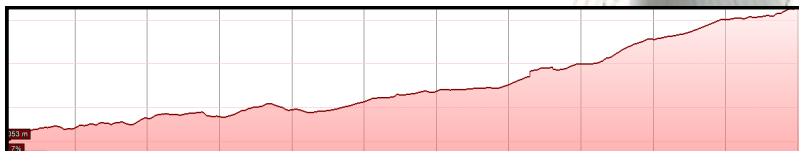
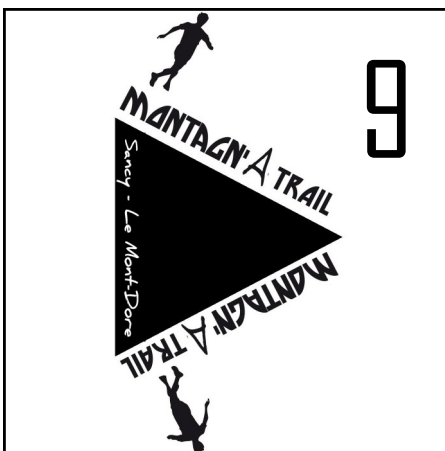
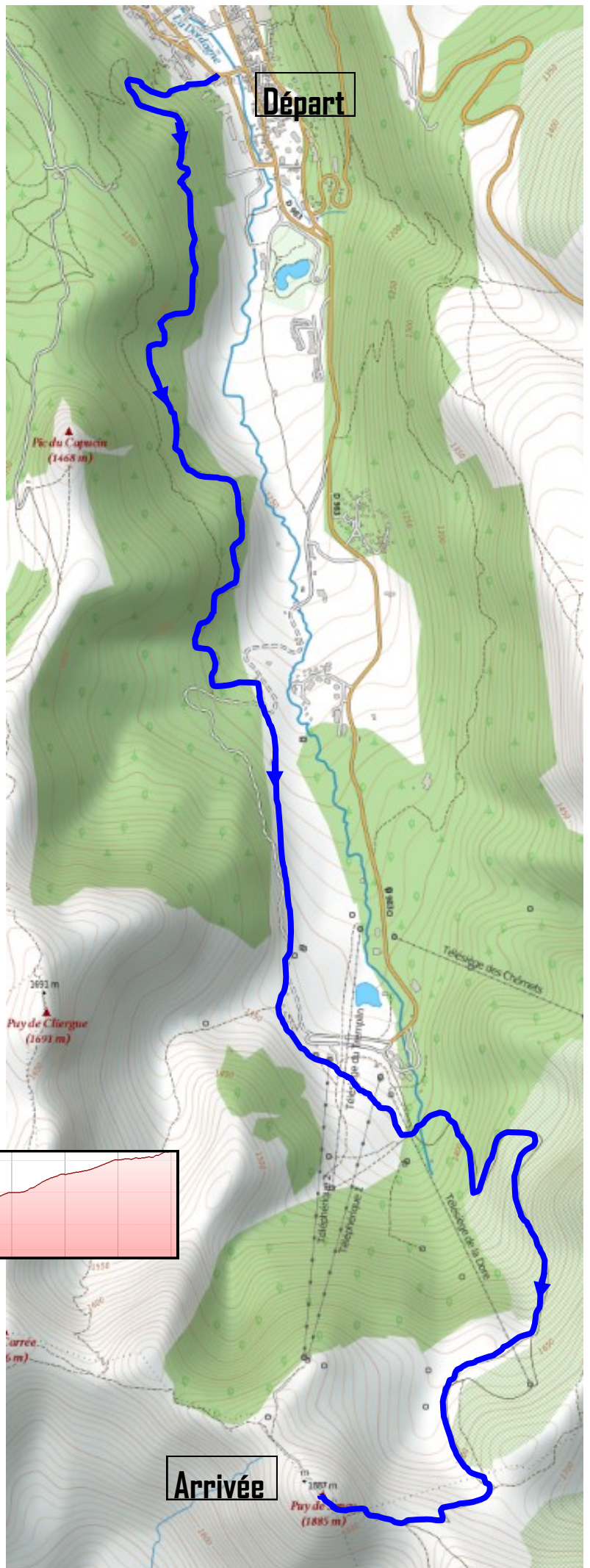




Assaut de la Cabane
Montée sèche
Niveau noir
8.3 km, 845 m D+



Tracé par Sancy-Rando-Trail



partie 1 :

au pied du télésiège des Longes. Nord.

magnifique.

