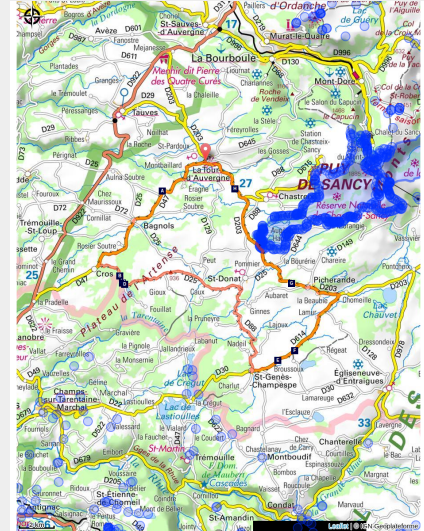


Le plateau de l'Artense (cyclo)

Monts Dore



(Olivier Roquetanière)



Venez parcourir cette belle randonnée cyclo touristique au milieu des paysages naturels de l'Artense et du Cézallier. Ce circuit vous familiarisera avec les caractéristiques des paysages traversés : tourbières, murets de pierre... Un parcours vallonné entre forêts et points de vue sur le Sancy.

Au programme, vous découvrirez les bocages en Artense avant de traverser plusieurs forêts bordées de fougères. Vous gagnerez ensuite en altitude pour apercevoir les reliefs du Sancy en traversant un long plateau d'où la vue sera complètement dégagée jusqu'à Picherande. Grimpez ensuite la route qui mène à ce village authentique, pour redescendre progressivement en altitude jusqu'à apercevoir la statue Notre-

Infos pratiques

Pratique : Vélo de route

Durée : 2 h 30

Longueur : 50.9 km

Dénivelé positif : 781 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Cyclisme, Cyclotourisme, Paysage, Point de vue, Vélo à assistance électrique

Dame sur la colline de Natzy et arriver à La Tour d'Auvergne.

