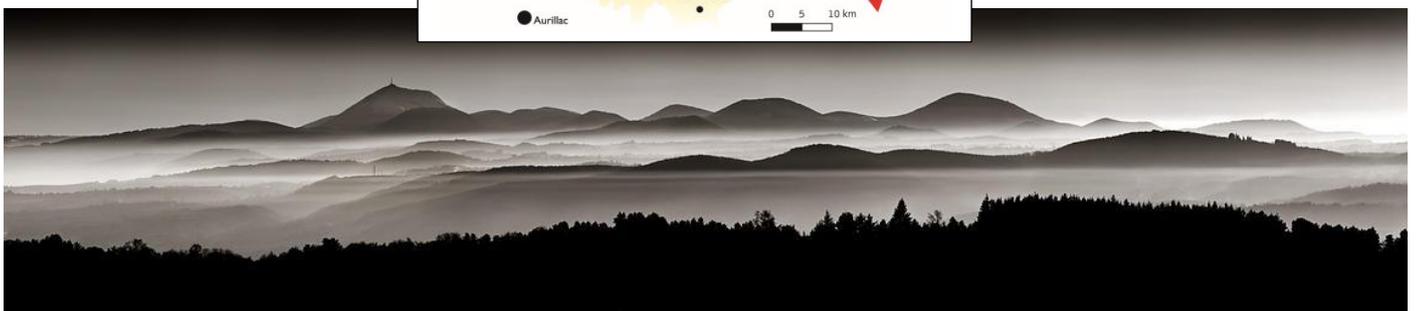


COURIR Entre maars et merveilles

La traversée du Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne

en courant

6jours - 330 km – 9000 m d+



Fiche Etape N° 1

Départ : Gannat

Arrivée : Volvic

Distance : 55,1 Km

29 km / route

26,1 km / GR

Dénivelé + : 850 m

Lieux de passage :

