

SOMMAIRE

Préface.....	3
Carte synoptique	6
Le top des randonnées	8
Indications touristiques	10
Symboles	11
Traces GPS et coordonnées des points de départ	13
Randonner en Auvergne et dans le Massif Central.....	14
Paysage, localités et curiosités	20
Adresses utiles.....	26

Montage bourbonnaise

1 5 h 00 Dans les collines de la Montage bourbonnaise	30
2 3 h 15 Rocher St-Vincent, 925 m	33
3 2 h 30 Puy de Montoncel, 1287 m	36

Dans le Parc naturel régional du Livradois-Forez

4 3 h 00 Sur le Grun de Chignone, 1074 m	38
TOP 5 3 h 00 Belles vues au Col du Béal	40
6 1 h 45 Dans la vallée des moulins près d'Ambert.....	43
7 2 h 00 Montarcher, 1159 m	46
8 2 h 15 La Chaise-Dieu	48

Dans le Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne

9 4 h 00 Chaîne des Puys	51
10 1 h 45 Puy de Pariou, 1164 m	54
TOP 11 2 h 45 Puy de Dôme, 1464 m	57
12 3 h 30 Puy de Lassolas – Puy de la Vache – Puy de Vichatel	60
13 2 h 00 Autour de St-Nectaire.....	64
14 2 h 30 Lac Chambon et le Château de Murol	67
15 3 h 45 Du Lac de Guéry au Banne d'Ordanche, 1512 m	70
TOP 16 5 h 45 Grande randonnée de crête dans l'Est du Massif du Sancy ..	72
17 1 h 30 Roche des Fées, 945 m	76
18 6 h 00 Sur le Puy de Sancy, 1885 m	78
19 2 h 15 Promenade à travers la Vallée de Chaudefour.....	82
20 5 h 00 Lac de Bourdouze, Lac de Montcineyre et Lac Pavin	84
21 1 h 15 Pic de Montcelet, 738 m	86
22 4 h 00 Grand itinéraire en boucle dans le Cézallier	89
23 1 h 15 Condat – entre Cézallier et Cantal	92
24 5 h 15 Autour des sommets des Monts Cézallier	94
25 7 h 00 Puy Mary, 1782 m, et Puy de Peyre Arse, 1806 m	97
26 1 h 15 Visite du Puy Mary, 1783 m	100
27 4 h 30 Puy Chavaroche	102

TOP	28	5 h 15	Randonnée royale au cœur du volcan du Cantal	105
	29	3 h 00	Sur le Plomb du Cantal, 1855 m	108

Les Gorges de l'Allier et les montagnes du Velay

	30	3 h 00	Entre Vieille-Brioude et Lavaudieu	111
	31	4 h 00	Du Puy-en-Velay au Château de Polignac	114
	32	3 h 15	Le Testavoyre, 1436 m.	118
	33	4 h 00	Pic du Lizieux, 1388 m.	120
TOP	34	2 h 00	Mont Mézenc, 1753 m	122
	35	4 h 30	Dans le Velay du Sud jusqu'à la chapelle romane St-Roch ..	124
	36	5 h 45	Des Gorges de l'Allier vers les plateaux de la Margeride ..	126
	37	6 h 00	Par les Monts Devès vers les Gorges de l'Allier.	130
	38	0 h 40	Circuit autour du Lac du Bouchet, 1205 m	132
	39	2 h 45	Cascade de la Beaume	134
	40	3 h 00	Le long des romantiques Gorges de la Loire	136
	41	1 h 30	De Pradelles à Langogne	138
	42	2 h 30	Lac de Naussac	140

Dans les montagnes de la Margeride et du Massif de l'Aubrac

	43	2 h 15	Suc de Loubarcet, 1063 m	142
	44	1 h 45	Mont Mouchet, 1497 m	144
	45	3 h 45	Sur les plateaux solitaires de la Margeride	146
TOP	46	5 h 45	Du Lac de Charpal vers Truc de Fortunio, 1552 m	148
	47	4 h 00	Signal de Flagit	152
	48	4 h 30	Deux tours dans les Gorges de la Truyère	155
	49	2 h 00	À travers les forêts de Laguiole	158
TOP	50	4 h 00	Les plateaux du volcan de l'Aubrac	160
	51	2 h 30	La Cascade de Déroc, 1208 m	162
TOP	52	6 h 00	Au cœur de la Montagne d'Aubrac	164

Le long de la Vallée du Lot

	53	3 h 30	Dans la Vallée du Lot de St-Côme-d'Olt à Espalion	168
	54	2 h 30	Petite randonnée en boucle autour d'Estaing	170
	55	2 h 15	Autour de l'abbaye de Conques	172
	56	3 h 15	Sur les plateaux sauvages des Causses du Quercy	174
	57	3 h 15	Le long des méandres rocheux dans la Vallée du Célé ..	176
	58	2 h 30	St-Cirq-Lapopie dans la jolie Vallée du Lot	178

			Index	180
--	--	--	-------------	-----