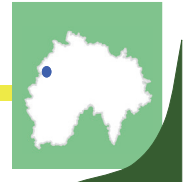


Le Rocher de Chabane



ARCHES

Durée : 2h00

Longueur : 5 km

Balisage : bleu

▼ 500 m ▲ 590 m

Dénivelé : + 145 m

Facile

Votre balade au départ du charmant village d'Arches vous conduira dans la haute vallée de la Dordogne. Cette rivière prend sa source dans le massif du Sancy (1886 m) pour rejoindre la Garonne aux environs de Libourne, 483 km plus loin.

Autrefois sauvage, la haute vallée est aujourd'hui domestiquée par la mise en valeur de son potentiel hydro-électrique. On compte en effet cinq barrages majeurs sur son cours, dont le barrage de l'Aigle qui forme la retenue visible du sentier, et une multiplicité d'aménagements sur ses affluents.

Cependant les richesses de la Dordogne ont été longtemps exploitées mais à d'autres fins : pêcheurs amateurs mais aussi professionnels qui allaient vendre leur produit au marché voisin de Mauriac, voie de navigation entre le Cantal et l'Aquitaine avec les célèbres gabares ; on a même compté plusieurs bacs permettant le passage d'une rive à l'autre. Un tourisme de nature permet aujourd'hui de redécouvrir le charme de cette rivière majestueuse et sauvage.



La Dordogne depuis le Rocher de Chabane

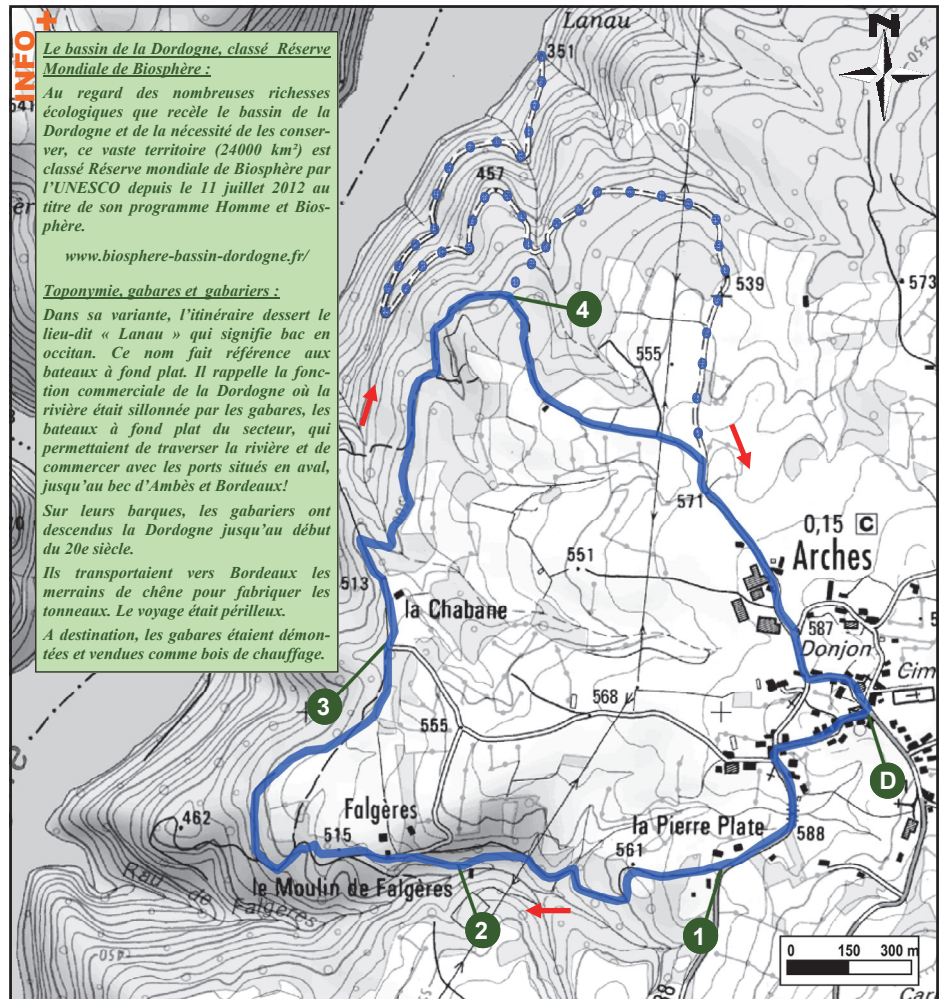
+ d'infos :
Office de tourisme du Pays de Mauriac :
www.tourisme.paysdemauriac.fr

