

## Le Sentier du Sucal - VTT N°7



CEZENS

Durée : 1h05

Longueur : 9,2 km

Balisage :

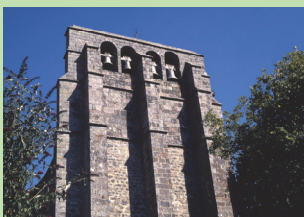


▼ 1018 m ▲ 1223 m

Dénivelé : + 168 m

Très facile

Cet itinéraire facile est idéal à faire en famille. Il parcourt le bois de Lavergne et emprunte partiellement le « sentier traces » jalonné de bornes rotatives permettant de découvrir la faune sauvage sous forme d'énigmes. Une découverte que vous pourrez prolonger à pied.



*Itinéraire non praticable de novembre à avril : enneigement.*

En savoir + :

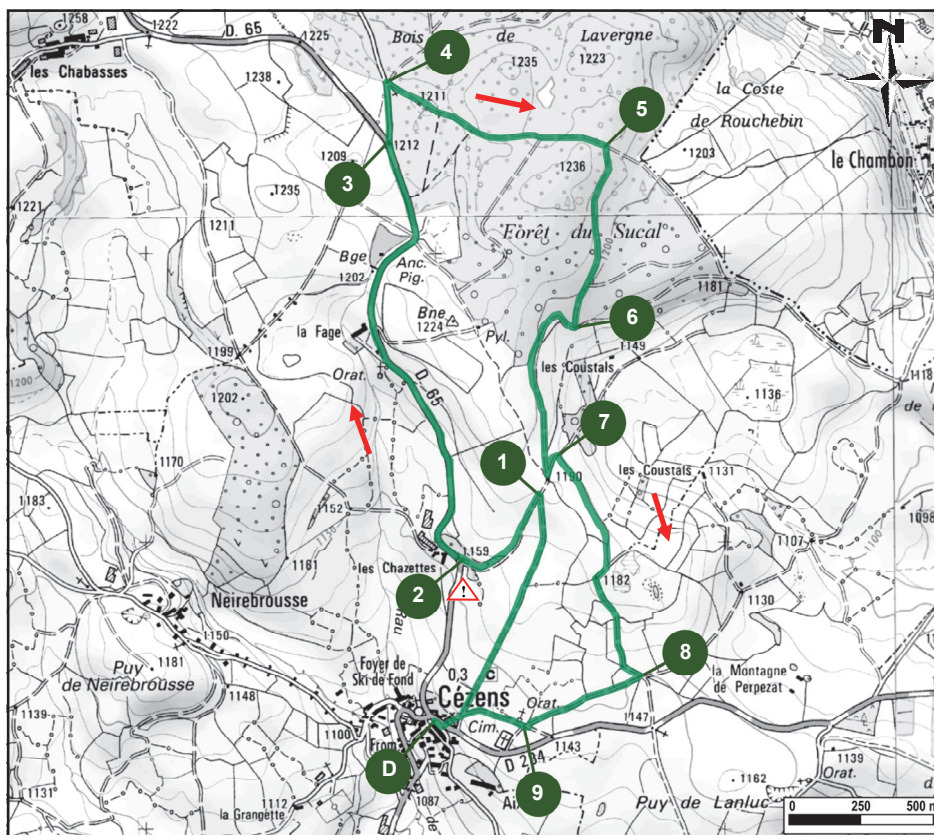
Bureau de Tourisme de Pierrefort-Neuvéglise  
www.pays-saint-flour.fr

Aménagements et entretien du circuit :  
Saint-Flour Communauté  
www.saint-flour-communaute.fr

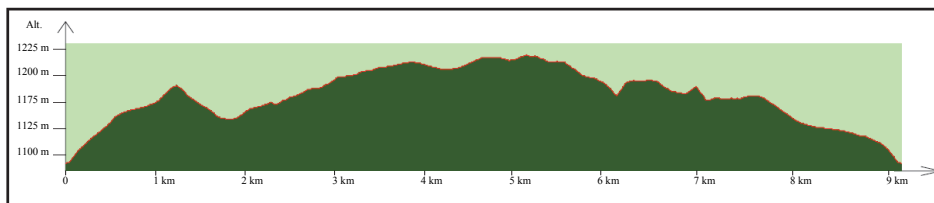
Crédit photo OTPN - Joël Ramadier

**Vous souhaitez noter et/ou signaler un problème sur cet itinéraire :**  
www.rando.cantal.fr

Fiche Rando PDIPR 15  
Edition 2018 - Tous droits réservés



CRAIG - SCAN 25 © IGN 2009 - Licence n°2009 - CISE27-250 - Reproduction interdite.



