

PUY DES GOULES

Une grotte « gigantesque » où vous prendrez soin de ne pas déranger l'éventuel nid du corbeau, le tour du cône panoramique du puy des Goules : n'oubliez pas votre appareil photo et votre sac pour les framboises, en saison...

Départ

Stationnement obligatoire sur le grand parking aménagé à droite, à 200 m juste après le village de la Fontaine du Berger, sur la D941 en direction de Pontgibaud/Limoges.

Itinéraire

Départ du grand parking. Suivre l'itinéraire fléché en bleu avec les panneaux « Grotte du Sarcoui – Puy des Goules ».

Arrivé au panneau indicateur « Grottes du Sarcoui, 10 minutes A/R ». Faire l'aller et retour jusqu'à la grotte.

Au retour, prendre à droite par le petit sentier bordé de noisetiers à droite et de framboisiers à gauche, puis à 150 m s'engager sur le chemin qui monte à gauche pour rejoindre le sommet du puy des Goules (balisé et pente assez raide sur 250 m).

Arrivé au sommet du puy des Goules, continuer à gauche pour faire le tour du cratère.

point de vue sur Vulcania à l'ouest, puis à droite le volcan à ciel ouvert de Lemptéguy, le puy Chopine, le puy de Louchadière (« la chaise », en auvergnat), alignement des puys Coquilles et Jumes, le Grand Sarcoui aux pieds, juste à droite la ville de Riom, puis la plaine de la Limagne, Clermont-Ferrand, le puy de Dôme...

Redescendre par le même chemin qu'à l'aller. Au bas de la descente raide du chemin qui dévale du volcan, emprunter le sentier qui part sur la droite (par où on est arrivé) et revenir par le même itinéraire qu'à l'aller.

