGE PAR PERSONNE NE DEPASSANT PAS 13KG; au-delà de ce nombre (1 sac) et de ce poids (13 kg), le transporteur pourra vous facturer, en fin de randonnée, un supplément ou refuser catégoriquement de transporter votre bagage s'il est trop encombrant.

Valise rigide non autorisée-nous déclinons toute responsabilité sur les dommages de ce type de bagage.

Nous vous invitons à vous munir d'un petit sac à dos pour transporter vos effets personnels de la journée.

Si vous faites partie d'un groupe, nous vous demandons d'indiquer sur vos étiquettes valises le NOM de la personne responsable de ce groupe (personne qui a réservé la randonnée).

> ACCES



En train :

Gare SNCF de Murat.

Pour vérifier les horaires : www.voyages-sncf.com



En voiture :

Via l'A75, en venant de Clermont-Ferrand : prendre la sortie n° 23 en direction de Massiac/Aurillac. Depuis Clermont-Ferrand, compter environ 1h25 de trajet pour rejoindre Murat.

Via l'A75, en venant du sud, de Montpellier : prendre la sortie n° 29 en direction de Saint Flour/Aurillac/Murat. Depuis Saint Flour, compter environ 30 minutes de trajet pour rejoindre Murat.

Pour le stationnement :

Vous pourrez garer votre voiture gratuitement à différents endroits de la ville, et notamment à celui de la gare, proche de l'hôtel.



> DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons, au versement du solde, un dossier de voyage comprenant la liste des hébergements et le topo guide (**1 topo-guide par chambre réservée**). Si vous souhaitez un dossier de voyage supplémentaire, il vous sera facturé + 20€ / dossier.

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Equipement pour la randonnée :

- Une veste en polaire (si possible coupe-vent).
- Une veste imperméable et respirante en Gore-Tex.
- Des pantalons de randonnée.
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Un collant ou caleçon long selon la destination.
- Un bonnet ou bandeau.
- Des sandales légères ou autres chaussures un peu ouvertes dans votre petit sac en cas d'ampoules trop douloureuses.
- Une cape de pluie.
- Des guêtres.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum).
- Une paire de gants.
- Une gourde (ou gourde poche à eau avec pipette).
- Des chaussures imperméables basses ou hautes selon la randonnée choisie et vos habitudes.
- Une lampe frontale.
- Des bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes).

Bagages :

- Un sac à dos équipé d'une armature anatomique réglable de 25 à 30 litres, pour vos affaires de la journée.
- Un sac de voyage de 80 à 100 litres, souple, pas haut de gamme et pas fragile, transporté la journée par véhicule.

Divers :

- Des vêtements de rechange.



- Des sandales ou chaussures légères pour le soir.
- Une paire de lacets de rechange.
- Du papier toilette.
- Des barres énergétiques ou céréales.
- Appareil photo.
- Un couteau de poche (en soute si vous partez par avion!).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires et pour utiliser en poubelle pendant les piques niques.
- Une aiguille et du fil.
- Assiettes, gobelet et couverts, selon vos habitudes de pique nique.
- Une pochette antivols, à garder toujours sur soi, avec vos papiers d'identité, argent et attestations d'assurance avec N° de téléphone.

Votre pharmacie individuelle (prendre à la journée dans votre petit sac à dos ce qui vous est nécessaire, ne vous chargez pas inutilement) : *Vous pouvez demander aussi conseil à votre médecin.*

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire.
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un anti diarrhéique et un antiseptique intestinal.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive et du Steristrip.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la pommade pour coup de soleil.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger ou *boules-Quies* et médicaments personnels.

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- Appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

