

Cant'al envie d'bivouac

du 08 mai 2019 au 12 mai 2019

Organisateur(s) : Guillaume Humeau et Solène Roux	Niveau : soutenu ▲
Avec accord : oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 10	Bivouac et gîte

Du Puy Mary au Plomb du Cantal : 5 jours sur les crêtes cantaliennes.

Pour s'évader en montagne quand on est à Paris, on peut être pressé, prendre le TGV et passer 2 jours dans les Alpes au milieu des gens et des montagnes.

Sinon, on peut prendre son temps avec les Intercités et en à peine 6 heures se retrouver au milieu du Cantal, seuls au monde, et en profiter le temps de 5 jours au gré des crêtes et des vallées dans le plus grand volcan d'Europe.



Niveau et esprit

Cette sortie s'adresse à des randonneurs habitués à la randonnée camping itinérante en autonomie. La difficulté réside principalement dans le portage du matériel et le dénivelé qui va s'accumuler au fil des jours, nous évoluerons à un rythme moyen.

Participation aux frais

50 €

Incluant : la contribution aux frais de fonctionnement du CAF, une nuit en gîte, les frais d'organisation (cartes)

N'incluant pas : l'ensemble des repas (petit déjeuner, déjeuner, dîner), les boissons et en-cas divers, le transport depuis Paris.

Transport

Mercredi 8 mai, rdv à la gare de Le Lioran à 15 h, nous vous conseillons le trajet suivant :

Aller : Départ de Paris Bercy à 09:01 arrivée à 14:57 (correspondance à Clermont-Ferrand puis Neussargues).

Retour le 12 mai à partir de 17 h, nous vous conseillons le trajet suivant :

Retour : Départ de Le Lioran à 17:12. Arrivée à 23:01 à Paris Bercy.

Hébergement et repas

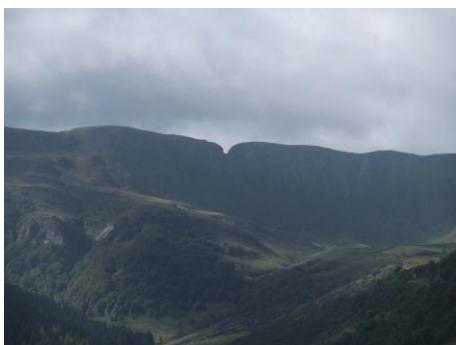
Hébergement en dortoir pour la nuit du 10 au 11 mai au gîte Vert-Azur à Mandailles.

Pour le reste du parcours hébergement en bivouac (prévoir un duvet chaud : 0 °C). Merci d'indiquer lors de votre inscription si vous avez votre matériel de camping et si vous en avez en plus que vous pourriez partager pour répartir et limiter le poids des sacs à dos.

Tous les repas sont tirés du sac (favoriser des aliments ayant un bon ratio énergie/poids : aliments lyophilisés, fruits secs...). Attention, certaines étapes nécessitent de porter l'eau pour la journée, prévoir des récipients adaptés au portage de 3 l d'eau.

Possibilité de ravitaillement (supérette) à Mandailles le matin du 4^e jour. Attention : **prévoir de l'argent liquide, absence de distributeur sur tout le parcours.**

Programme

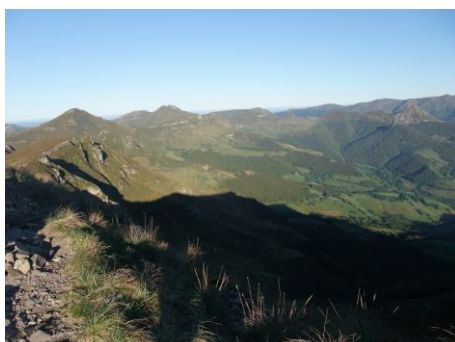


J1 : Le Lioran > Suc de la Blatte. 13 km + 1000 m – 600 m en 4 h 30 de marche effective

Après un long trajet depuis Paris jusqu'au Lioran, nous commencerons notre escapade cantalienne par une première crête depuis le col de Rombière en passant par la Brèche de Rolland (à ne pas confondre avec la Brèche de Roland dans les Pyrénées) pour gravir un des sommets emblématiques du secteur : le Puy Mary. Nous ferons une petite escale au Pas de Peyrol puis nous repartirons vers notre lieu de bivouac sur la crête nord sous le Suc de la Blatte.