Le départ est à réaliser sur un rythme lent, car la pente est d'emblée assez forte, mais cela ne dure pas. 5 minutes donc pour entrer en action et vous rejoignez le chemin des "Artistes". La pente s'assagit alors, et vous montez à flanc de colline, progressivement, pas un large chemin, traversant la forêt, ses sapins, hêtres ou sorbiers accrochés à la montagne. Par moment, la vue se dégage sur le Roc Cuzeau et les crêtes dominant le plateau de Durbière. Si une pause s'avère nécessaire, profitez des quelques bancs disposés le long du chemin et admirez la ville du Mont Dore que vous surplombez.

Vous sortez de la forêt en arrivant

partie 2 :

Vous montez tout droit, par un large chemin, jusqu'à la station du Mont Dore. Le chemin est bordé de genêts ailés, et suit le télésiège des Longes. Vous passez ensuite au dessus des 2 téléphériques, pour prendre une grande piste caillouteuse. La pente est soutenue sur la première partie et il faut assurer les appuis. Pensez à tourner la tête à gauche pour essayer d'apercevoir le chamois, dans les vallons sauvages entre les Puy de Crebasse et de Cacadoigne. Vous traversez alors sous le télésiège de La Dore pour rejoindre le départ du téléski du Ferrand

partie 3 :

Dès lors, montez sur votre gauche, en suivant le GR, par un petit chemin caillouteux et technique, régulier, longeant un puy à votre gauche, dont les flancs sont couverts de plans de myrtilles. Les pensées sauvages et autres fenouil des alpes parfument votre échappée. Arrivé au "Pan de la Grange", bifurquez sur votre droite pour emprunter de nouveau et pendant un court instant, une large piste jusqu'au Col de la Cabane. La vigilance s'impose ici si le temps n'est pas au beau fixe car l'endroit est particulièrement venté. La vue du col, sur le cirque de la "Fontaine salée" et le Puy Gros est

partie 4 :

Vous abordez maintenant la courte mais intense dernière partie : la montée au Puy de Sancy. Les lacets, serrés et parfois glissants, mettront vos mollets à rude épreuve. L'arrivée au sommet est une vraie récompense, avec sa vue à 360°, menant votre regard jusqu'aux Alpes lorsque le ciel est limpide. Profitez de la table d'orientation en lave émaillée pour "réviser" votre connaissance géographique des lieux, ou simplement les découvrir.

Environnement

* Environnement : Au départ, vous cheminez au sein d'une forêt caractéristique du milieu montagnard, faite essentiellement de hêtres et de sapins. Vous découvrirez, à la fois, au départ, l'ancien mur en pierre de basalte, longeant le chemin, marque de l'utilisation commune de cette roche volcanique par le passé. Vous passerez devant un ancien "kiosque", abritant jadis les artistes qui attendaient le chaland pour lui "tirer le portrait". Cette partie contraste avec la partie haute du parcours, qui, bien qu'étant proche des pistes et remontées mécaniques, longe des vallons sauvages, abritant le chamois, la marmotte, mais aussi des plantes montagnardes caractéristiques, comme l'arnica, le myrtille ou la pulsatille.

* Historique : Le départ par le chemin des "artistes" reste emblématique. Il rappelle le début du siècle, lorsque ce sentier était occupé par des peintres, traçant le portrait des curistes fortunés en balade. Plus loin, l'œil avisé saura identifier les traces déjà anciennes du début de la station du Mont Dore et ses vieux téléskis, qui contrastent avec les nouvelles remontées mécaniques et le parc récent et performant des enneigeurs actuels. Le mémorial, au pied du Val de Courre, rappellera le passé douloureux des maquisards.

Intérêt sportif

Cette montée verticale, difficile, s'adresse à des traileurs entraînés, pour peu qu'ils décident de la faire en courant de la ville du Mont Dore au sommet du Sancy. C'est un vrai challenge ! Mais quelle satisfaction que de poser le pied sur la plate forme sommitale du Sancy, en ayant enchaîné les 845 mètres de dénivellation sans faiblir. La pente, parfois soutenue, offre aussi des moments de répit, lorsqu'elle s'assagit un peu. L'itinéraire conviendra aussi parfaitement au traileur qui souhaite "fractionner en côte" et travailler sa vitesse de montée verticale.

Ce qu'en pense Thomas Lorblanchet

