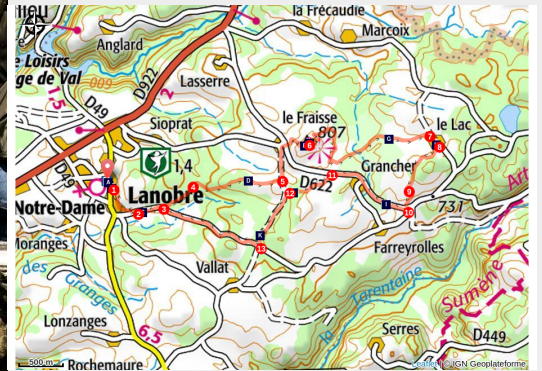


Pied du Fraisse

Artense - Lanobre



Point de vue depuis le puy du Fraisse (Marie Fauchon)



Rendez-vous en pleine nature sur le puy du Fraisse et laissez votre esprit s'évader dans les paysages de l'Artense, au fil de cette balade bucolique.

Vous débutez cet itinéraire en passant par l'église de Lanobre, qui fait partie des grands sanctuaires romans du Cantal. Quittez ensuite le bourg pour cheminer sur un sentier paisible. Protégés par le couvert forestier, prenez le temps d'observer ses habitants discrets. Cet itinéraire vous mènera au sommet du Fraisse, point culminant du village de Lanobre, pour profiter d'une vue à 360°, des reliefs du Sancy jusqu'aux Monts du Cantal.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 4 h

Longueur : 11.5 km

Dénivelé positif : 280 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Flore, Point de vue