Itinéraire

Départ : La Tour d'Auvergne

Arrivée : La Tour d'Auvergne

Communes : 1. La Tour-d'Auvergne

2. Bagnols

3. Cros

4. Lanobre

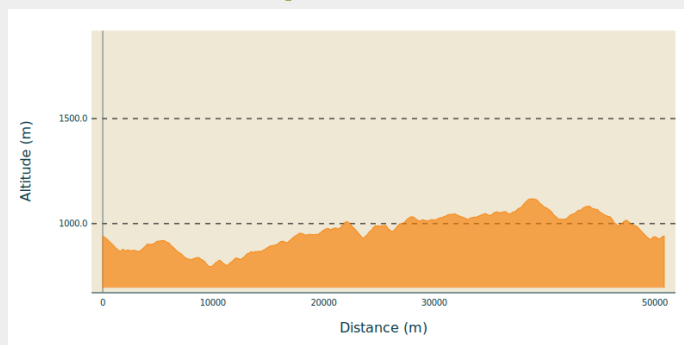
5. Saint-Donat

6. Saint-Genès-Champespe

7. Picherande

8. Chastreix

Profil altimétrique

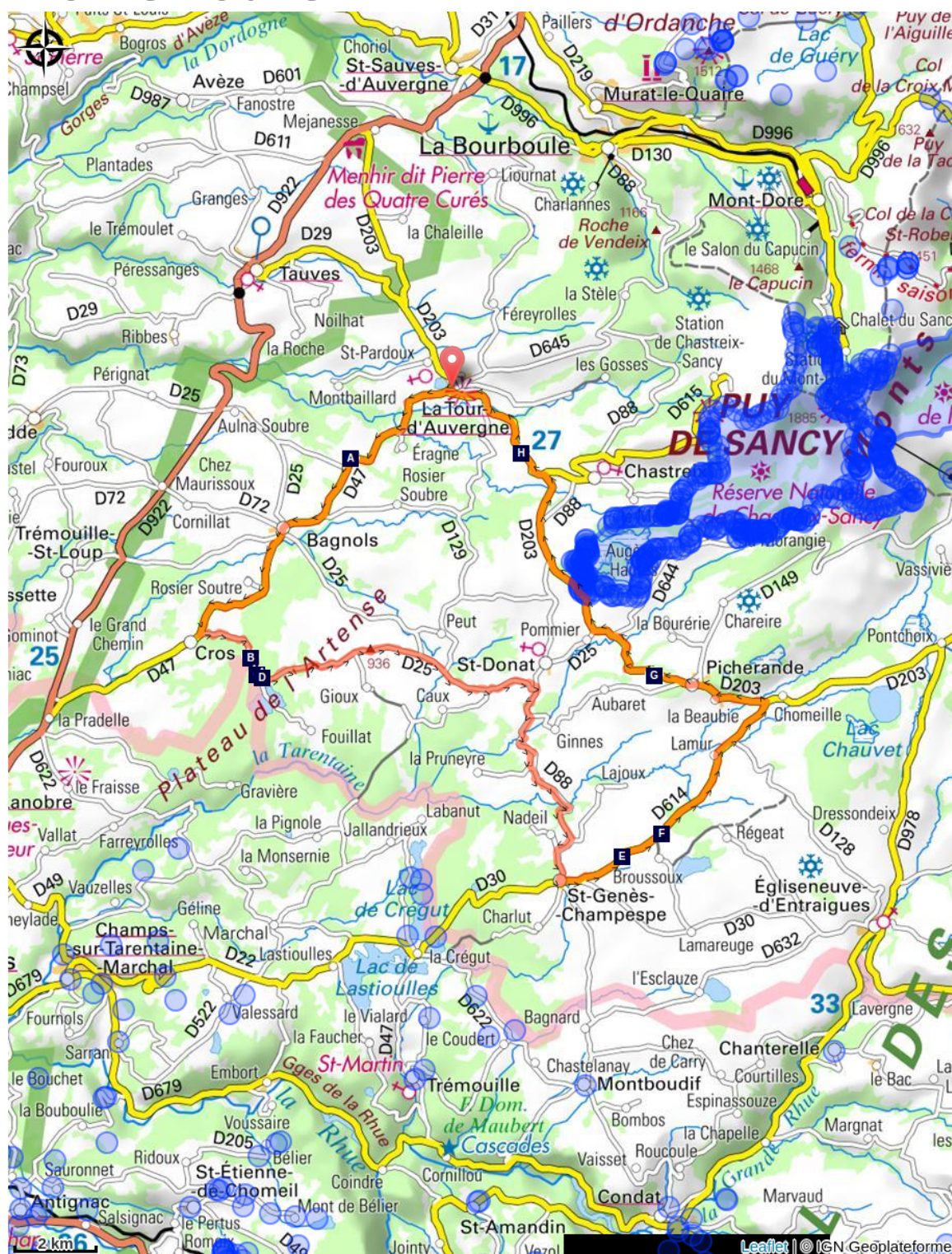


Altitude min 795 m Altitude max 1119 m

Le parcours est identifié au départ de La Tour d'Auvergne pour une intensification progressive de la difficulté mais vous pouvez partir depuis Bagnols, Cros, Saint-Donat, Saint-Genès-Champespe ou encore Picherande.

Il est ponctué de quelques douces montées le rendant relativement accessible.

Sur votre route...



Les Orgues basaltiques (A)
 La Salamandre tachetée (C)
 Vue sur le massif du Sancy (E)
 La Rosalie des Alpes (G)

Le Lucane cerf-volant (B)
 La Gentiane jaune (D)
 La Digitale pourpre (F)
 La Doronic d'Autriche (H)

Toutes les informations pratiques

Recommandations

- Renseignez-vous sur la météo du jour.
- Portez un casque, ramenez vos déchets, ayez du matériel en bon état et choisissez un parcours de votre niveau technique et physique.
- Merci de votre contribution à la préservation des sites que vous parcourez.

Casque, gants, un kit de réparation, de l'eau et des rations/un pique-nique... et un vélo en bon état !

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking en face de l'hôtel du Lac

Sur votre route...



Les Orgues basaltiques (A)

Témoins de l'histoire volcanique de la Terre, les orgues volcaniques sont des vestiges de coulées de lave qui ont refroidi et se sont fracturées de sorte à donner ces formes si particulières. Cette dénomination d'orgues vient de leur ressemblance avec les orgues des églises, qui permettent notamment au son d'être amplifié. La composition de la lave, sa vitesse de refroidissement et la présence ou non d'eau au moment du refroidissement sont autant de facteurs qui influent sur la présence ou non de ces orgues et sur leur forme géométrique, qui peut varier considérablement d'un endroit à l'autre.

Attribution : Olivier Roquetanière



Le Lucane cerf-volant (B)

Cet insecte, qui est l'un des plus grands coléoptères d'Europe, impressionne par sa taille pouvant aller jusqu'à 7,5 cm chez le mâle adulte. Il est particulièrement reconnaissable à ses larges mandibules qui rappellent les bois d'un cerf. Cependant, il présente un important dimorphisme sexuel, puisque la femelle ne mesure pas plus de 4,5 cm et ne possède que de petites mandibules bien moins développées que chez le mâle. Avant l'âge adulte, la larve du lucane cerf-volant se nourrit du bois de chêne en décomposition et peut rester en état larvaire durant plusieurs années, atteignant jusqu'à 10 cm ! Cet insecte, très dépendant du bois mort des forêts, est de plus en plus rare en France. Cependant, pour l'observer, vous pouvez privilégier des sorties au crépuscule dans les forêts denses et riches en vieux chênes et autres arbres feuillus. Vous n'aurez plus qu'à tendre l'oreille, et si vous entendez comme un bruit d'hélicoptère, c'est sûrement lui.

Attribution : Peter Bauer



La Salamandre tachetée (C)

Cet amphibien semblable à un lézard aquatique mesure 11 à 21 cm et se reconnaît facilement grâce à ses taches jaunes flamboyantes sur son corps noir. Emblème du roi François Ier, qui pensait que la salamandre vivait dans le feu et pouvait manger les flammes, cet animal reste particulièrement exceptionnel grâce à sa capacité de régénération des membres qu'il effectue en quelques mois. Un autre de ses pouvoirs vient de ses sécrétions venimeuses appelées salamandrine, qui peuvent créer des lésions sur la peau humaine. Cet animal étant strictement protégé, il est interdit de le manipuler. Pour le rencontrer, privilégiez les balades crépusculaires en forêt. Malgré sa longévité pouvant atteindre 20 ans, la salamandre tachetée, comme beaucoup d'amphibiens, est en danger à cause de la disparition de ses habitats, de la pollution des eaux et des nombreuses routes qui fragmentent son habitat.

Attribution : Aurélien Mathevon



La Gentiane jaune (D)

Plante typique de l'Auvergne et des milieux montagneux de plus de 800 mètres d'altitude, la Gentiane jaune est une plante robuste qui fleurit de juin à août. Facilement reconnaissable grâce à la suite de fleurs qui pousse à la verticale sur une tige d'environ 80 cm, cette plante est surtout connue pour les boissons et apéritifs à base de ses racines. Des vertus digestives lui sont attribuées mais attention, l'arrachage de Gentianes est réglementé.



Vue sur le massif du Sancy (E)

Culminant à 1886 m d'altitude, le puy de Sancy est le sommet le plus élevé du Massif Central. Il aurait atteint les 2500 m d'altitude entre 1 et 0,2 millions d'années. Des éboulements se sont produits par la suite puis l'érosion glaciaire a fini de façonner le sommet. Il se présente aujourd'hui sous la forme d'un neck (butte, piton ou aiguille).

Attribution : Eve Lancery Studio des 2 prairies



La Digitale pourpre (F)

Plante vivace bisannuelle, la digitale pourpre se retrouve souvent dans des milieux rustiques aux bords des chemins et en lisière de forêt, près des fossés et sur des pentes. Cette plante herbacée se reconnaît de par sa taille, qui peut atteindre 1,5 mètre de hauteur, mais aussi par la beauté de ses fleurs en forme de petites clochettes violettes, suspendues par dizaines le long de sa tige. Malgré les va-et-vient de nombreux pollinisateurs dans ses fleurs, cette plante est très toxique pour l'homme et peut entraîner la mort. De nombreuses histoires et légendes relatent d'ailleurs des empoisonnements tragiques. Cependant, des chercheurs ont pu extraire la digitaline, substance de la plante qui est aujourd'hui un principe actif de certains médicaments contre les troubles cardiaques.

Attribution : Killian Ducrotté



La Rosalie des Alpes (G)

Ce coléoptère plutôt rare fascine par sa couleur bleu gris et ses longues antennes rayées de noir. Pourtant, comme d'autres coléoptères, les adultes ne vivent que quelques semaines, souvent près des feuillus, en particulier des hêtres dans lesquels ils ont pu grandir à l'état larvaire. Vous pourrez peut-être avoir la chance de les observer de juin à septembre, par temps chaud et ensoleillé, toute la journée. Cette espèce est protégée, il est interdit d'en prélever dans le milieu naturel.

Attribution : Guillaume Caillion



La Doronic d'Autriche (H)

Cette plante vivace est l'une des premières à fleurir dès fin mars. Jaune avec de nombreux pétales, elle peut être confondue avec le pissenlit qui fleurit à la même période ou bien même avec l'Arnica qui lui ressemble encore davantage. Bien plus grande que ces dernières, la Doronic mesure 60 à 80 centimètres et se retrouve dans les bois de moyenne altitude, présents notamment dans le Massif central.

Attribution : Olivier Roquetanière