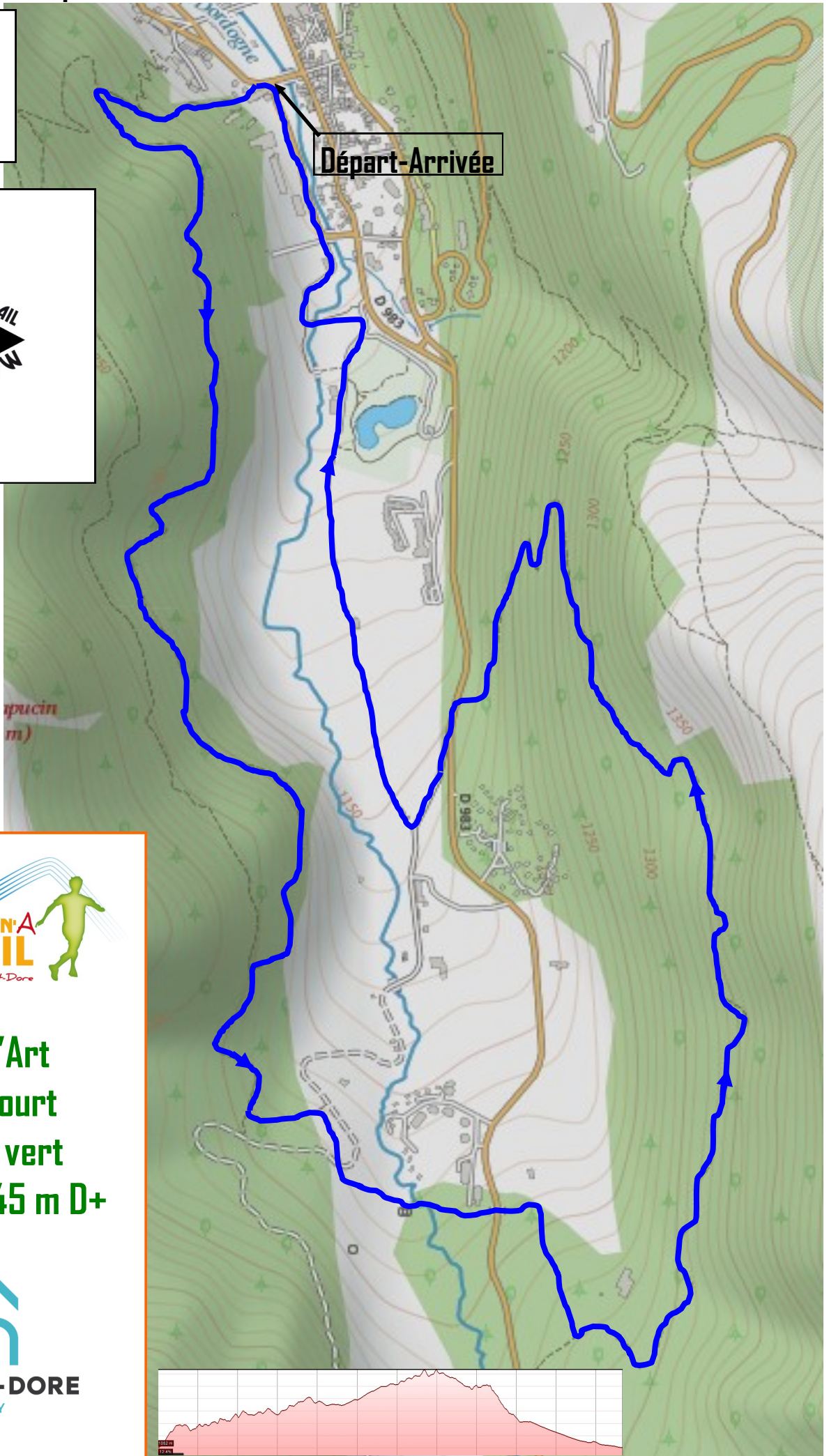
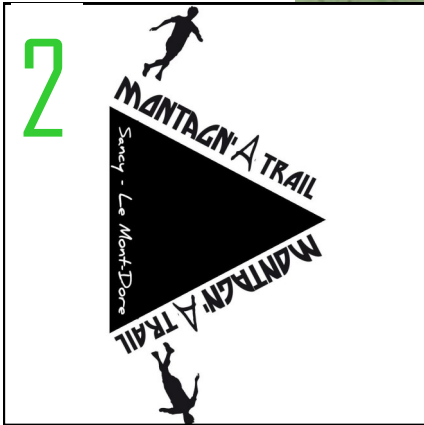