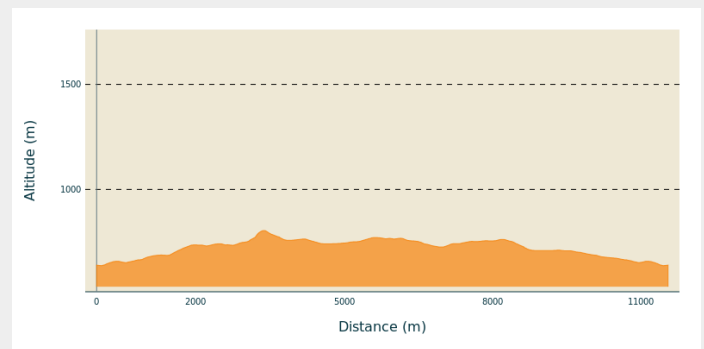
Itinéraire

Départ : Place de l'église de Lanobre

Arrivée : Place de l'église de Lanobre

Communes : 1. Lanobre

Profil altimétrique

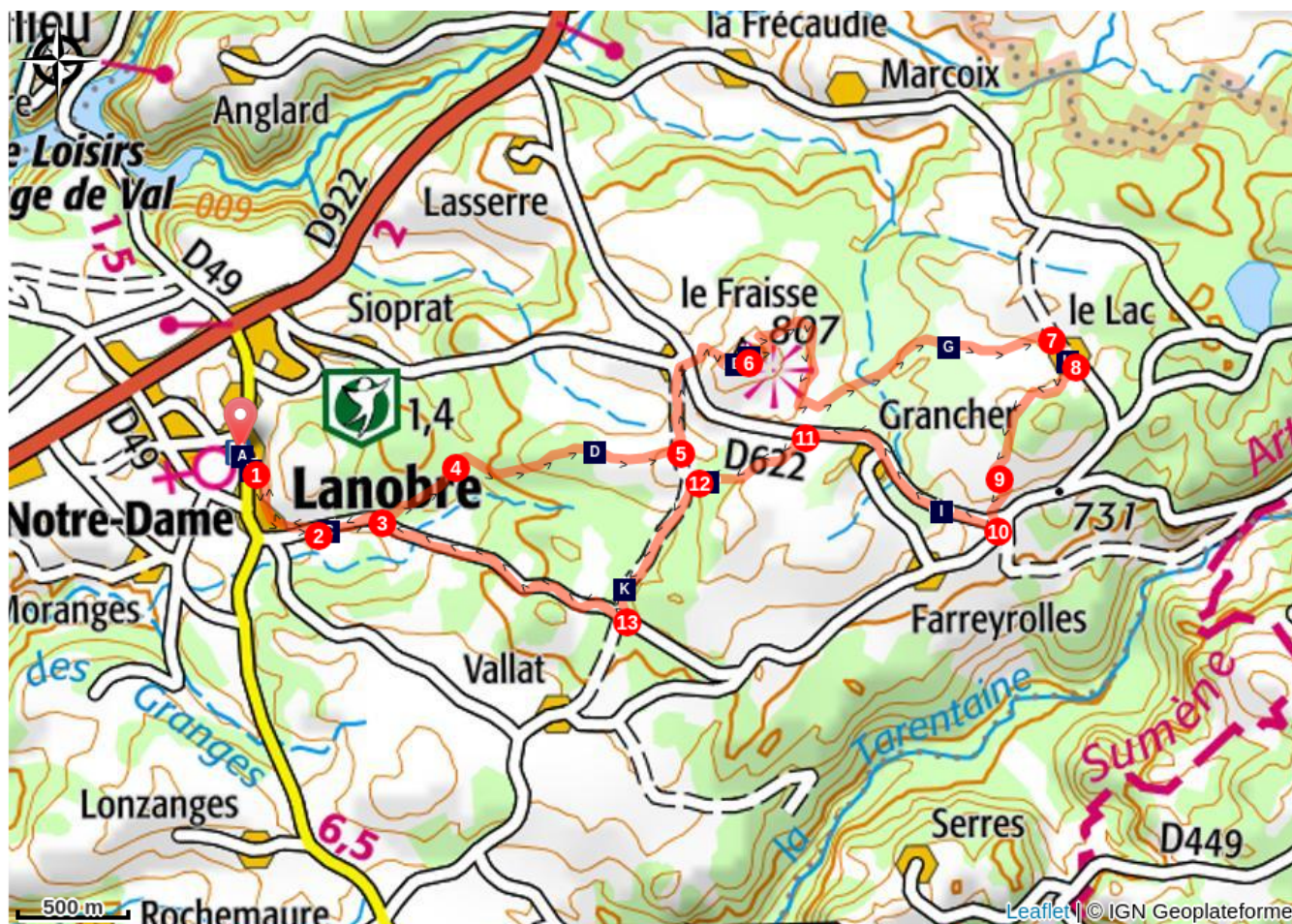


Altitude min 637 m Altitude max 804 m

Départ – Traverser la place de l'église. Devant la Mairie, prendre à droite direction Champs. Continuer jusqu'à la médiathèque.

1. Monter à gauche dans la rue des Coustilles qui surplombe la médiathèque.
2. A l'intersection, prendre à gauche et continuer sur 200 m en direction de Farreyrolles.
3. Prendre à gauche et continuer jusqu'à la piste forestière sur 2 km.
4. Monter à droite.
5. Prendre à gauche en direction du village du Fraise, puis tout droit suivre les indications « Le Puy du Fraise ». Ensuite, prendre à droite le chemin après les dernières maisons et le suivre jusqu'au château d'eau.
6. Accéder au site puis prendre le chemin de terre, tourner à gauche pour rejoindre la route puis emprunter le sentier à droite.
7. Rejoindre la route avant le village du Lac et prendre à droite en direction des maisons.
8. Au four, prendre à droite entre les maisons, puis à 50 m prendre le premier chemin à droite et le premier sentier à gauche.
9. Aller à gauche.
10. Prendre à droite de la maison, puis à 200 m prendre le premier sentier à gauche entre murets jusqu'à la route départementale puis la suivre.
11. Quitter la route pour emprunter le chemin à gauche avant la dernière maison.
12. S'engager à gauche.
13. Tourner à droite et poursuivre sur 1.3 km pour retrouver le chemin de départ sur la gauche.

Sur votre chemin...



L'église Saint-Jacques-le-Majeur (A)

Un muret de pierres sèches (C)

Le puy du Fraisse (E)

Les prairies humides (G)

La Piérade du chou (I)

La forêt en Artense (K)

L'histoire de Lanobre (B)

La Digitale pourpre (D)

Point de vue sur les massifs du Sancy et les monts du Cantal (F)

Un ancien four (H)

L'Argus des bois (J)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

- Randonnée accessible toute l'année.
- **Merci de respecter l'environnement dans lequel vous vous trouvez : emportez vos déchets, évitez de déranger les espèces sauvages et domestiques.**
- **Toilettes publiques à proximité du parking, avant le départ (en face de la Mairie, à côté de l'église).**

Comment venir ?

Transports

Le calculateur d'itinéraire OÙRA vous donne accès à toutes les correspondances entre les trains régionaux, transports urbains et lignes de bus départementales : <https://www.oura.com/>

Accès routier

- Depuis Clermont-Ferrand : Prendre la D941 puis D942 et rejoindre la D922 en direction de Bort-les-Orgues/Saint-Sauves/Le Mont-Dore. Rejoindre ensuite Lanobre par la D49.
- Depuis Murat : Itinéraire le plus rapide en passant par Riom-ès-Montagnes/Antignac. Prendre la D3 puis D22 et D49 en direction de Lanobre.

Parking conseillé

Parking recommandé : Parking Place de l'église.

Sur votre chemin...



L'église Saint-Jacques-le-Majeur (A)

Achevée au 12^e siècle et classée au titre des Monuments historiques depuis 1963, elle fait partie des plus beaux sanctuaires romans du Cantal. L'identité auvergnate de cette église est très marquée, en particulier dans les décors sculptés des chapiteaux. On peut y voir le singe cordé (homme tenant un singe avec une corde autour du coup) ou encore l'avare, qui sont des thèmes très communs sur les chapiteaux des églises romanes auvergnates.

Crédit photo : Valérienne Monnet



L'histoire de Lanobre (B)

La découverte de vestiges préhistoriques et gallo-romains mis au jour au cours du 19^e siècle a permis de retracer une partie de l'histoire de Lanobre. Le territoire de la commune actuelle aurait été habité depuis l'Âge de pierre, avant de devenir une cité fortifiée celtique. Son nom signifierait « le fort sur le plateau », ou « le port sur le plateau » selon les sources. La présence du dolmen de Vallat et du menhir de Mouleyre à proximité atteste l'ancienneté du peuplement de Lanobre et de ses alentours.

Crédit photo : Mairie de Lanobre



Un muret de pierres sèches (C)

Ils sont la signature du paysage de l'Artense. La pierre sèche est une technique de construction d'origine populaire et rurale. Elle est née au Néolithique, lorsque l'homme a commencé à cultiver la terre. La construction a été codifiée au 16^e siècle par la République de Gênes pour réaliser les murs de soutènement indispensables aux cultures en terrasse. Son assemblage ne fait appel à aucun mortier et ne génère pas de gravats, si bien que, s'il s'effondre, la pierre est immédiatement réutilisable.

Crédit photo : Valérienne Monnet



La Digitale pourpre (D)

Cette grande plante peut faire plus d'un mètre de haut et porte des fleurs rose foncé. Elle est largement présente aux bords des chemins forestiers. Elle tient son nom du latin « digitus » qui signifie « doigt » en référence à la forme de ses grandes fleurs. Attention, cette plante est toxique, surtout ses feuilles qui contiennent du poison, merci de ne pas la cueillir. Comme tout poison, elle a été exploitée par l'industrie pharmaceutique pour en tirer profit, pour notamment régler les problèmes cardiaques.

Crédit photo : Elisa Réveillaud



Le puy du Fraise (E)

Du haut de ses 808 m, ce puy, point culminant de la commune de Lanobre, est un des rares volcans présent sur le plateau granitique de l'Artense. Les périodes de glaciations ont aplani les reliefs de l'Artense, c'est pourquoi ce vestige volcanique arbore une silhouette douce.

