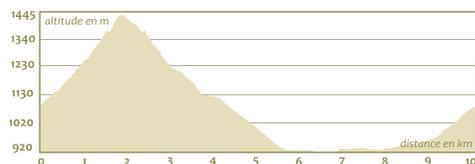
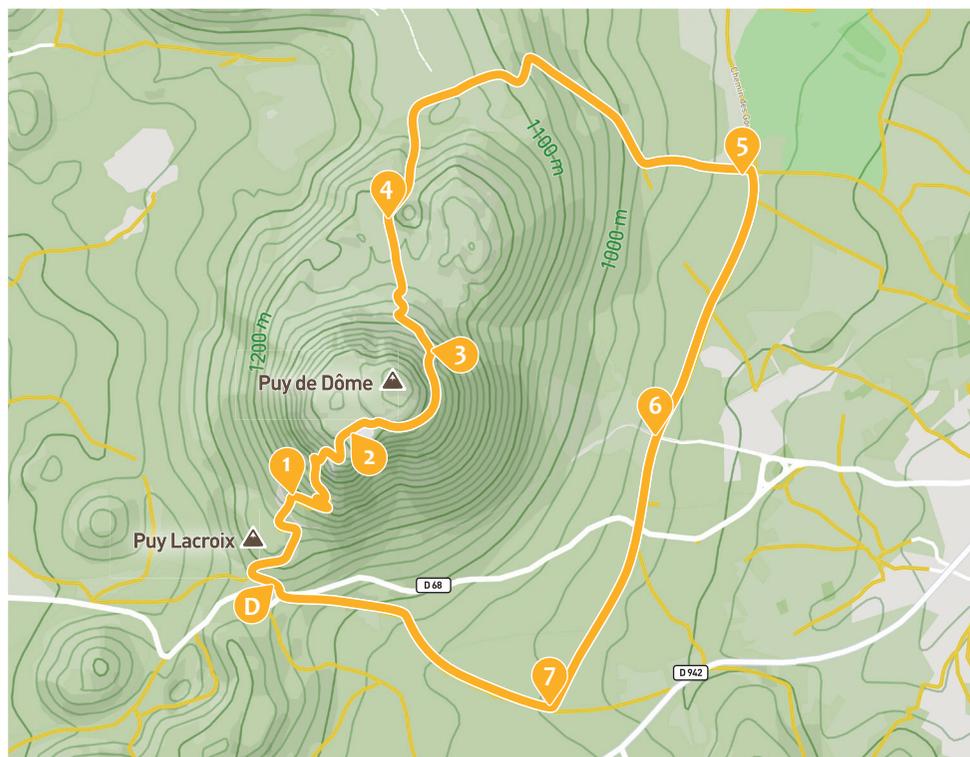


LA BOUCLE DES DÔMES I 5

Le puy de Dôme est un incontournable !

🕒 Durée 1 h 30
 🚩 Balisage Jaune
 📏 Distance 10,1 km
 ⛰️ Altitude 920/1410 m
 ⬆️ Dénivelé 530 m
 🏔️ Difficulté 2/5



➔ Scannez ce QRcode pour obtenir la trace du parcours ou rendez-vous à la p.88 pour obtenir le lien.

Inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis l'été 2018, la Chaîne des Puys offre un terrain de jeu fantastique pour les traileurs. Symbole de cette ligne volcanique, le puy de Dôme est un sommet que l'on se doit de gravir quand on pose ses baskets dans le département. Nous vous proposons ici une boucle d'une dizaine de kilomètres ouverte à tous, quel que soit votre niveau, qui vous permettra de monter en haut du géant des Dômes par le fameux chemin des Muletiers avant de revenir à votre point de départ par le chemin des Chèvres.



ACCÈS AU DÉPART

Lat. : 45.763761
 Long. : 2.956693

Rendez-vous au parking du col de Ceysnat pour cet itinéraire. De là, vous pourrez immédiatement prendre le début du chemin des Muletiers qui se situe au bout du parking.



ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

D Du parking du col de Ceysnat, vous monterez sur une centaine de mètres sur le petit sentier avant de bifurquer sur votre droite pour prendre la direction du sommet du puy de Dôme par le chemin des Muletiers. Ce sentier de 2 km compte 330 m de dénivelé, ça grimpe ! Au total, 15 virages vous conduiront au sommet, tous numérotés. Attention notamment aux virages numéros 3 et 13, ils sont vraiment bien pentus !



1 Entre les virages 2 et 3, vous croiserez les rails du Panoramique des Dômes. Attention à lui laisser la priorité avant de continuer en face sur le chemin des Muletiers.



2 Au bout du chemin des Muletiers, en haut des escaliers, prenez à droite pour traverser la plateforme du sommet du puy de Dôme. Notre itinéraire continue sur la route qui redescend le long des rails du Panoramique, mais vous pourrez, si vous le souhaitez, aller faire un tour au sommet en prenant les escaliers qui longent le temple de Mercure, pour admirer la vue et profiter de la table d'orientation. Vous pourrez même faire le tour du sommet si le cœur vous en dit.



3 Après avoir suivi la route qui longe les rails, sur votre droite vous découvrirez le début du chemin des Chèvres. Empruntez les escaliers et suivez le sentier jusqu'en bas où vous traverserez une forêt avec des passages recouverts de cette roche rougeâtre et volcanique qu'est la pouzzolane.

4 Une fois sorti de la forêt, vous arriverez à un croisement. Ne suivez pas le GR4 (balisage rouge et blanc) mais bien le PR (balisage jaune) qui vous fait prendre sur la droite. S'ensuivra une belle descente douce à travers des terrains volcaniques et une épaisse forêt. Attention à bien suivre le balisage qui vous enverra toujours en direction du col de Ceyssat.

5 Au bout de 5,5 km, vous arriverez à un nouveau croisement à proximité du golf des Volcans. Prendre à droite en direction du parking du Panoramique des Dômes. Au km 7, vous le verrez sur votre gauche légèrement en contrebas du chemin sur lequel vous évoluez.



Le petit +

Le chemin des Muletiers et le chemin des Chèvres sont des incontournables du territoire. Et si vous essayez de réaliser votre meilleur temps dans la montée des Muletiers ? Pour info, le record est de 10'54 !

6 Continuez sur votre chemin actuel, vous traverserez à nouveau les rails du Panoramique des Dômes mais également la route qui mène au col de Ceyssat. Continuez dans la forêt en face de vous pendant encore environ 1 km.

7 Vous croiserez alors un chemin plus large en graviers. Prenez-le sur votre droite pour remonter vers le col de Ceyssat. Depuis le sommet du puy de Dôme, c'est la première fois que le chemin monte. Plutôt facile au début, il devient de plus en plus raide et étroit à mesure de votre progression vers le sommet. N'hésitez pas à marcher vite si vous en ressentez le besoin, le col et l'arrivée de votre boucle se situent à environ 500 m.



ENSEMBLE, ADOPTONS LES BONNES PRATIQUES !

- 🐾 Respectez le travail des éleveurs et des bergers, contournez les troupeaux garants des paysages ouverts et d'un élevage respectueux des sites et des animaux.
- 👋 Respectez les propriétés privées, préservez avec nous la végétation et limitez l'érosion des sols volcaniques en restant sur les chemins balisés.
- 🌿 Préservez la tranquillité de la faune sauvage, en restant sur les chemins balisés.
- 👍 Pratiquez la philosophie "Leave no trace" (ne pas laisser de trace), centrée sur le respect de la nature et des autres pratiquants d'activités de pleine nature afin de ne pas altérer les beautés de notre territoire.

➡ Plus d'informations sur : www.parcdesvolcans.fr

