

LE PARCOURS DE SANTE

Distances : 6 à 7.2 km

Durée : 2h30

Difficulté : Facile

Altitudes : 580 / 710 m

Dénivelé + : 80 à 190m

Balisage :  joggeuse

Accès au départ :

P7 - Sur la route de Berzet (parking en bord de route ou intérieur, à 400m sur le parcours)

P8 - Route de Charade(parking bord de route), à l'opposé de **P7**.

Présentation :

Ce circuit appelé depuis très longtemps Parcours de Santé (**PS**) offre maintenant 3 possibilités de parcours.

PS : Aller- retour sur l'allée forestière (Rose-Violet sur la carte) promenade facile, familiale ou footing .

PS1 : Aller sur l'allée forestière puis descente vers Préguille et remontée sur l'allée (Rose-Bleu sur la carte) – plus sportif.

PS2 : Aller sur allée forestière jusqu'au chemin de Bourgailloux puis descente Préguille et remontée (Rose-Rouge sur la carte)–plus sportif

Projet de rééquipement complet en agrets de ces circuits.

Descriptif des parcours :

PS : Se situe intégralement sur l'allée forestière entre la route de Berzet (**P7**) et la route de Charade (**P8**), en aller-retour.

Sur ce parcours vous traverserez 3 ruisseaux (ruisseau de la Croze, de Thèdes et Artière de Boisséjour).

Entre les repères **19** et **18** (500m) vous pourrez accéder (hors circuit, fléchage directionnel particulier) au rocher d'escalade de Champeaux (montée très raide).

PS1 : A partir du parking **P7** - route de Berzet, suivre l'allée forestière jusqu'au repère **17** (2.5 km sur la droite).

17 - Descendre le chemin qui passe au pied de magnifiques rochers (si on lève la tête !).

Au repère **17a** descendre le chemin à gauche vers Préguille. Après avoir contourné la barrière on débouche sur le chemin de Préguille (Lotissement « Hameau de Préguille » sur la gauche).

On prend le chemin sur la droite jusqu'au lotissement de Préguille. Dès que l'on est sur le bitume, prendre la première impasse à droite qui donne naissance à un chemin, sur la gauche. Forte montée, laisser le chemin à droite dans le lacet et poursuivre à gauche puis tout droit.. Dans le lacet à droite on trouve un agret pour se suspendre, on poursuit jusqu'au repère **19**, à l'arrivée sur l'allée Forestière.

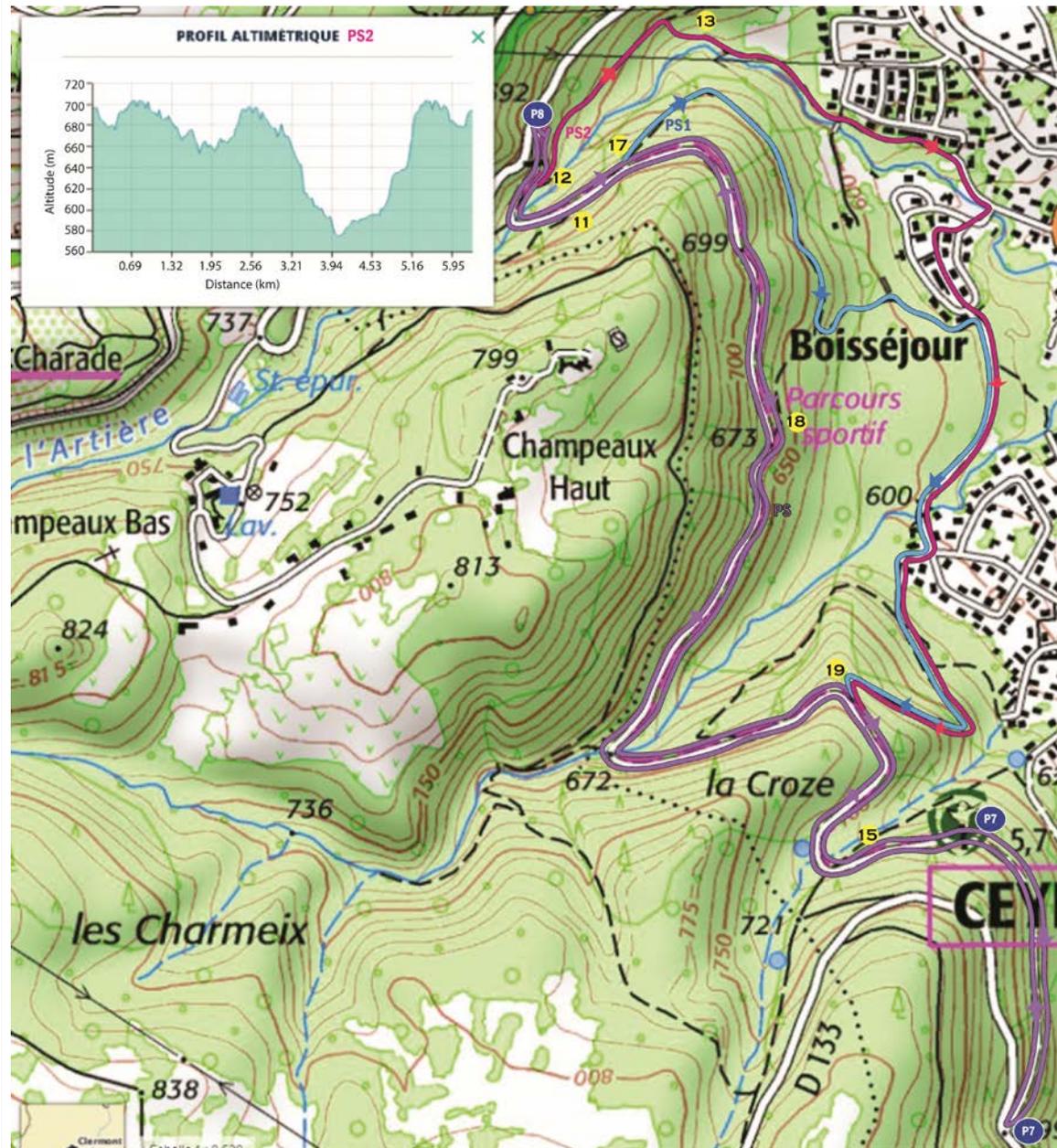
19 - prendre à gauche pour retrouver le parking route de Berzet **P7** ou à droite pour le parking route de Charade **P8**.

PS2 : A partir du parking **P7**- route de Berzet, suivre l'allée forestière jusqu'au repère **12**, 3 km sur la droite

12 - Prendre le chemin de Bourgailloux à droite en descendant. On longe au départ l'Artière de Boisséjour et on poursuit jusqu'au repère **13**.

13 - On prend à droite par les marches pour retrouver le ruisseau au bas du bois. Suivre le chemin qui longe le ruisseau (en dessous du lotissement « Les Plaines »), jusqu'à retrouver une petite route que l'on prend sur la droite. 50 m plus bas on passe sur le pont sur la droite (Ruisseau de l'Artière de Boisséjour) et on traverse le lotissement du « Hameau de Préguille » jusqu'au chemin de Préguille. On retrouve le retour du circuit **PS1**. Continuer le chemin jusqu'à la route. Prendre la première impasse à droite qui donne naissance à un chemin, sur la gauche. Forte montée, laisser le chemin à droite dans le lacet et poursuivre à gauche puis tout droit. Dans le lacet à droite on trouve un agret pour se suspendre, on poursuit jusqu'au repère **19**, à l'arrivée sur l'allée Forestière.

19 - prendre à gauche pour retrouver le parking route de Berzet **P7** ou à droite pour le parking Route de Charade **P8**.



CeyRando
les amis des chemins à Ceyrat

ceyrando@gmail.com