- D** Départ sur la place face à l'ancienne école-mairie. Prendre la rue derrière le bâtiment, et plus haut, suivre à gauche le chemin qui monte plein nord.
- 7** Au fond de la descente prendre le chemin en contrebas à gauche.
- 9** Au croisement continuer à droite, longer l'oratoire, et descendre jusqu'à Cézens.

- 1** Prendre le chemin sur la gauche.
- 8** Au croisement, laisser le sentier bleu tout droit et prendre à droite.

- 2** Attention arrivée sur la route (RD65). La suivre à droite, longer le village de La Fage et le lac.

- 3** Au croisement, prendre sur la droite direction Chauvel

- 4** A la croix, prendre le chemin sur la droite qui rentre dans le bois (longer le petit abri).

- 5** Prendre le chemin à droite.

- 6** A la sortie du bois, prendre le chemin à droite.





## Pour une randonnée sans souci



### Quelques rappels:

Le balisage des itinéraires VTT, signification :



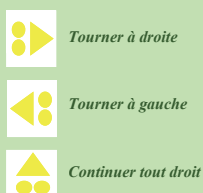
Les itinéraires VTT sont numérotés et la couleur du numéro indique le degré de difficulté du tracé :

Vert : très facile,  
Bleu : facile,  
Rouge : difficile,  
Noir : très difficile.

La couleur de fond de la balise indique le type d'espace sur lequel l'itinéraire est aménagé :

Jaune : espace local,  
Marron : parc naturel régional,  
Rouge : grande traversée ou itinéraire de plus de 80 km

Le positionnement de la balise indique la direction à suivre :



Dans certains secteurs des panneaux directionnels peuvent intégrer les balises VTT :



### Infos +

Avant de partir :  
- contrôler le VTT,  
- prévoir un kit de réparation.

Le port du casque est très fortement recommandé.

En moyenne montagne, la progression d'un VTTiste est d'environ 8,5 km/h.

Terre de randonnées par excellence, avec des sites prestigieux ou secrets, le Cantal vous convie à partager les bonheurs rares qu'offre un environnement préservé dans sa richesse et son authenticité.

Néanmoins, ce pays réserve ses nombreux charmes à ceux qui l'abordent avec respect et lucidité, qui savent allier plaisir et sécurité et tendre la main aux hommes qui, tous les jours, façonnent par leur travail ces paysages d'une exigeante beauté.

Pour « prendre son pied » sur les chemins de balade, il faut aussi savoir où le poser... Voici quelques règles simples de « savoir-randonner » qui vous permettront de savourer sans souci, une balade inoubliable :

- se renseigner sur la météo ainsi que sur l'itinéraire,
- emporter le nécessaire du randonneur prévoyant (chaussures de rando, sac à dos, crème solaire, pique-nique, bidon d'eau, fiche rando, topo-guide, carte IGN à jour),
- éviter de partir seul et indiquer à son entourage le parcours choisi,
- ne pas quitter les sentiers balisés,
- ne pas randonner accompagné d'un chien dans les zones d'estives,
- ne pas s'approcher des troupeaux ou caresser une vache,
- refermer les clôtures à la traversée des pâturages,
- ne pas déposer d'ordures ou tout autre objet indésirable,
- ne pas fumer ou faire du feu,
- ne pas camper,
- ne cueillir aucune plante,
- en cas d'orage, quitter rapidement les sommets et les lignes de crête. Chercher un abri en évitant absolument les arbres isolés et les rochers qui attirent la foudre,
- En cas d'accident justifiant un secours, rejoindre au plus vite la route ou les habitations proches et téléphoner au 17 ou 18, en précisant au mieux la localisation et la gravité de l'accident.

Dans tous les cas, ne sous-estimez pas la moyenne montagne, dite « montagne à vaches », ni les vaches elles-mêmes... Adaptez votre comportement à vos capacités personnelles, à l'état naturel des lieux et aux dangers prévisibles sur des chemins de randonnée. En suivant ces quelques conseils, fondés sur le simple bon sens et le respect d'autrui, vous randonnerez dans les meilleures conditions de sécurité. Vous éviterez, en outre, que votre responsabilité soit engagée dans d'éventuels dommages ou accidents ou que les propriétaires et les agriculteurs refusent légitimement le passage à ceux qui vous suivront. Un « contre-pied » dont pâtiraient tous les randonneurs.

La météo dans le Cantal:

[www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)  
Tel : 08 99 71 02 15

Numéros d'urgence:

15 S.A.M.U  
17 police  
18 pompiers  
112 numéro d'urgence européen

L'aménagement et l'entretien de cet itinéraire comme la rédaction de cette publication ont été réalisés par la communauté de communes Saint-Flour Communauté. Aussi, le Conseil départemental du Cantal ne saurait être tenu responsable d'un quelconque défaut d'entretien sur le terrain ou d'erreurs concernant le descriptif de l'itinéraire.