1. Gour de Tazenat
2. Maar de Beaunit

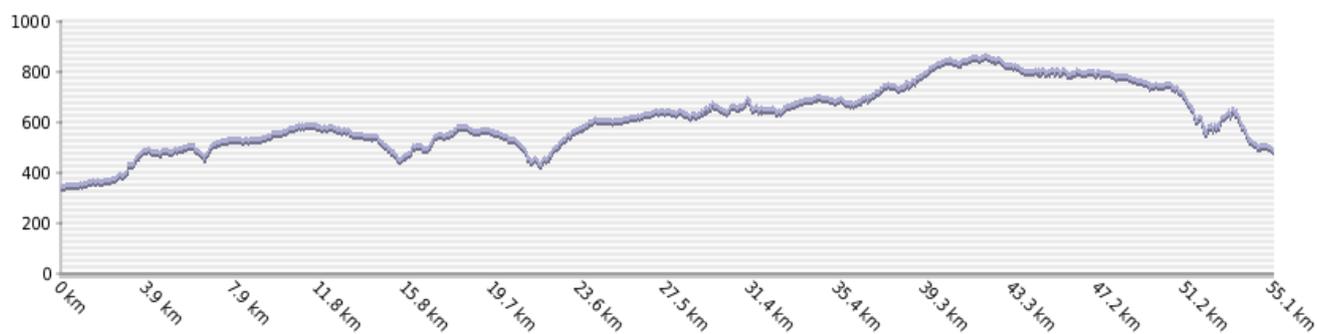
Hébergement

Moulin des Valignards

03450 Vicq

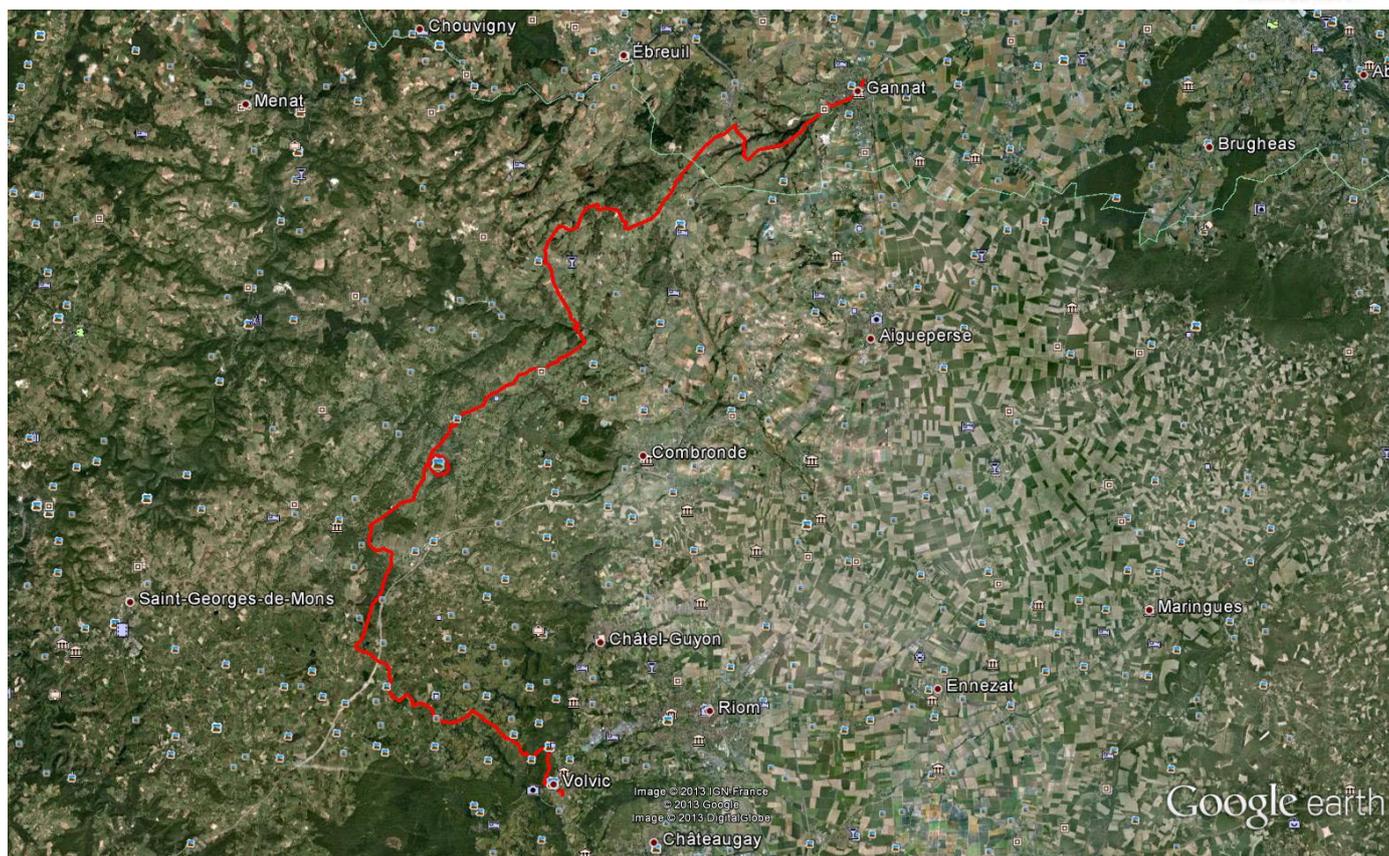
tél: 04.70.56.45.95

Altitude profile [m]



Itineraire :

Gannat - Peyrolles :	8,1	GR 463	
Peyrolles - Champs :	13,1	D216 / D401	5
Champs - Les Graves :	15,1	D ?	2
Les Graves - St Hilaire la Croix	18,8	GR 300	
St Hilaire la Croix - Bonneval	22,1	GR 300	
Bonneval - Charbonnières les Vieilles	28,8	D408	6,7
Charbonnières les Vieilles - Touzet	37,8	D19/D227	9
Touzet - Beaunit	44,2	D50	6,3
Beaunit - Volvic	55,1	GR441	



1) Gour de Tazenat

Le premier maar. Le gour de Tazenat est un lac d'origine volcanique qui marque la limite nord de la Chaîne des Puys.

2) Maar de Beaunit

Le maar de Beaunit est l'un des plus grands maars de la Chaîne avec un évent de près d'un km de diamètre.

3) Volvic

Implantée au cœur d'un paysage façonné par les éruptions volcaniques, Volvic est aujourd'hui réputée internationalement pour la pureté de son eau...

Fiche Etape N° 2

Départ : Volvic

Arrivée : Orcival

Distance : 57 Km

Dénivelé + : 1980 m

Lieux de passage :

1. Puy de Lemptégy
2. Puy Pariou
3. Puy de Dôme
4. Laschamps

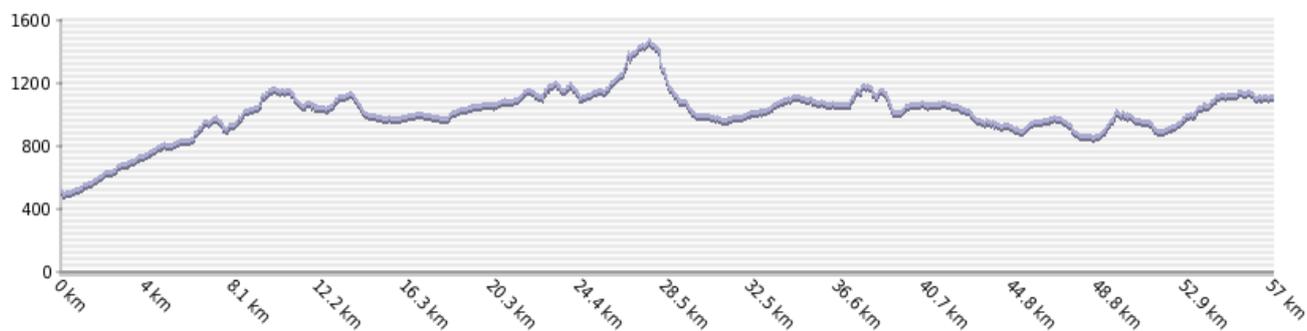
Hébergements

Hôtel du Commerce, 3 place de l'église
63530 Volvic Tél. : 04 73 33 60 64

Hôtel la Rose des Vents, Luzet., (3 km
Volvic, dir. le Cratère D 986). 63530 Volvic
Tél : 04 73 33 50 77

