

AU TOUR ET AUTOUR DU SANCY

Du jeudi 15 septembre (départ 16h08 Paris) au dimanche 18 septembre

Parc Naturel Régional des Volcans : région d'Auvergne située autour du massif du Sancy et de la Réserve Naturelle de la Vallée de Chaudefour. Il s'agit de la suite du WE « Au fond des Puys » d'octobre 2004.

Itinéraire prévu :

Le jeudi 15 septembre : Départ en train à 16h08 pour Clermont Ferrand avec une arrivée prévue au Mont Dore à 21h00. Prévoir votre un repas dans le train, le changement à Clermont Ferrand ne nous permettra pas d'y faire les courses. Nuit au gîte des Hautes Pierres au Mont-Dore.

Le vendredi 16 septembre : Départ du gîte (1022 m) et ascension du Puy de Sancy (1885 m) puis redescente plein sud. Si cela est possible, nous essaierons de passer par le cirque (sauvage) de la Fontaine Salée pour rejoindre le gîte de Chareire à 1155 m (nuit en demi-pension).

Le samedi 17 septembre : Départ pour le lac Pavin et le Puy de Montchal. Nous nous dirigerons ensuite vers le gîte de Courbanges (nuit en demi-pension). Journée sans grand dénivelé.

Le dimanche 18 septembre : Départ matinal pour la Réserve Naturelle de la Vallée de Chaudefour et ses cascades (de Pérouse, de la Biche). Nous irons ensuite de crêtes en crêtes : Puy de la Perdrix (1824 m), Puy de Cacadoigne (1787 m), Roc de Cuzeau (1737 m). Nous descendrons ensuite sur Le Mont Dore pour reprendre le train. Ceux qui seront épuisés par ce WE pourront toujours rester faire une petite cure thermale sur place (elle me fait toujours autant rire celle-là...).

Attention ce programme est indicatif et peut-être modifié par l'organisateur en fonction des aléas (météo,...)

Niveau : **SOUTENU** / environ 7 heures de marche par jour, soit entre 25 et 30 km. Le dénivelé reste raisonnable (A vue d'œil : +/-900m/jour)

Départ : **jeudi 15 septembre 2005, rendez vous Gare de Lyon vers 15h55**
En tête de quai du train pour Clermont Ferrand
Le train part à 16h08 (l'organisateur s'occupe des billets de train).

Retour : **dimanche 18 septembre 2005, retour au même endroit à : 23h09**

Hébergement : Nuit en gîte. **Prévoir un drap sac ou un duvet** (Rappel : Il y a des couvertures dans les gîtes).

Équipement : Prévoir l'équipement classique du randonneur (chaussures de marche déjà rodées, vêtements chauds, de pluie, ...) pour la journée et une tenue de rechange pour le soir. Attention, il peut faire froid à cette période dans la région. Apporter votre pharmacie personnelle (élastoplast, pansements médicaments ...).

Repas : Les repas de midi sont à votre charge. Prévoir les pique-niques des trois jours. Néanmoins, il sera possible d'acheter un pique-nique dans le gîte du samedi soir (prévenir l'organisateur avant).

Coût prévisionnel du week end : environ 155 EUR (transport compris).

Règlement : Envoyer au CAF un montant de 100 EUR (chèque à l'ordre du CAF).

Solde : Prévoir un chèque pour le règlement à la fin du périple.

Inscription : ouverture des inscriptions à **partir du mercredi 15 juin 2005** au CAF d'Île de France.