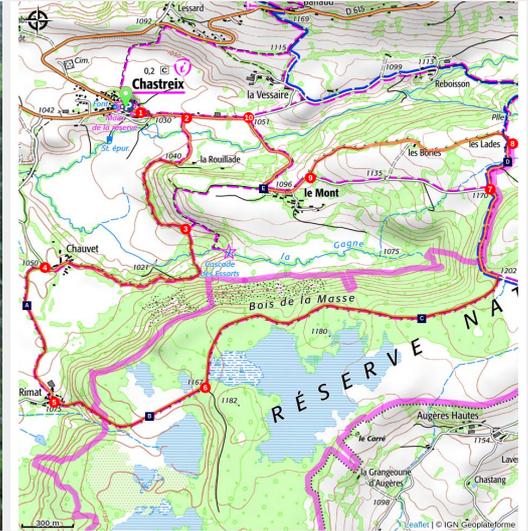


# Le plateau de la Masse

Monts Dore - Chastreix



Passage en forêt (RNN Chastreix Sancy)



***Partez à la découverte de la tourbière de Rimat avec cette randonnée à l'ombre des hêtres, tout en profitant d'un magnifique point de vue sur le massif du Sancy.***

Découvrez une mosaïque de milieux naturels entre forêt et zone humide. Après deux heures de marche, admirez le panorama sur le massif.

## Infos pratiques

---

Pratique : Pédestre

---

Durée : 3 h

---

Longueur : 11.3 km

---

Dénivelé positif : 265 m

---

Difficulté : Facile

---

Type : Boucle

---

Thèmes : Flore, Tourbières

---

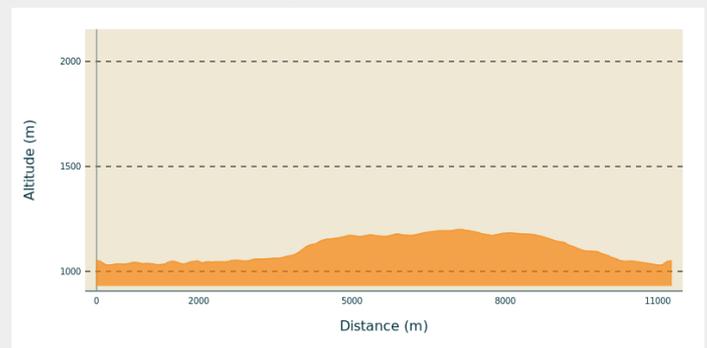
# Itinéraire

**Départ** : Parking à côté de l'église, au centre du bourg

**Arrivée** : Parking à côté de l'église, au centre du bourg

**Communes** : 1. Chastreix

## Profil altimétrique

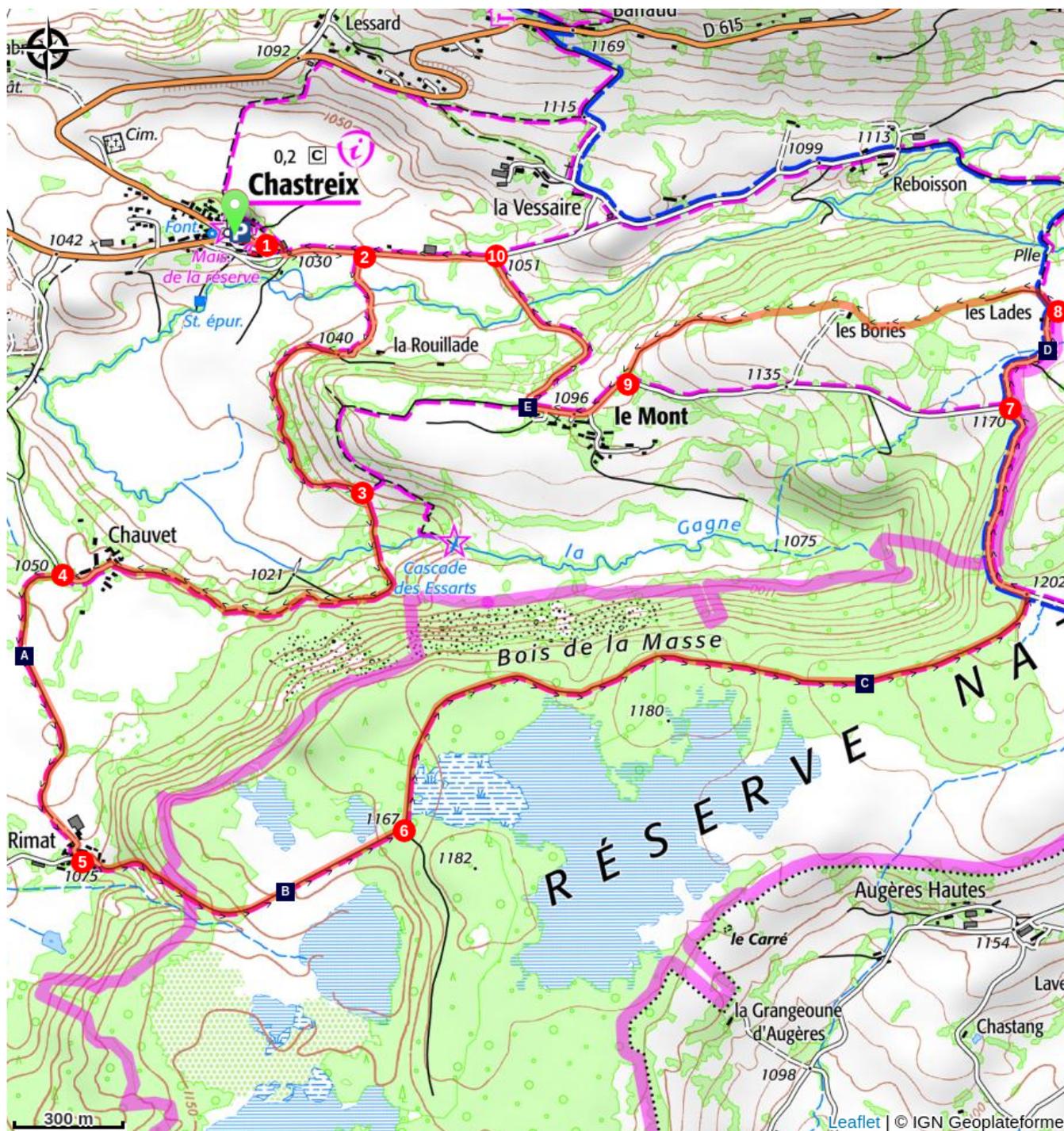


Altitude min 1030 m Altitude max 1200 m

Depuis le parking, prendre à gauche et longer la maison de la réserve jusqu'à la croix.

1. Emprunter le chemin derrière la croix. Suivre le balisage jaune. Tourner à gauche dur la route.
2. Emprunter le sentier à droite.
3. Prendre à droite à la patte d'oie.
4. Au lieu dit Chauvet, quitter la route pour emprunter le sentier à gauche.
5. Tourner à gauche au lieu dit Rimat.
6. Tourner à gauche, suivre la direction "Les Lades".
7. Arrivé au croisement "Les Lades", tourner à droite.
8. Emprunter le sentier à gauche.
9. Poursuivre tout droit en longeant la route.
10. Au croisement, tourner à gauche, puis poursuivre le long de la route, avant de retrouver le début de l'itinéraire.

# Sur votre chemin...



Les essences d'arbres du secteur  
(A)

La Hêtraie (C)

Le hameau du Mont (E)

La tourbière de Rimat (B)

Les zones humides et ripisylve (D)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

- Chiens interdits, même tenus en laisse.
- Se renseigner sur la réglementation de la réserve naturelle nationale de Chastreix-Sancy.

## **Comment venir ?**

### Accès routier

Depuis Chastreix, prendre la D 615 en direction de la station de Chastreix-Sancy. Continuer sur 4 km jusqu'au parking juste avant le virage en épingle. Le panneau de départ est en face du parking, au départ d'un sentier sur la droite.

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Réserve naturelle nationale de Chastreix-Sancy

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : PNR des Volcans d'Auvergne  
Réserve naturelle nationale de Chastreix-Sancy  
Le bourg  
63680 Chastreix  
Tél : 04 73 21 41 74  
E-mail : [contact@reservechastreix-sancy.fr](mailto:contact@reservechastreix-sancy.fr)

La réserve naturelle nationale de Chastreix-Sancy a été créée le 13 juillet 2007 par décret ministériel. Elle protège par une réglementation et une gestion spécifique un territoire de 1894,5 ha aux valeurs patrimoniales exceptionnelles. Cet espace, qui accueille les plus hauts sommets du Massif central, est le lieu de nombreuses activités socioéconomiques, qu'il est nécessaire de concilier avec la préservation de la nature.

La réserve naturelle est un espace, ouvert à tous, accueillant à la fois promeneurs, professionnels (agriculteurs, forestiers, etc.) et naturalistes. Pour profiter et admirer encore longtemps cette nature sauvage et préservée, merci de respecter la réglementation et de prendre connaissance de quelques bonnes pratiques :

Sont interdits :

- les chiens, sauf tenus en laisse sur le GR30
- la cueillette et la collecte de fossiles ou et de minéraux,
- le feu,
- le camping et le bivouac,
- l'usage d'instrument sonore,
- l'abandon de déchets,
- le survol à moins de 300 m (dont drone),
- la circulation de véhicules à moteur.

Certaines activités sportives ne peuvent pas se pratiquer (escalade, vélo), d'autres sont cadrées (alpinisme, équestre, vol libre).

Il vous est demandé de rester sur les sentiers, de respecter les informations fournies sur le terrain (panneaux, gardes) pour éviter le dérangement de la faune et de la flore.

L'ensemble de la réglementation est consultable ici :

<https://www.decouvrir.parcdesvolcans.fr/reserve-chastreix-sancy>



# Sur votre chemin...

---



## Les essences d'arbres du secteur (A)

Le long de cette haie se trouvent plusieurs très gros arbres :

- l'érable plane (*Acer platanoides*), avec son écorce brune et ses fentes verticales peu marquées. Ses feuilles, opposées et caduques, sont palmées avec cinq nervures lobées pointues. En montagne, on le retrouve jusqu'à 1 500m d'altitude.

- le merisier à grappe (*Prunus padus*) a de petits fruits aigres et astringents qui présentent peu d'intérêt comestible. Son écorce est très semblable à celle du cerisier cultivé (grisâtre et fendillée).

- le peuplier tremble (*Populus tremula*) avec son écorce d'abord lisse devient de plus en plus rugueuse au fil du temps. Ses feuilles, arrondies et crénelées, s'agitent au moindre souffle d'air. Leurs mouvements continus produisent un léger bruit qui a donné son nom de tremble à cette espèce.

Crédit photo : Elline Conti

---



## La tourbière de Rimat (B)

Une tourbière est une zone humide avec des conditions particulières qui ne permettent pas la décomposition de la matière organique. Celle-ci se dépose et s'accumule au fond, créant un sol particulier : la tourbe. Les tourbières se développent généralement dans les zones au climat frais et humide.

Ainsi, les tourbières forment des écosystèmes particuliers qui abritent une faune et une flore typiques (sphaines, plantes carnivores, etc).

Un peu en contrebas, vous pouvez apercevoir la tourbière de Rimat. D'une superficie de 6 ha pour 10 m de profondeur, elle présente une diversité d'habitats naturels.

Crédit photo : RNN Chastreix Sancy



## La Hêtraie (C)

Composant près de 80% des 420 hectares de bois et forêts présents sur le territoire de la réserve, le hêtre est une essence tout à fait typique de la région. Il est reconnaissable à son écorce grise, très fine et très fragile constellée de petites taches blanches (un lichen).

On observe sur le bord des feuilles de petits poils notamment quand les feuilles viennent de sortir de leurs bourgeons. C'est grâce à cela que l'on différencie les feuilles du hêtre de celles du charme : « le charme d'Adam, c'est d'être à poils » (entendez que les feuilles de charme ont des dents et que celles de hêtre des poils).

Crédit photo : Thierry Leroy

---



## Les zones humides et ripisylve (D)

Le terme zone humide désigne un milieu naturel exploité ou non en eau tout ou partie de l'année. Tourbière et mégaphorbiaie font partie de celle que l'on retrouve dans la réserve naturelle. Malgré cette base commune, plusieurs types de zones humides se distinguent.

Autour de vous, vous noterez la présence d'une ripisylve (sur votre droite) qui est un milieu humide de bordure de cours d'eau et d'une prairie humide (sur votre gauche) marquée par la présence de jonc. La fonction des zones humides sont multiples :

:

- épuratoires, en agissant comme filtre naturel ;
- biologiques car ils permettent l'accueil d'un très grand nombre d'espèces animales et végétales, souvent remarquables ;
- climatiques, avec un rôle de thermo-régulateur naturel en stockant du carbone.

Crédit photo : Elline Conti

---



## Le hameau du Mont (E)

Ce lieu-dit est l'un des plus hauts en altitude et des plus enneigés de Chastreix. Toutes les habitations aux larges murs de pierre sont orientées dans la même direction pour bénéficier d'un maximum d'ensoleillement. L'hiver rude nécessite des maisons bien isolées.

Il a vu sa population décroître jusqu'à atteindre quelques dizaines de personnes. Ils étaient encore une centaine d'habitants il y a quelques dizaines d'années.

Crédit photo : Martin Gaillard

---