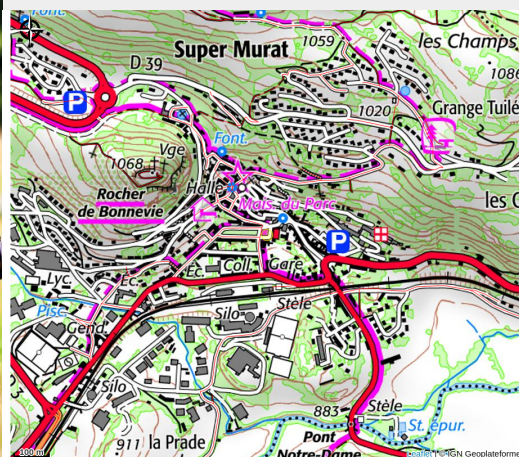


# Rando Marche Nordique La bonnevie de Saint-Antoine

Monts du Cantal



Crédit photo : Rando Marche Nordique -Boucle Peyre Arse\_Lavigerie



*Partez à la découverte du Cantal... en mouvement ! Accompagnés par un guide diplômé, venez pratiquer la marche nordique sur les plus beaux sentiers du Cantal ! Sur réservation*

## Infos pratiques

Categorie : Sorties accompagnées

Catégorie : Activités sportives

# Description

Une activité accessible, conviviale et complète, idéale pour découvrir la nature en douceur tout en prenant soin de soi.

Au programme, Bruno vous propose :

- ♦ Une initiation à la technique de marche nordique,
- ♦ Une randonnée encadrée, adaptée au niveau de chacun
- ♦ Une pause avec panoramas et découverte du site et/ou du patrimoine
- ♦ Un retour par sentier d'estive

Le + de ce parcours : L'incontournable au départ de Murat !

Cette balade vous permettra de vous hissez sur 2 necks basaltiques, le rocher de Chastel-sur-Murat et la chapelle romane de St-Antoine ainsi que le rocher de Bonnevie et sa vierge pour profiter de vues panoramiques.

Régalez vous !

Pourquoi essayer la marche nordique ?

- ♦ Favorise la perte de poids,
- ♦ Améliore la respiration et l'endurance,
- ♦ Sollicite 80 % des muscles tout en douceur,
- ♦ Apaise l'esprit, développe la coordination,
- ♦ Idéal en reprise d'activité physique ou en prévention santé.

Rejoignez-nous pour une aventure sportive et revitalisante !"

 Durée : 4H

A partir de 16 ans.

Dénivelé : 401m

Boucle de la Bonnevie de Saint-Antoine - Balisage bleu

Bâtons spécifiques fournis.

## **Ouverture:**

Jeudi 15 mai 2025 à 9h.

Durée 4h.

Jeudi 29 mai 2025 à 9h.

Durée 4h.

Jeudi 12 juin 2025 à 9h.

Durée 4h.

Jeudi 26 juin 2025 à 9h.

Durée 4h.

Jeudi 10 juillet 2025 à 9h.  
Durée 4h.

Jeudi 24 juillet 2025 à 9h.  
Durée 4h.

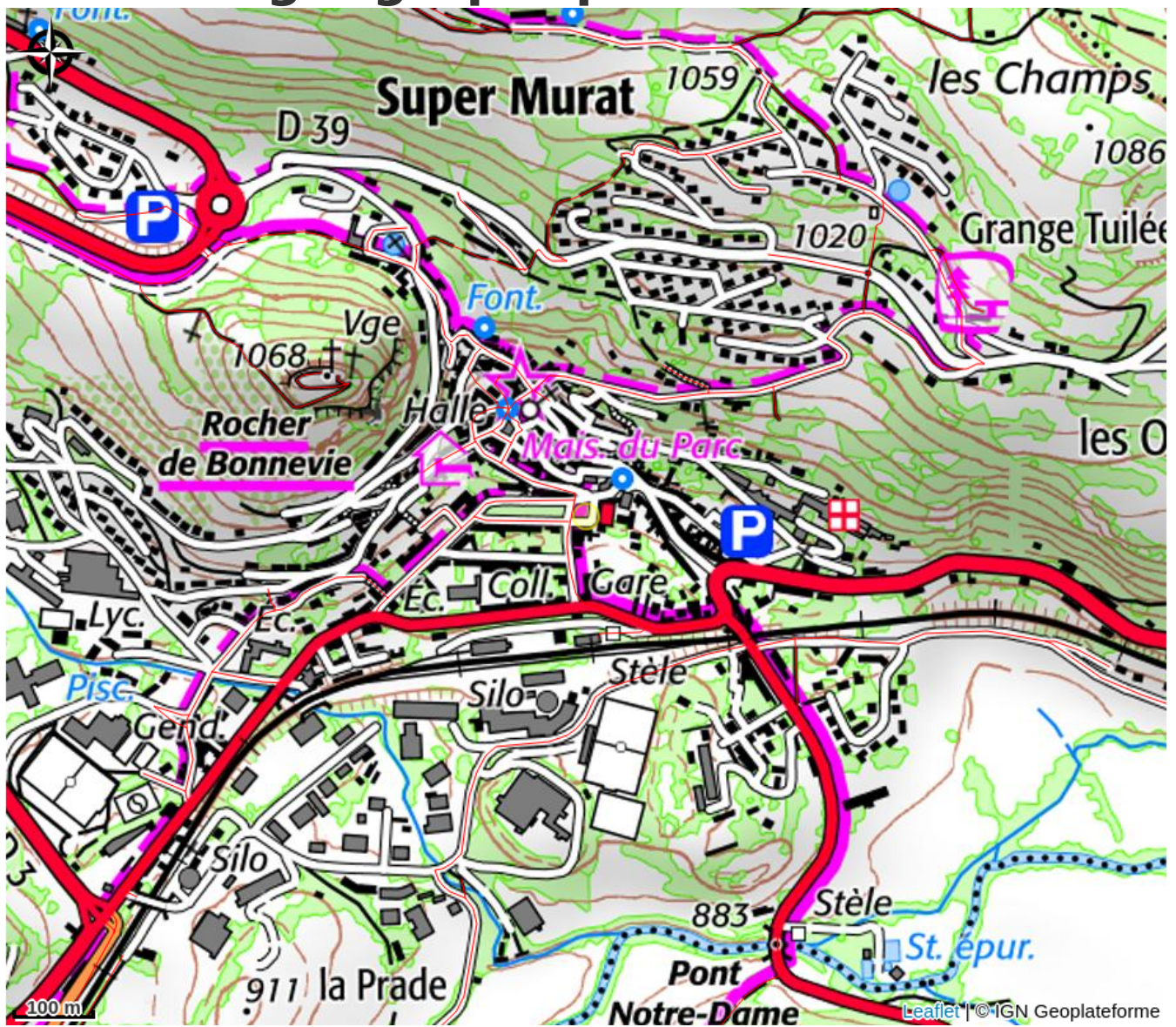
Jeudi 7 août 2025 à 9h.  
Durée 4h.

Jeudi 21 août 2025 à 9h.  
Durée 4h.

Jeudi 4 septembre 2025 à 9h.  
Durée 4h.

Jeudi 18 septembre 2025 à 9h.  
Durée 4h.

# Situation géographique



# Toutes les infos pratiques

## Contact

Place de l'Hôtel de Ville

15300 Murat

Tél. 04 71 20 09 47

Mail [contact@hautesterrestourisme.fr](mailto:contact@hautesterrestourisme.fr)

Site web [https://](https://boutique.hautesterrestourisme.fr/)

[boutique.hautesterrestourisme.fr/  
sorties-nature/rando-marche-nordique/  
rando-marche-nordique-la-bonnevie-de-  
saint-antoine](https://boutique.hautesterrestourisme.fr/sorties-nature/rando-marche-nordique/rando-marche-nordique-la-bonnevie-de-saint-antoine)