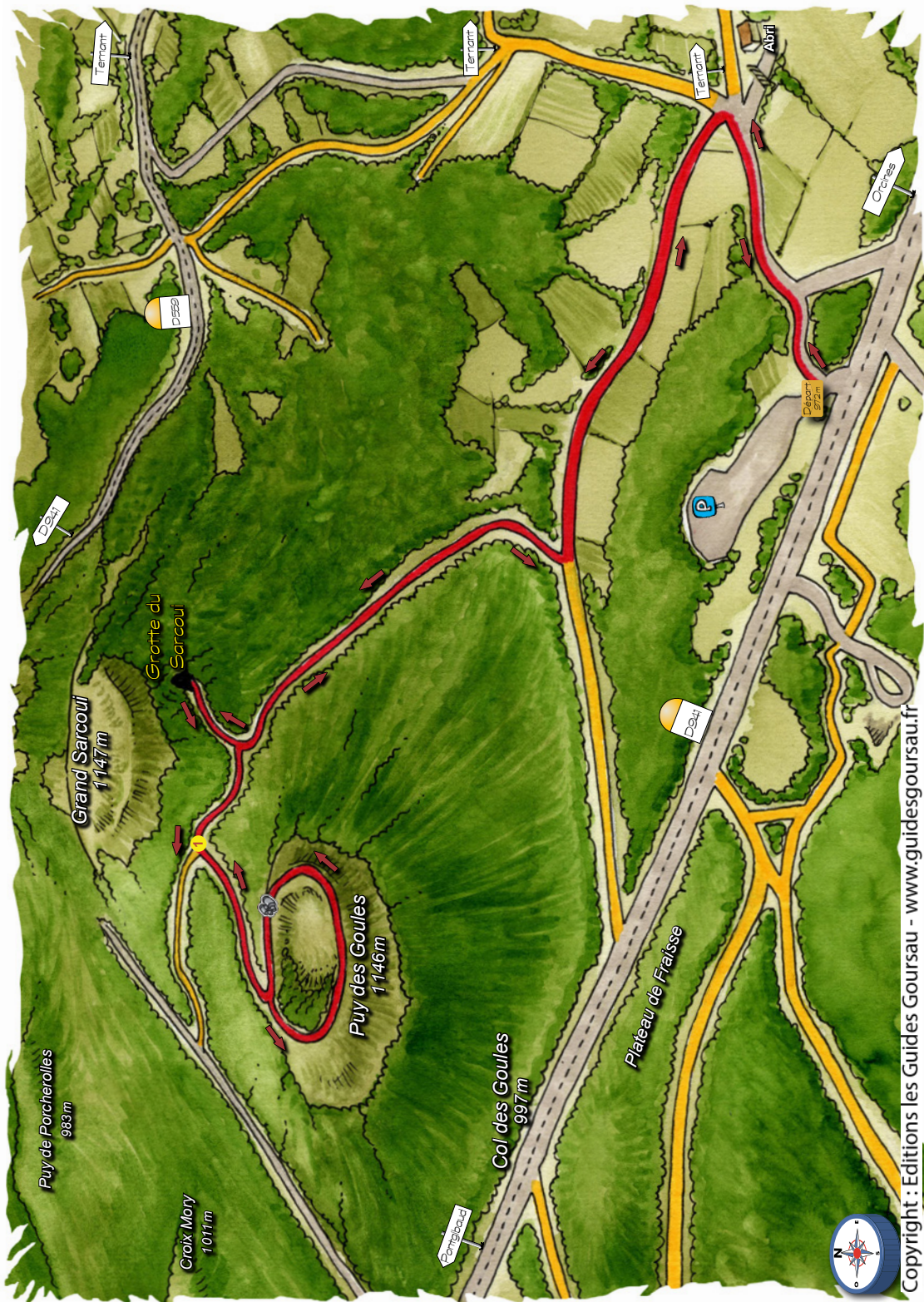
FICHE TECHNIQUE

DURÉE : 2 h

DÉNIVELÉ : 200 m

DISTANCE : 5 km

NIVEAU : balade. Attention à la descente du puy des Goules et aux creux dans les chemins (ravines).



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

Tee-Shirt

La Boutique de PITOU

Tome 1
11,50 €

Tome 2
11,50 €

Tome 3
11,50 €

Pour commander : www.guidesgoursau.fr

Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

CONSEILS PRATIQUES

Particularités des itinéraires

Les temps indiqués ne sont pas les temps effectifs de marche mais des temps nécessaires pour réaliser ces balades et randonnées tenant compte d'un public familial, des temps de pause, de découverte, de photos...

Ils sont prévus larges et en rapport avec le peu de difficultés techniques.

Il est recommandé de partir plutôt en début de journée pour les randonnées et d'en profiter pour prendre son temps et pique-niquer, ou de partir en début d'après-midi.

Les balades sont idéales avec de jeunes enfants. À partir de 5-6 ans.

Les randonnées sont tranquilles. Pour marcheurs à partir de 7-8 ans.

Les randonneurs confirmés pourront donc compter moins de temps et éventuellement enchaîner randonnées et balades d'un même site pour une longue randonnée à la journée.

Avant de partir

Quels que soient votre niveau et l'itinéraire choisi, il est conseillé d'être bien chaussé (au minimum une paire de chaussures de marche avec semelles crantées), de prendre des vêtements de saison sans oublier, quelle que soit la météo du matin, la casquette, les lunettes de soleil et la crème solaire à la belle saison ou, à l'inverse, des protections contre la pluie. Le parapluie est un excellent ami du randonneur à condition qu'il n'y ait pas de vent et de faire attention aux branches basses.

De nombreux sites agréables permettent des pauses régulières (sommets du puy de Dôme, par exemple) : prenez le temps d'admirer le paysage, grignotez et hydratez-vous régulièrement. Dans tous les cas, emportez suffisamment d'eau potable (1 litre par balade et par personne est le minimum, selon la chaleur et la durée), le ravitaillement en eau n'étant généralement pas possible, les sols volcaniques absorbent l'eau !

Pensez à un casse-croûte pour les promenades et à un bon pique-nique pour les randonnées.

Évitez de partir seul et communiquez à une tierce personne votre itinéraire et votre heure estimative de retour (Si vous modifiez votre programme, n'oubliez pas de prévenir cette personne !).

Prenez connaissance du bulletin météorologique local.

Emportez les numéros des secours (**Numéro d'urgence : 112, Peloton gendarmerie de montagne au Mont-Dore : 04 73 65 04 06**). La couverture de réseaux de téléphonie mobile est excellente sur tous les secteurs mais il peut y avoir des zones « blanches ». En cas de doute, renseignez-vous auprès du peloton de

Sur les sentiers et chemins

gendarmerie de montagne basé au Mont-Dore (orages, vent...).