Tracé par Cairn Concept

Parcours n° 2



MONTAGN'A TRAIL
Sancy - Le Mont-Dore

Egrav'Art
Trail court
Niveau vert
8,8 km, 345 m D+

LE MONT-DORE
SANCY



Partie 1 :

Le départ est à réaliser sur un rythme lent, car la pente est d'emblée assez forte, mais cela ne dure pas. Vous rejoignez le chemin des "Artistes". La pente s'assagit alors, et vous montez à flanc de colline, progressivement, par un large chemin, traversant la forêt, ses sapins, hêtres ou sorbiers accrochés à la montagne. Par moment, la vue se dégage sur le Roc Cuzeau et les crêtes du plateau de Durbise. Si une pause s'avère nécessaire, profitez des quelques bancs disposés le long du chemin et admirez la ville du Mont Dore. Vous sortez de la forêt en arrivant au pied du télésiège des Longes. Le chemin

descend légèrement, avant de partir sur votre droite afin de franchir la Dordogne, sur un large pont en bois.

Vous remontez ensuite jusqu'à la route, qu'il vous faudra traverser avec toutes les précautions nécessaires, pour rejoindre une courte partie goudronnée, juste en face de vous.

Il faut ensuite vous engager sur le premier chemin à droite.

Partie 2 :

Juste après le pont, le chemin reste large et passe derrière l'hôtel le "Fitz Roy" (par la droite), puis vous rejoignez une large piste, en faux plat montant, au dessus des Egravats. Vous aurez le loisir

d'admirer, sur votre gauche, le "Capucin", puis, sur votre droite, le long du chemin, les marques du volcanisme ancien qui agita le massif du Sancy par le passé. Vous longerez dans un premier temps, une ancienne couche de cendres volcaniques, usées par l'érosion, au sein de laquelle tiennent par miracles quelques blocs de basalte. Plus loin, vous serez dominé par une falaise impressionnante, faite de roche basaltique, en alternance avec des débris plus légers, sensibles à l'érosion, et à l'origine de la formation de grottes et d'éboulements.

Partie 3 :

Le parcours redescend progressivement sur la station. La première partie est parfois humide et nécessite de la vigilance, bien qu'elle ne soit pas technique. En bas du chemin des Egravats, faites attention en traversant la route, puis effectuez la jonction avec le GR, et laissez vous couler jusqu'au Mont Dore, en passant devant le centre équestre et le parc aménagé à l'entrée de la ville, prétexte au repos, et zone idéale pour les étirements de fin de séances.

Un parcours est idéal pour qui souhaite s'initier au trail de moyenne montagne.

Environnement

* Environnement : Cheminement au sein d'une forêt caractéristique du milieu montagnard, faite essentiellement de hêtres et de sapins. Vous découvrirez, à la fois, au départ, l'ancien mur en pierre de basalte, longeant le chemin, marque de l'utilisation commune de cette roche volcanique par le passé. Puis vous pourrez apprécier les traces anciennes du volcanisme qui fut à l'origine de la constitution de notre massif (coulée de cendre, blocs de basaltes, couches de laves désormais en bordure de crêtes, mise en évidence par l'érosion. Dans cette zone tourmentée, et avec un peu de chance, vous apercevrez peut être le chamois

* Historique : Vous emprunterez un chemin jadis jalonné d'artistes, impatients de "tirer le portrait" des promeneurs. Vous admirerez également par moment la ville du Mont Dore et son patrimoine architectural rappelant un passé thermal glorieux. Les plus observateurs remarqueront les toits de lauze et d'ardoise, caractéristiques de notre région.

Intérêt sportif

Ce parcours offre tout ce que peut rechercher un traileur. Il permet, par son profil doux et progressif, de s'initier aisément en contrôlant son allure. Il peut aussi être un terrain optimal pour celui qui voudra travailler sa vitesse ou fractionner, sur un terrain sécurisant.