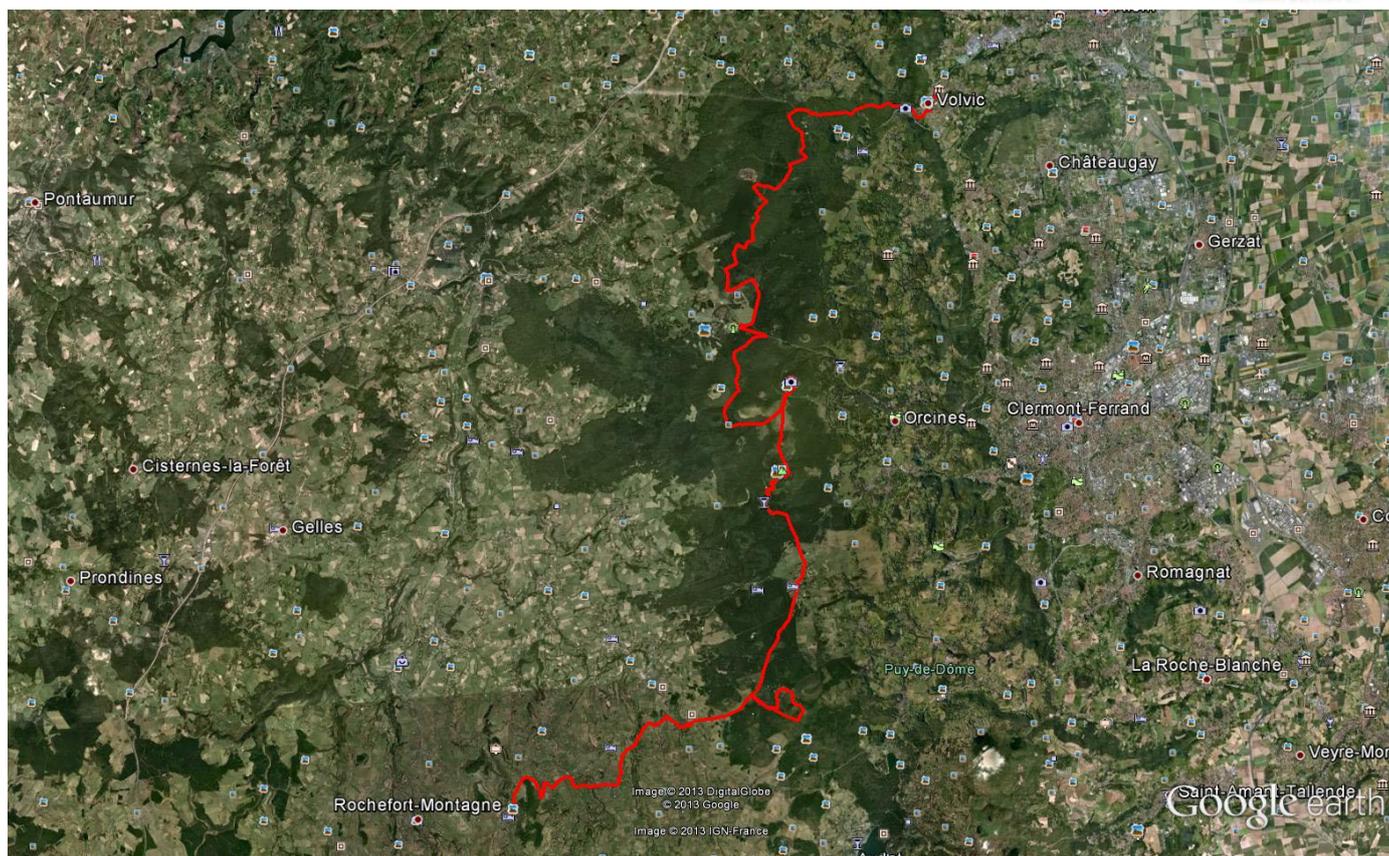
Hôtel Restaurant le Belvédère, 7 Rue du
Général de Gaulle 63140 Châtel-Guyon, Tél :
04 73 86 06 62

Altitude profile [m]



Itinéraire :

Volvic - Lemptégy :	17,2	GR 441
Lemptégy - Puy Pariou :	25,4	GR 441
Puy Pariou - Puy de Dôme :	30,1	GR 4 / GR 441
Puy de Dôme - Laschamp :	35,7	GR 4 / GR 441
Laschamp - Puy Pourcharet :	39,6	GR 4 / GR 441
Pourcharet - Lassolas - Pourcharet :	44,7	GR 4 / GR 441
Pourcharet - Orcival :	57	GR 30 / GR 441B



1) Puy de Lemptégy

Le Lemptégy est un volcan de la chaîne des Puys, en Auvergne, situé sur la commune de Saint-Ours-les-Roches. Il est éteint, comme tous les volcans de France métropolitaine

2) Puy Pariou

Le Puy Pariou est un volcan formé par la superposition de deux cônes stromboliens et d'un anneau de tuf, cet ensemble a produit trois coulées de laves au cours de son histoire éruptive.

3) Puy de Dôme

Le puy de Dôme est un volcan qui se trouve à une quinzaine de kilomètres de Clermont-Ferrand et qui a donné son nom au département du Puy-de-Dôme. La chaîne des Puys est devenue un site classé en 2000.

4) Laschamps

Laschamps est un village situé au pied du Puy-de-Dôme. Avec ses 967 m d'altitude, il est le village le plus haut de la commune. Il a su préserver son caractère rural et quelques agriculteurs pérennisent l'activité agricole. Toutefois, sa situation à proximité du géant des Dômes et de Vulcania fait converger, depuis une bonne décennie, ses activités vers le sport, les loisirs et le tourisme: randonnées, équitation, VTT, parapente, delta, restauration, hébergement. C'est un village où il fait bon vivre.

5) Orcival

Niché dans la superbe vallée du Sioulot, au sud de la Chaîne des Puys, Orcival est un ravissant village de montagne dévoilant ses habitations sur fond d'andésite et de lauzes, mais surtout sa basilique romane, perle des Monts Dore.

Fiche Etape N° 3

Départ : Orcival

Arrivée : Besse-en-Chandesse

Distance : 51,9 Km

4,9 km / route

47 km / GR

Dénivelé + : 2050 m

Lieux de passage :

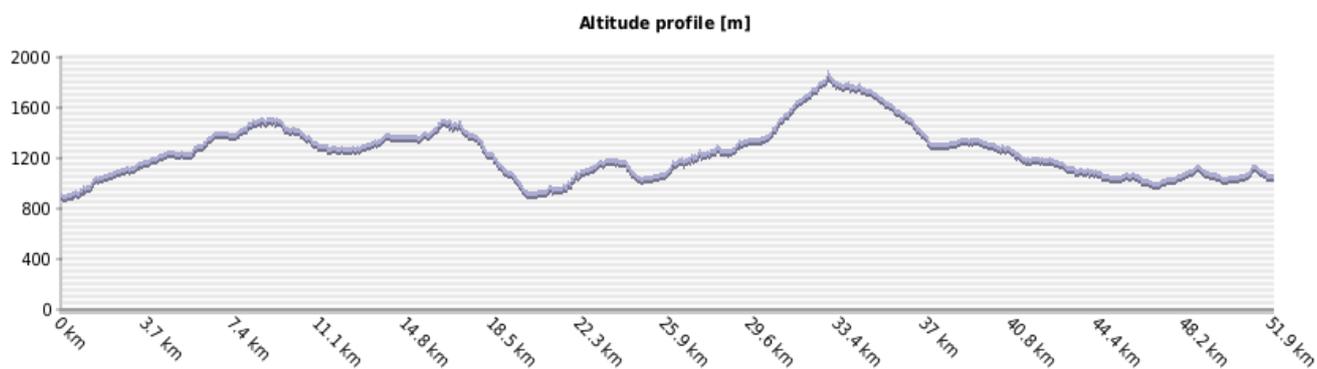
1. Lac de Servières
2. Lac de Guéry
3. Le Mont-Dore
4. Le puy de Sancy
5. Super Besse

Hébergements

Hôtel Notre Dame, Place de la Basilique,
63210 Orcival, Tél : 04 73 65 82 02

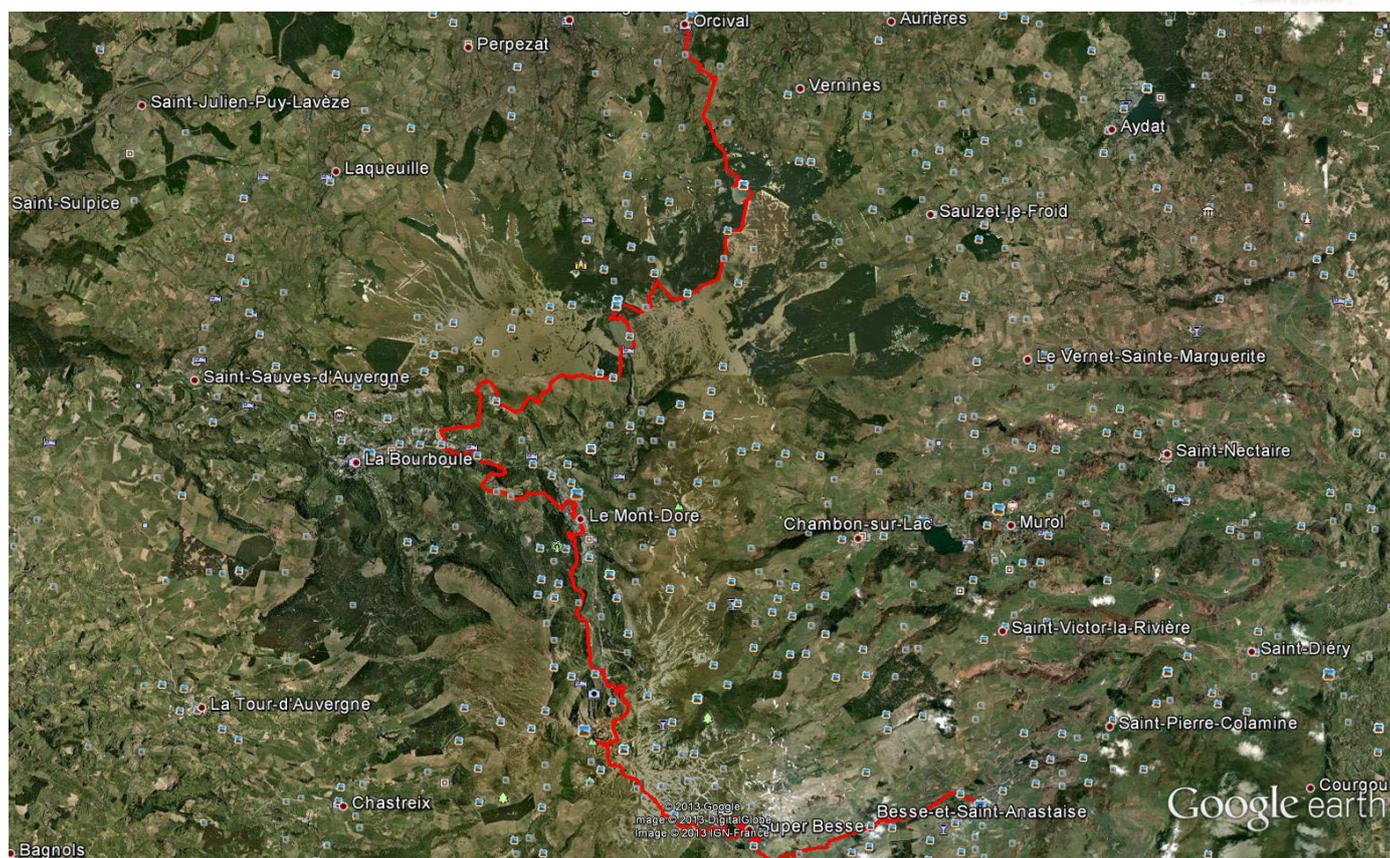
Auberge Le Cantou, Le Bourg, 63210
Orcival, Tél : 04 73 65 82 07