Aménagement et entretien du circuit :
Communauté de Communes
du Pays de Mauriac
www.paysdemauriac.fr

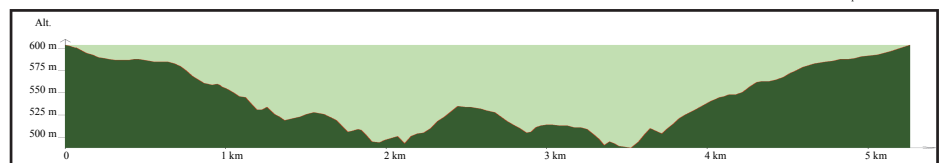
Crédit photo CD15-BBT

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

Fiche Rando PDIPR 15
Édition 2018 - Tous droits réservés



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



- D** Se garer devant la tour. Dos à celle-ci, remonter la rue en gardant la mairie à main droite. Au croisement, prendre à droite. Rejoindre « La Pierre Plate » par la route.
- 1** Prendre le sentier sur la droite dans ce hameau, passer devant une ancienne secrierie. Dans le bois, prendre à droite au Y puis à gauche un chemin qui descend ; passer un pont et remonter jusqu'à l'ancien moulin de Falgères.
- 2** Emprunter la route par la droite, puis prendre le chemin herbeux à gauche qui passe devant la maison. Continuer en face et entrer dans le bois. Bien suivre le balisage : prendre à droite puis à gauche, vue sur la vallée ; puis une nouvelle fois à droite et à gauche.
- 3** Rejoindre le chemin gravillonné, passer la grange de la Chabane et continuer tout droit jusqu'au rocher du même nom. Avant le promontoire d'où l'on surplombe la vallée de la Dordogne, prendre à droite le chemin qui replonge dans la forêt puis à gauche.
- 4** Au carrefour suivant remonter un sentier à droite, rejoindre un chemin empierré puis la route ramenant à Arches.
- Au point 4 une variante est possible pour descendre par la piste forestière jusqu'à la Dordogne au lieu-dit Lanau. La remontée jusqu'à Arches est assez difficile. Pour effectuer cette variante il convient de rajouter 1h15 à l'horaire initial.



La Tour d'Arches, ancien donjon du 12e siècle

Pays de Mauriac
Communauté de communes



Quelques rappels:

Le balisage des itinéraires de petite randonnée :

Il est matérialisé à la peinture.

■ un trait indique la continuité du tracé,

┌ Tourner à droite,

└ Tourner à gauche,

X une croix, c'est la mauvaise direction.

Les itinéraires de petite randonnée de moins de 2 h de marche hors pauses sont balisés en bleu ■

Les itinéraires de petite randonnée de 2h de marche à moins de 4h de marche hors pauses sont balisés en jaune ■

Les itinéraires de petite randonnée de 4h de marche à 7h de marche hors pauses sont balisés en vert ■

Le balisage peinture peut être renforcé par de la signalétique directionnelle lorsque le terrain l'impose.



Le dénivelé positif:

C'est la somme des montées de l'itinéraire. Exprimé en mètres, il renseigne sur l'intensité de l'effort à fournir. 100 mètres de dénivelé positif à pied revient à réaliser environ 1 km sur un terrain plat. Pour un bon marcheur il faut environ 1h pour gravir une montée de 400 mètres.

En moyenne montagne, la progression d'un marcheur est d'environ 3,5 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
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 du Pays de Mauriac. 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.