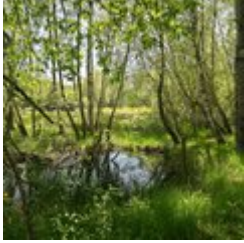
Crédit photo : Valérienne Monnet



Point de vue sur les massifs du Sancy et les monts du Cantal (F)

Au loin se dressent les crêtes des monts du Cantal, qui forment le plus vaste stratovolcan d'Europe surnommé "Etna Auvergnat". Ce massif est le fruit de multiples éruptions issues d'une même zone d'émission principale d'où se sont échappées des coulées de lave formant des planèzes. Outre quelques phases de repos, leur activité volcanique a duré 10 millions d'années pour se terminer il y a 3 millions d'années. Vous observerez également le massif du Sancy. Ce dernier a commencé à se former il y a 1 million d'années. Le Puy de Sancy culmine à 1 886 m, ce qui en fait le plus haut volcan de France métropolitaine. Ce stratovolcan aux allures alpines tranche nettement avec les autres sommets du Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne plus doux et arrondis.

Crédit photo : Marie Fauchon



Les prairies humides (G)

Au cours de la dernière période froide, les glaces provenant des massifs volcaniques voisins ont formé un grand glacier sur le plateau de l'Artense, qui a aplani les reliefs et accentué les creux. L'eau qui s'est accumulée dans ces creux a permis la formation de lacs, de tourbières et notamment de prairies humides. Ces zones ont de multiples fonctions de stockage et d'épuration de l'eau. En effet, agissant comme des éponges, elles emmagasinent de l'eau lors des précipitations hivernales et la restituent progressivement l'été, permettant la pérennité des ruisseaux. Riches d'une biodiversité spécifique et foisonnante, ces milieux disposent d'une flore et d'un sol qui ont un effet de filtre de l'eau qui y séjourne, participant à sa bonne qualité.

Crédit photo : Valérienne Monnet



Un ancien four (H)

Il n'existe pas de certitudes sur l'utilisation passée de ce four mais il pourrait être un ancien four banal. Utilisé pour la cuisson du pain, son nom vient de « ban ». Les « banalités » correspondaient aux installations et bâtiments (moulin, pressoir...) que le seigneur fournissait aux habitants, qui avaient l'obligation de les utiliser, et de payer une taxe dédiée à leur entretien. Le « droit de ban » a été aboli à la Révolution et ces fours sont ensuite devenus communs. Cependant, dans les très petits villages, il existait des fours individuels, construits à côté de la maison de leurs propriétaires. En Artense, vous croiserez beaucoup de témoignages du petit patrimoine rural comme celui-ci !

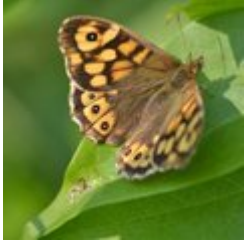
Crédit photo : Valérienne Monnet



La Piéride du chou (I)

De taille moyenne, arborant une couleur claire avec une pointe de noir... voici la Piéride du Chou ! Vous aurez du mal à observer le dessus de ses ailes car elle les garde souvent fermées au repos. Assez commun et s'accommodant de nombreux habitats différents, on peut croiser ce papillon jusque dans les jardins urbains.

Crédit photo : Valérienne Monnet



L'Argus des bois (J)

Aussi nommé Tircis, ce papillon de jour forestier est facilement observable de mai à septembre. On a plutôt l'habitude de voir les papillons sur les fleurs mais ce n'est pas son cas, puisqu'il se nourrit du miellat déposé sur les feuilles (substance sucrée provenant des sécrétions déposées par des insectes sur les feuilles des végétaux).

Crédit photo : Julien Touroult



La forêt en Artense (K)

Après les Monts Dômes, l'Artense est la deuxième région naturelle la plus forestière du Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne. Elle est composée principalement de feuillus et de résineux ainsi que de chênes. Une étude menée par l'association des Parcs naturels du Massif central a permis de déterminer qu'environ 38% des forêts d'Artense étaient présumées anciennes en 2010. Les forêts dites anciennes sont celles existantes depuis le début du 19^e siècle au moins. Elles possèdent les caractéristiques écologiques les plus importantes car riches en vieux arbres et en bois morts, indispensables pour la conservation de certaines espèces faunistiques et floristiques. Ce sont donc de véritables réservoirs de biodiversité ! Cerf, chamois, Hibou Grand-duc... Même si ses habitants sont discrets, merci de préserver la forêt que vous arpentez.

Crédit photo : Marie Fauchon