Hôtel Roche, Le Bourg, 63210 Orcival, tél :
04 73 65 82 31



Itineraire :

Orcival - Lac de Servières :	5,4	GR30 / GR 441
Lac de Servières - Lac de Guéry :	13	GR 30
Lac de Guéry - Mont-Dore :	28,5	GR 30
Mont-Dore - La Puy de Sancy :	37,1	GR 4E
La Puy de Sancy - Super Besse :	44 ,2	GR 4 / GR 30
Super Besse - Besse-en-Chandesse :	51,9	D149 + sentier découverte



1) Lac de Servières

Le lac de Servières est un maar situé entre Chaîne des Puys et Sancy

2) Lac de Guéry

Le Lac de Guéry est un lac de montagne d'origine volcanique situé dans le massif des Monts Dore. C'est le plus haut des lacs d'Auvergne.

3) Le Mont-Dore

Station thermale et de sports d'hiver, le Mont-Dore est situé dans la vallée de la Dordogne au cœur du massif du Sancy dominé par le Puy de Sancy.

4) Le Puy de Sancy

Le puy de Sancy est un volcan éteint situé dans le massif des monts Dore. C'est, avec ses 1 885 mètres d'altitude, le point culminant du Massif central et le plus haut volcan de France métropolitaine.

5) Super Besse

La station de sports d'hiver de Super-Besse est située dans la commune de Besse-en-Chandesse au cœur du parc régional des volcans d'Auvergne.

Fiche Etape N° 4

Départ : Besse-en-Chandesse

Arrivée : Allanche

Distance : 55,1 Km

5,5 km / route

49,6 km / GR

Dénivelé + : 1100 m

Lieux de passage :

1. Lac Pavin
2. Lac de Montcineyre
3. La Godivelle

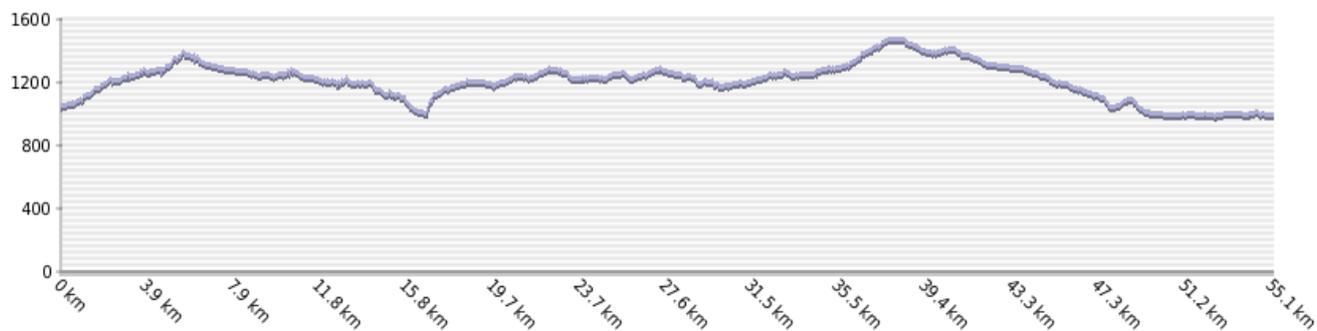
Hébergement

Hôtel le Sancy, 3 Place Docteur Alfred Pipet
63610 Besse-et-Saint-Anastaise, Tél : 04 73 79 50 13

Hostellerie du Beffroy, 26 Rue de l'Abbé
Blot 63610 Besse-et-Saint-Anastaise, Tél : 04 73 79 50 08

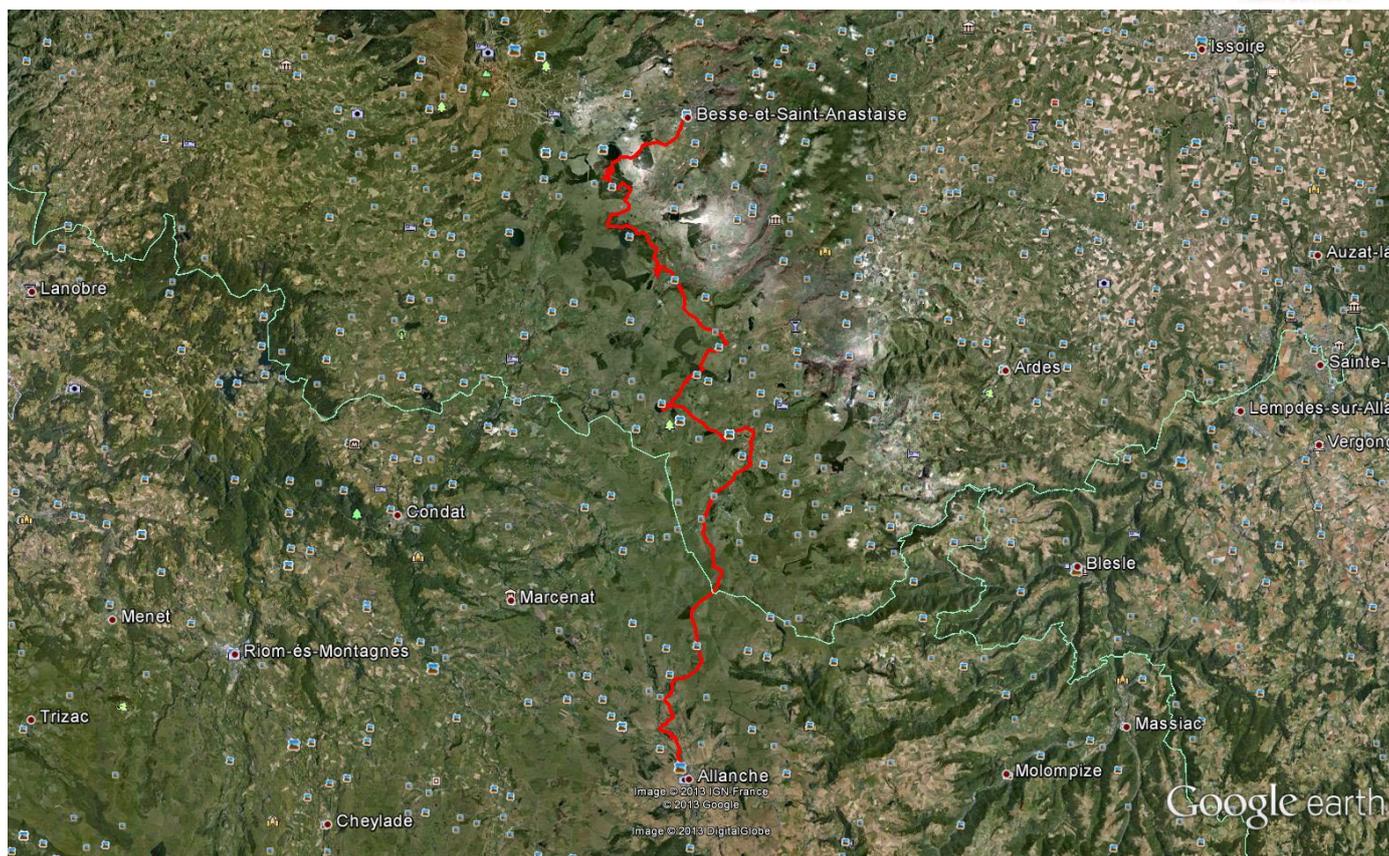
La Gazelle Hôtel restaurant, 1 Chemin
d'Olpilière 63610 Besse-et-Saint-Anastaise,
Tél : 04 73 79 50 26

Altitude profile [m]



Itinéraire :

Besse-en-Chandesse – Lac Pavin :	4,9	GR 30
Lac Pavin – Puy de Montchal :	6,2	GR
Montchal – Lac de Montcineyre :	13,1	GR 30 / GR 41
Lac de Montcineyre – La Godivelle :	27,7	GR 30 / GR 41 , GR 30 (La motte)
La Godivelle – Boutaresse :	35,4	GR Tour du Cézallier , GR 41(Jassy)
Boutaresse - Allanche :	55,1	D724 + GR Tour du Cézallier



1) Lac Pavin

Célèbre lac d'Auvergne, le lac Pavin occupe ce que l'on appelle le cratère de maar d'un volcan dont la dernière éruption remonte à 6.700 ans environ.

2) Lac de Montcineyre

Le Lac de Montcineyre est un lac situé à 1182 mètres d'altitude, dans le Massif du Mont-Dore, sur la commune de Compains dans le département du Puy-de-Dôme. Il s'agit d'un lac de barrage formé à la suite de l'éruption du Puy Montcineyre (1331m) : ses coulées de lave ont barré le cours de la rivière qui coulait là il y a de ça 6 millénaires.

3) La Godivelle

Le petit village de La Godivelle est situé dans le massif du Cézalier au sud du massif des Monts Dore. La commune de La Godivelle possède deux lacs. Le lac d'En-Haut est un lac de cratère (44 mètres de profondeur) d'origine volcanique situé à 1 239 mètres d'altitude. Il alimente en eau le village. Il a été formé à la suite d'une explosion volcanique (c'est un maar). Le lac d'En-Bas est un lac d'origine glaciaire situé un peu plus bas que le précédent, à une altitude de 1 200 mètres. Il forme avec le lac de Saint-Alyre une tourbière.

4) Allanche

Allanche, au coeur du Cézallier...

Fiche Etape N° 5

Départ : Allanche

Arrivée : Murat

Distance : 51,9 Km

19,1 km / route

32,8 km / GR

Dénivelé + : 1450 m

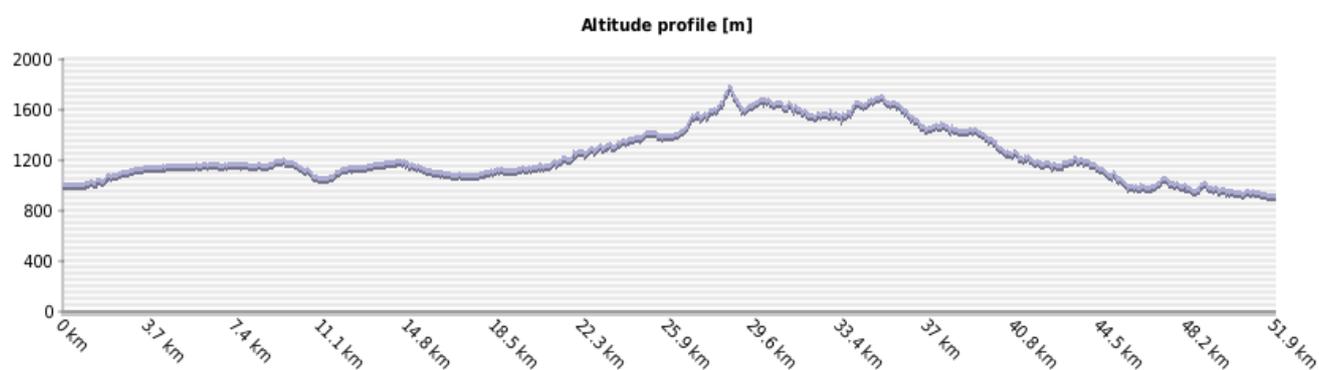
Lieux de passage :

1. Lac du Jolan
2. Dienne
3. Puy Mary

Hébergement

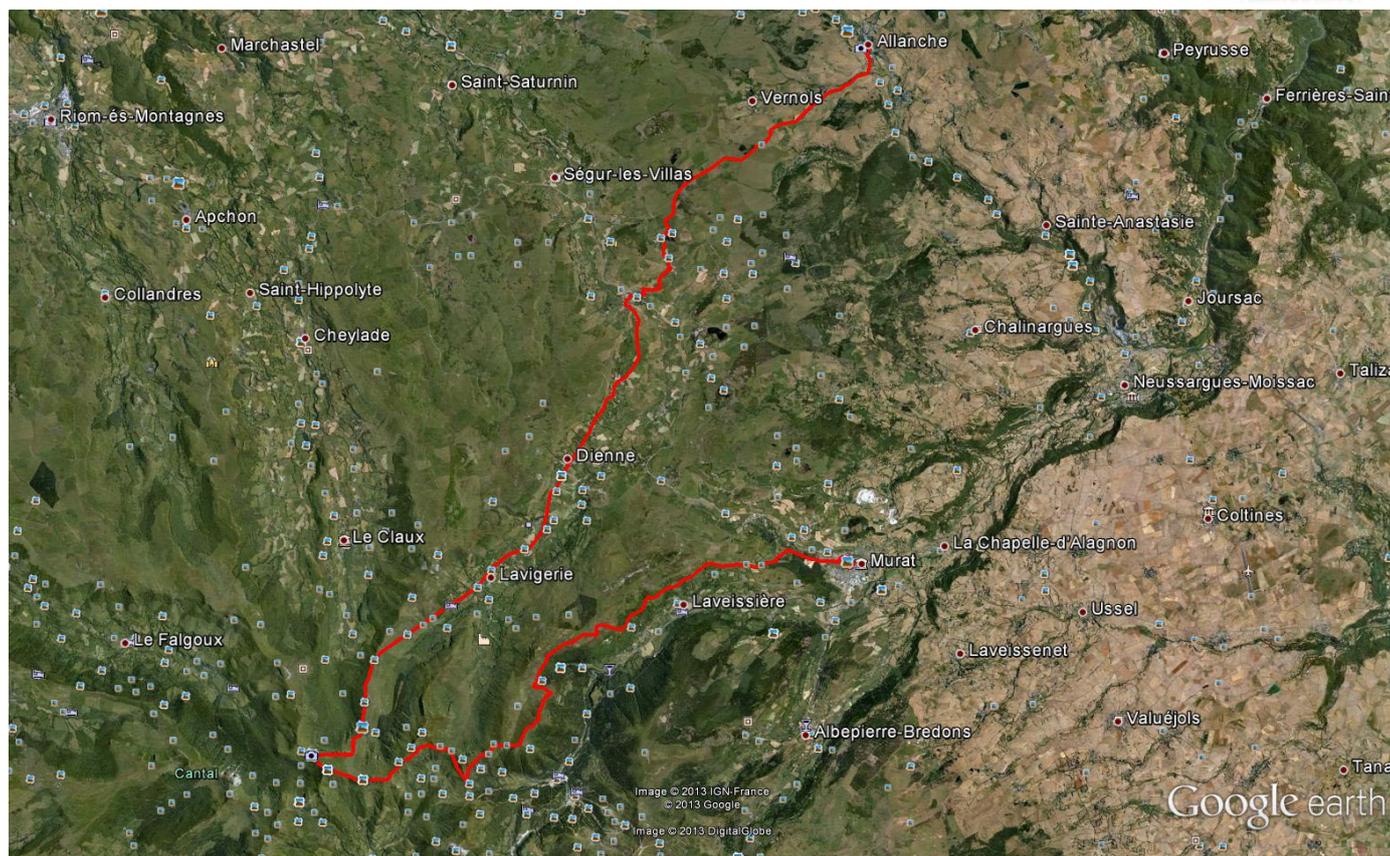
Logis Hôtel le Relais des Remparts , 5
Avenue du Professeur René Rollier, 15160
Allanche , Tél : 04 71 20 98 00

Le Moderne Hôtel , Place du Cézallier,
15160 Allanche , Tél : 04 71 20 41 61



Itinéraire :

Allanche – Lac du Jolan :	8,9	D9
Lac du Jolan – Nozières :	15,2	GR ?
Nozières – Col de Serre :	25	D680
Col de Serre – Puy Mary :	30,1	GR 4 / GR 400
Puy Mary – Col de Rombière :	34,8	GR 4 / GR 400
Col de Rombière – Murat :	51,9	GR 400



1) Lac du Jolan

Le lac et la tourbière de Jolan abritent de nombreuses espèces végétales et animales rares et protégées... Au coeur des plateaux d'altitude du Cézallier, cette zone NATURA 2000 offre sur plus de 50ha ses richesses floristiques et faunistiques (rapaces nicheurs rares).

2) Dienne

Dienne est traversée par la Santoire, et voisine du puy Mary et des cols de Serre et d'Entremont. Au nord-ouest de la vallée se trouve le plateau du Limon qui la sépare de la vallée de la petite Rhue (commune de Cheylade).

3) Puy Mary

Le puy Mary (Puech Mariou en languedocien) est un sommet des monts du Cantal, vestiges du plus grand strato-volcan d'Europe. Il culmine à 1 783 mètres d'altitude.

4) Super Lioran

Le Lioran est une station de sports d'hiver du Massif central et également un hameau de la commune de Laveissière. Il s'agit de la plus grande station de sports d'hiver et de ski du Massif central.

Fiche Etape N° 6

Départ : Murat

Arrivée : Saint Flour

Distance : 55,6 Km

Dénivelé + : 1410 m

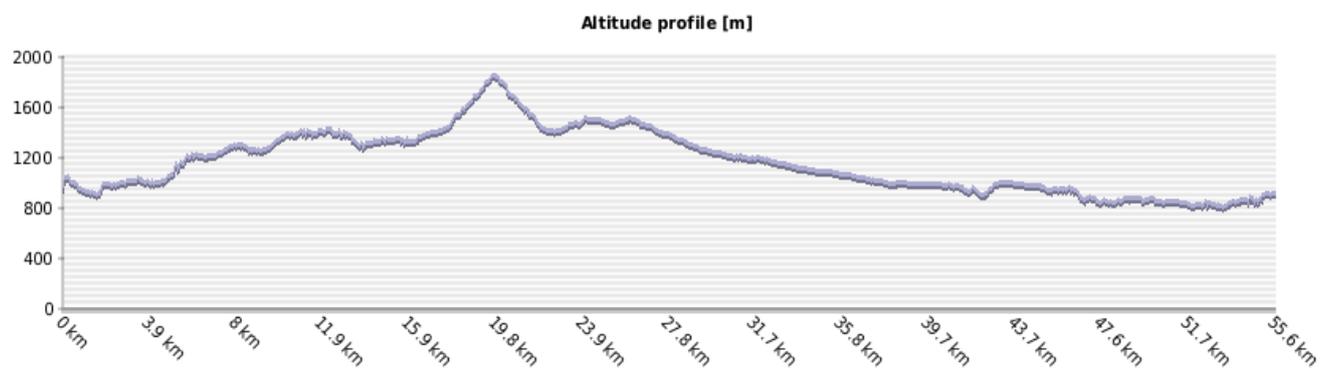
Lieux de passage :

1. Murat
2. Prat de Bouc

Hébergement

Logis Hôtel les Messageries, 18 Avenue du Docteur Louis Mallet, 15300 Murat , Tél

04 71 20 04 04



Itineraire :

Murat – Plomb du Cantal :	19,8	GR400
Plomb du Cantal – Col Prat de Bouc :	22,7	GR 4
Col Prat de Bouc – St Flour :	55,6	GR 4



1) Murat

Marqué par le volcanisme, la commune compte 3 anciennes cheminées : le rocher de Bredons et son église du 11ème siècle, le rocher de Chastel / Murat et sa chapelle romane, le rocher de Bonnevie couvert des orgues basaltiques les plus fins d'Europe et surmonté d'une statue de la Vierge.

2) Prat de Bouc

Le col de Prat-de-Bouc est un col culminant à 1 396 mètres d'altitude situé dans les monts du Cantal, dans le département du même nom, au sein du Massif central. Il se trouve à l'est du Plomb du Cantal.

3) Saint Flour

La ville de Saint-Flour est séparée en deux étages, la « ville haute » et la « ville basse ». La ville haute est située sur la Planèze, grand plateau volcanique du Cantal, à 900 mètres d'altitude. La ville basse est construite dans la vallée de l'Ander.