J2 : Suc de la Blatte > Puy Violent. 22 km + 7 00 m – 1200 m en 8 h de marche effective

Après notre première nuit de bivouac, nous reprendrons notre chemin sur la crête vers le Luchard. Nous redescendrons alors vers le Falgoux avant une belle montée forestière qui nous mènera sous le Puy Violent où nous établirons notre second bivouac.



J3 : Puy Violent > Mandailles. 24 km + 1300 m – 2000 m en 9 h de marche effective

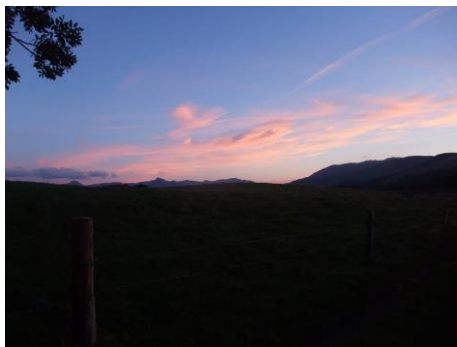
Nous commencerons ce troisième jour par une descente vers Le Fau puis un passage en forêt. Nous rejoindrons par le col du Redondet une magnifique crête d'où nous aurons une vue sur les massifs environnants.

Nous redescendrons enfin sur Mandailles où nous passerons une nuit bien méritée en gîte.

J4 : Mandailles > Le Buron de la Tuillière. 19 km + 1400 m – 1050 m en 8 h de marche effective

Après une nuit en gîte et une douche réparatrice, nous reprendrons notre route vers le col du Pertus. Nous suivrons alors les crêtes de l'Élancèze avant de redescendre sur Thiézac.

Une dernière montée nous mènera au Buron de la Tuillière, sur une ancienne voie romaine où nous nous installerons pour notre dernière nuit cantalienne.



J5 : Le Buron de la Tuillière > Le Lioran. 16 km + 700 m – 900 m en 6 h de marche effective

Nous terminerons notre périple par une belle crête qui nous conduira au point culminant du Cantal du haut de ses 1855m : le Plomb du Cantal. Après ce dernier panorama sur le volcan cantalien, nous redescendrons sur Le Lioran où s'achèvera notre échappée.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers :

- Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.
- Carte vital.
- Espèces (pas de distributeur de billets sur le trajet).

Marche et portage :

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche.
- Bâtons recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- Poche à eau de 2 litres + bouteille de 1l

Alimentation :

- L'ensemble des repas journaliers pour au minimum 3 jours (ravitaillement possible entre le 3e et le 4e jour), 2l d'eau pour la première journée.

Hygiène :

- Savon, brosse à dents, gant, petite serviette, mouchoir, papier toilette, lingettes...

Vêtements :

- Chaussettes et sous-vêtements (prévoir rechange).
- Chemisette ou tee-shirt, pantalon ou short.
- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant.
- Surpantalon de pluie ou pantalon imperméable ou pantalon déperlant, guêtres "stop tout".
- Housse de pluie du sac à dos.
- Bonnet, gants, chapeau ou casquette.

Sécurité :

- Pharmacie, pastilles pour purifier l'eau.
- Sifflet, couverture de survie.
- Téléphone mobile et chargeur.
- Crème et lunettes de soleil.
- Lampe frontale.

Nuitées :

- Drap-sac pour gîte, bouchons d'oreille.
- Duvet chaud (0°C), matelas.
- Tente légère de randonnée.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de votre règlement ou paiement en ligne.

Les places seront attribuées à partir du **22 02 2019** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

Date limite d'inscription : 26 04 2019.