

9 La Gampille

15,9 km

D+ 520 m

Technicité:



SAINT-FERRÉOL-D'AUROURE STADE, RUE DU MONT

GPS: 45,346° N, 4,263° E

BALISAGE

Les balises sont orientées vers la direction à suivre. Sur celles-ci figure le numéro du circuit que vous empruntez. La couleur du numéro correspond au niveau de difficulté du circuit. Les circuits sont balisés dans un seul sens.



Chemin à ne pas emprunter

Traversée de route, passage raide ou glissant



Les balises liaisons comportent une lettre pour indiquer la liaison sur laquelle vous vous trouvez. Les liaisons sont balisées dans les deux sens.

Malgré tout le soin apporté au balisage, il se peut que des balises disparaissent. Si vous rencontrez un problème sur l'un des itinéraires, merci de la signaler sur le site internet.

La première descente de ce circuit donne le ton : la pente abrupte et technique vous mène jusqu'à la traversée pas toujours aisée de la Gampille. Votre cœur va s'emballer dans la montée qui suivra mais ce n'est qu'un début. Profitez du replat pour admirer l'unité d'habitation imaginée par Le Corbusier, trônant sur sa colline. La descente roulante et la courte partie goudronnée qui suivent vous guident vers le point bas du circuit. S'ensuivent les deux difficultés majeures du parcours, entrecoupées d'un magnifique sentier forestier cheminant à travers les ruines de la Foullarlat. La fin du parcours, plus clémente vous emmène à traverser cinq hameaux, ainsi que des



Conseils aux coureurs



Avant de partir mieux vaut se renseigner sur la météo et se procurer la carte ou la trace gps du circuit.



Libre à vous de partir le plus léger possible, néanmoins, n'oubliez pas qu'il n'est jamais agréable de prendre un coup de froid et qu'un téléphone portable peut vous être utile en cas de problème.



Une bonne hydratation et un apport alimentaire sont indispensables pour un effort optimal et une bonne récupération.

S'il vous plaît, ne jetez pas de déchets, ne sortez pas des itinéraires et ne pénétrez pas sur de propriétés privées !

Liaison(s)


F Vers circuit 17
1,4 km


Légende

 Point de départ

 Point de vue

Nature de l'itinéraire


 Niveau difficile

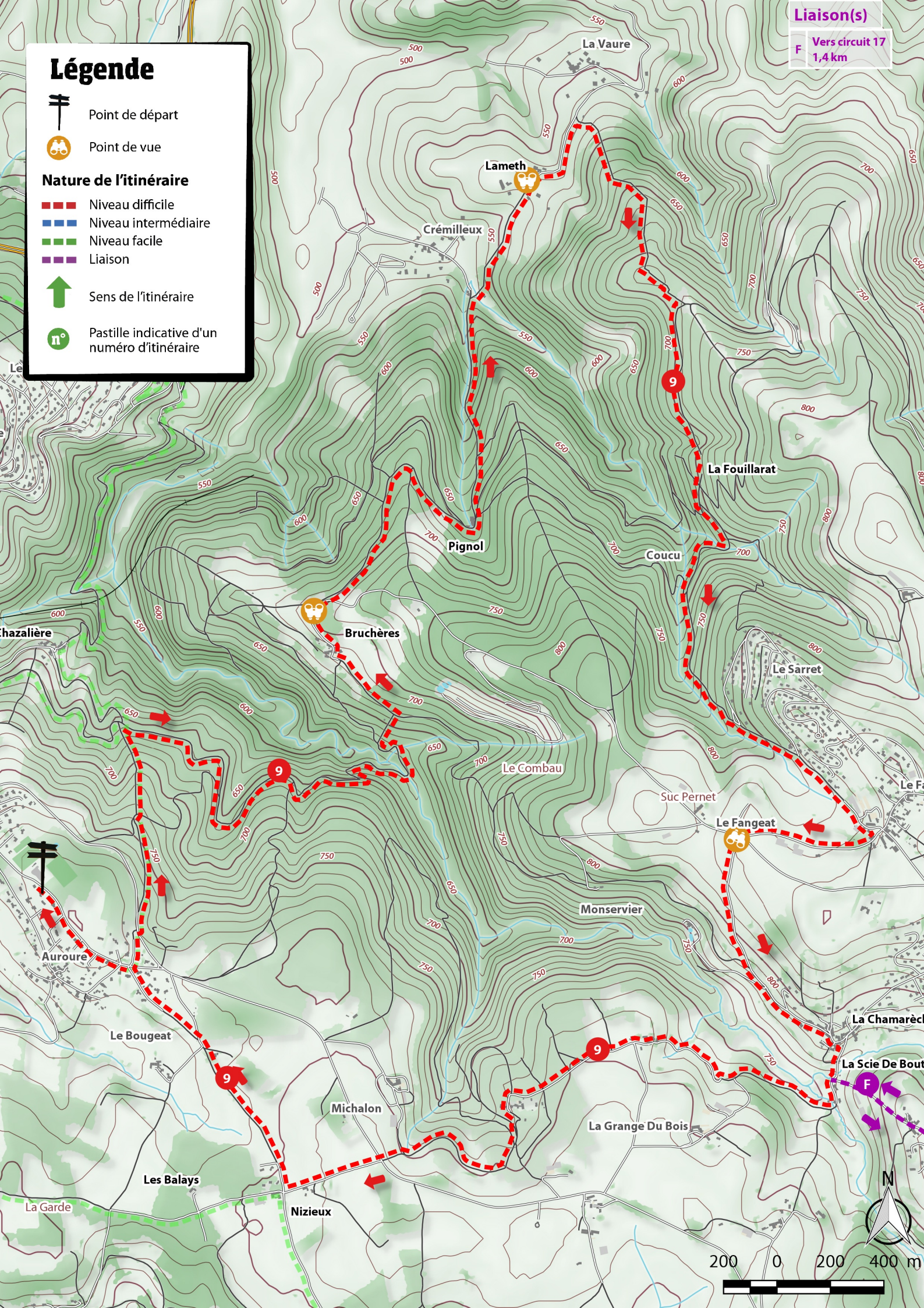
 Niveau intermédiaire

 Niveau facile

 Liaison

 Sens de l'itinéraire

 Pastille indicative d'un numéro d'itinéraire



Chazalière

Auroure

Le Bougeat

Les Balays

La Garde

Michalon

Nizieux

Pignol

Bruchères

Le Combau

Monservier

Crémilleux

Lameth

La Vaure

La Foullarat

Coucu

Suc Pernet

Le Fangeat

Le Sarret

La Chamarec

La Scie De Bout

N

200 0 200 400 m