Dans la chaîne des Puys, nous sommes pratiquement toujours sur des terrains privés. Des agriculteurs, des chasseurs, des propriétaires forestiers, des propriétaires privés, des collectifs gestionnaires de biens sectionaux acceptent, sous certaines conditions, de laisser le passage aux loisirs non motorisés. Ainsi, une convention a été signée en 2003 entre une association de propriétaires (Dômes Union) et le parc naturel régional des Volcans d'Auvergne. Le parc des Volcans a ainsi pu engager des travaux importants d'aménagement de sentiers (versant nord du puy de Dôme, versants nord et est-sud du puy de Pariou...) pour protéger les milieux, sécuriser les cheminements sur des terrains privés, avec une importante campagne de communication sur ces milieux fragiles. En contrepartie, les propriétaires autorisent le passage. Cette circulation pédestre, parfois cycliste ou équestre, doit respecter le **Code de bonne conduite** qui suit :

- conformez-vous aux indications de ce topoguide, faites attention aux recommandations lors des intersections et réfléchissez en cas de doute (éventuellement revenez sur vos pas si on a oublié une lecture !);
- ne pas vous écarter pas des sentiers et ne coupez pas les trajectoires ;
- gardez vos distances en présence d'un troupeau de moutons ;
- tenez les chiens en laisse ;
- aucun déchet, d'aucune sorte, même alimentaire, pour ne pas modifier l'équilibre naturel ;
- ne cueillez pas les fleurs, elles seront fanées avant votre retour. Certaines sont rares et protégées, certaines sont toxiques, comme le bouton-d'or, certaines font partie du club des « très belles mais cruelles » (TBMC) et toutes sont utiles dans l'écosystème ;
- ne jetez pas de pierres, et faites attention à ne pas les faire rouler non plus.
- pas de bruit excessif.

SÉCURITÉ

Le Massif central, et plus particulièrement l'Auvergne, est considéré comme le château d'eau de la France ! Avec 1 200 à 1 500 litres au m² par an, la chaîne des Puys est bien arrosée. Ainsi, même en été, la pluie peut rendre les sentiers et les rondins en bois des escaliers extrêmement glissants.

Un téléphone portable avec la batterie chargée peut être d'un réel secours en cas d'accident. Le numéro des secours est le **112**.

La pratique des sentiers proposés reste sous votre propre et entière responsabilité. Ni l'auteur ni l'éditeur

CONSEILS PRATIQUES

ne sauraient être tenus pour responsables des accidents qui résulteraient de l'utilisation de cette fiche rando.

BALISAGE

Les itinéraires proposés dans ce site internet sont le plus souvent des créations originales, reprenant parfois des tracés incontournables (pas d'autre cheminement possible), avec des indications uniquement par les textes, sans aucun balisage propre à ces itinéraires. Ainsi, ce sont des marques et panneaux d'autres itinéraires qui servent de repères à certains changements de direction. Vous rencontrerez les marquages suivants : un double trait blanc et rouge pour les itinéraires de grande randonnée : GR (GR 30, GR 441...) et des marquages jaunes, verts ou bleus pour des itinéraires de petite randonnée (PR).

En complément de cette fiche rando, vous pouvez vous munir de la carte topographique au 1/25 000 IGN Top 25 chaîne des Puys n° 2531ET.

En cas de secours, elle permettra de communiquer votre position précise aux sauveteurs.

ÉQUIPEMENT

- de bonnes chaussures de marche (pas trop souples) avec une semelle crantée ;
- un sac à dos pouvant contenir l'eau, le casse-croûte ou les en-cas, un bonnet, des gants légers, un coupe-vent, un vêtement chaud, une cape de pluie ;
- la crème solaire, les lunettes et un chapeau ;
- un couteau de poche, des lacets de rechange, une petite trousse à pharmacie ;
- jumelles, appareils vidéo et photo, en surveillant le poids du sac ;
- un bâton de marche ou de préférence une paire (facultatif).

EN RANDONNÉE

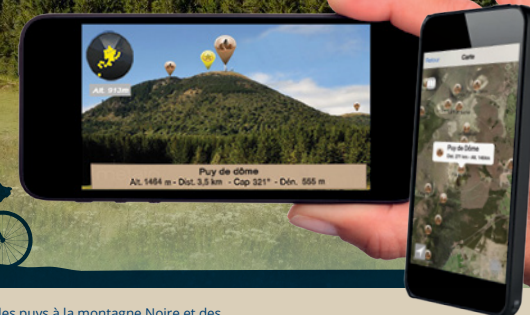
- rester toujours en deçà de ses limites physiques ;
- s'adapter face à des difficultés imprévues (terrain, météo...), quitte à modifier ou à renoncer à une randonnée (humilité et sagesse sont de grandes qualités en montagne).

Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

Massif Central sommets

PUYS, SOMMETS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC...

Balayez l'horizon
et identifiez
tous les sommets
qui vous entourent



De l'Ardèche au gorges du Tarn, de la chaîne des puys à la montagne Noire et des Cévennes au plateau des 1000 vaches : Plus de 300 sommets et quelque 120 volcans référencés dans cette application qui couvre tout le Massif Central.

EDITIONS LES GUIDES GOURSOU
www.guidesgoursau.fr

Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr