

# De Marcenat à Montgreleix (étape 7 du Tour des Vaches Rouges)

Cézallier - Marcenat



(Achile De Lievre)



*Cette étape est marquée par de paysages de vallées et de collines. La traversée des estives vous offre des panoramas sur le Sancy et les monts du Cantal.*

Au fil du parcours vous passerez par le lieu-dit La Traverse et pourrez visiter le monastère orthodoxe de la mère du Dieu Znaménié, ne manquez pas non plus la belle cascade du Sailhant. Au buron éponyme, une vue à 360° s'offrira à vous, permettant de contempler l'immensité des lieux : Mont Chamaroux, massif du Sancy, monts du Cantal.

## Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 4 h 15

Longueur : 14.3 km

Dénivelé positif : 508 m

Difficulté : Moyen

Type : Traversée

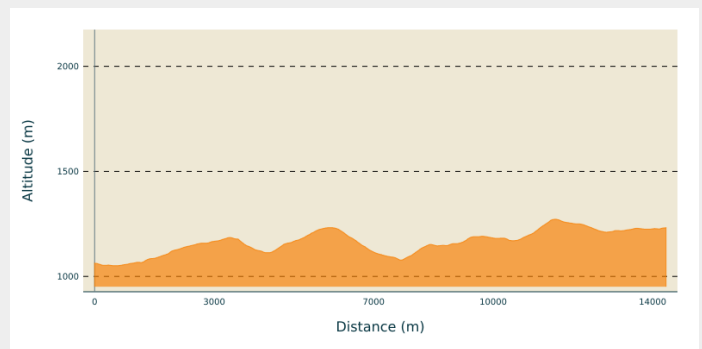
# Itinéraire

**Départ** : Hôtel de ville de Marcenat

**Arrivée** : Parking place de l'église à Montgreleix

**Communes** : 1. Marcenat  
2. Montgreleix

## Profil altimétrique

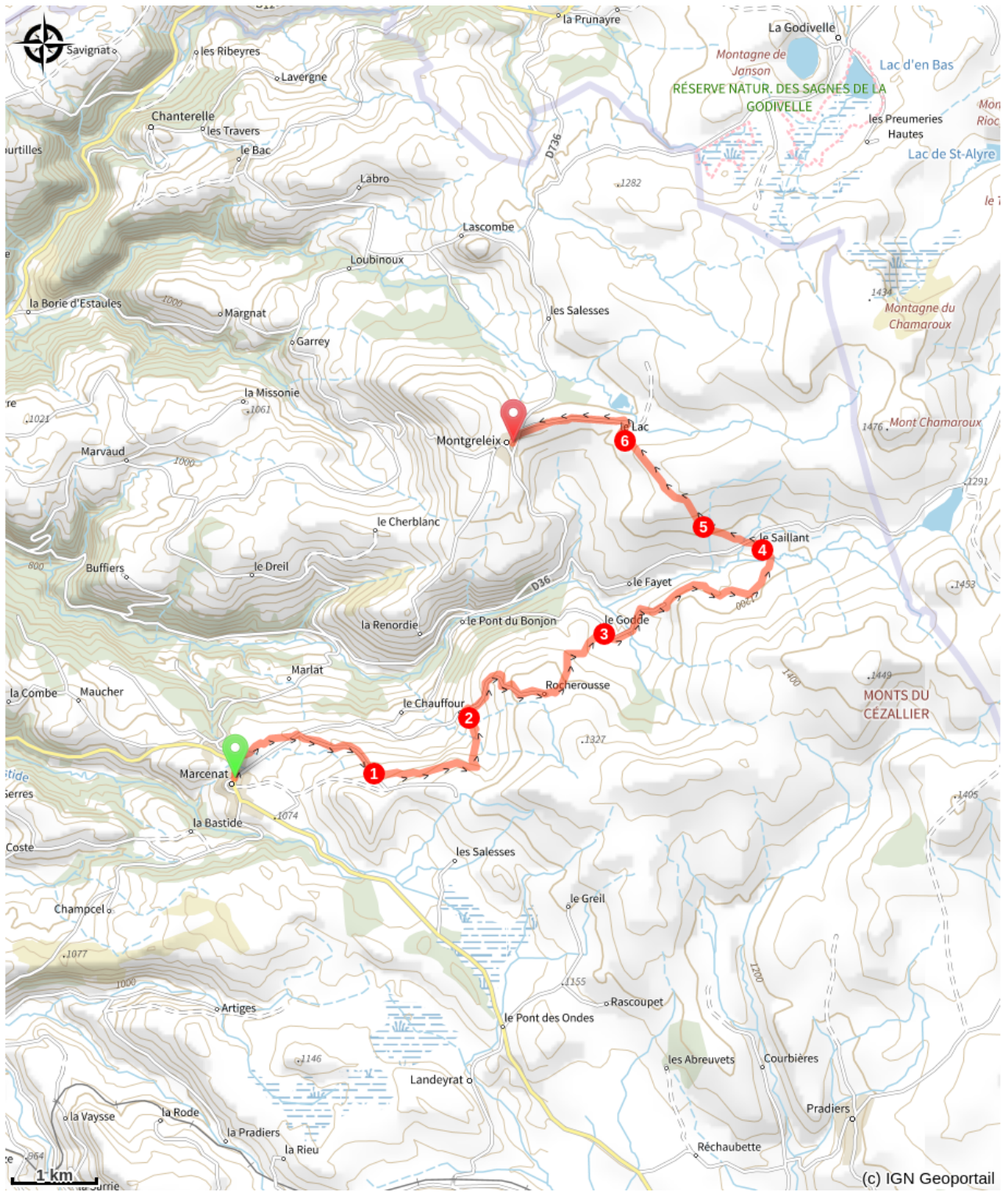


Altitude min 1051 m Altitude max 1272 m

Départ : Faire dos à l'hôtel de ville et partir à gauche. Au Y, prendre à gauche en direction de Condat et au virage suivant tourner à droite vers une petite rue. Prendre ensuite à gauche le sentier en gravier et maintenir la gauche. Au Y prendre à droite puis traverser la route et continuer en face.

1. Suivre le sentier en direction de "Bel Air", au Y tourner à gauche et au Y suivant tourner à droite. Au bout du sentier, passer le bosquet d'arbres et rentrer dans le pré à gauche. Tenir la barrière main gauche et retrouver le sentier en bas du pré et continuer à descendre. Retrouver la route et prendre à gauche.
2. Une fois arrivé au hameau de La Maninie, tourner à droite et suivre la route qui monte jusqu'à Rocherousse. Traverser le hameau et continuer tout droit à la ferme, sur le sentier caillouteux. Traverser plusieurs estives et retrouver un sentier de cailloux, tourner à droite et descendre en direction du hameau.
3. Arrivé au cœur du hameau, tourner à droite puis au Y à gauche pour suivre la route jusqu'au monastère puis prendre à gauche sur le sentier. Suivre ce sentier principale jusqu'au hameau Le Saillant.
4. Traverser le hameau, passer devant un abreuvoir. Une fois au Parking, traverser la route principale et prendre en face le sentier qui monte dans les estives.
5. Traverser l'estive en tenant la barrière main gauche et viser le buron. Poursuivre sur le sentier qui passe derrière le Buron et entamer une descente vers Montgreleix.
6. Arrivé à Le Lac, tourner à droite puis entamer un virage vers la gauche en restant sur la route principale. Passer devant le cimetière et traverser la route en direction du cœur du village de Montgreleix.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

- Veillez à respecter l'environnement dans lequel vous vous trouvez : emportez vos déchets, évitez de déranger les espèces sauvages et domestiques.
- Chiens interdits même tenus en laisse.
- Traversée d'estives.
- Merci de votre contribution à la préservation des sites que vous parcourez.