



PARENTHÈSE
SPORT NATURE

SÉJOUR AOÛT 2026



LE SÉJOUR



PARC NATUREL RÉGIONAL DES VOLCANS
D'Auvergne



6 JOURS, 7 NUITS
SAMEDI 15 AU SAMEDI 22 AOÛT 2026



VILLAGE VACANCES
PENSION COMPLÈTE



DISTANCE : 10-15KM / JOUR
DÉNIVELÉ : 200-450 MD+



GROUPE :
ENVIRON 20 PERSONNES



VOTRE ACCOMPAGNATRICE EN MONTAGNE

Fanny Coulon

Docteure en Sciences et Accompagnatrice en Montagne

Amoureuse des grands espaces et un brin aventurière, je parcours les sentiers de France à la recherche des plus beaux sentiers, des plus beaux panoramas et des plus belles expériences. C'est avant tout des aventures inédites et insolites en plein coeur de la nature que j'aime concevoir et vous faire vivre à travers mon métier d'accompagnatrice en montagne.

Cette passion pour l'outdoor est une vraie philosophie de vie. La nature et le sport nous permettent de nous extraire du rythme effréné de notre quotidien et de nous ressourcer pleinement. Chacun, à notre rythme, connectons-nous à la nature pour explorer ses sens d'une tout autre façon.

Mes petits plus : exploration des sens, lecture de paysages, initiation à l'orientation, découvertes gustatives, convivialité, animations ludiques et pédagogiques autour de la faune, la flore, la géologie et le patrimoine.



AU COEUR DU PARC NATUREL RÉGIONAL DES VOLCANS D'Auvergne

Le Massif du Cantal : un volcan aux mille visages

Un géant endormi au cœur de l'Auvergne

Au centre du Parc naturel régional des Volcans d'Auvergne, le massif du Cantal impressionne par son immensité. C'est le plus vaste volcan d'Europe, aujourd'hui endormi, dont les éruptions passées ont sculpté un relief spectaculaire. Ses paysages racontent une histoire géologique de plusieurs millions d'années, où les coulées de lave ont laissé place à de vastes plateaux, des crêtes élancées et des vallées verdoyantes.

Des panoramas à couper le souffle

Randonnées après randonnées, le Cantal dévoile des panoramas uniques : les crêtes aériennes du Plomb du Cantal, les pentes herbeuses du Puy Mary (classé Grand Site de France), ou encore les vallées profondes creusées par les rivières. Ici, chaque sommet offre une vue dégagée à 360°, où se succèdent pics, pâturages et villages aux toits de lauze. L'immensité des horizons donne une sensation rare de liberté et d'espace.

Une terre authentique et préservée

Le massif du Cantal est un territoire resté sauvage et profondément attaché à ses traditions. Les estives accueillent chaque été les troupeaux, rythmant la vie montagnarde. Les villages de caractère, tels que Murat, Salers ou Vic-sur-Cère, témoignent d'une identité fièrement préservée, où l'accueil est chaleureux et sincère. Séjourner ici, c'est plonger dans une atmosphère à la fois paisible et vivante.

Un paradis pour les randonneurs

Avec ses multiples circuits, le massif du Cantal est un véritable terrain de jeu pour les amoureux de la marche. Sentiers en balcon, traversées de crêtes, ascensions de sommets volcaniques ou balades en forêt : chacun y trouve son bonheur, du randonneur contemplatif au marcheur plus sportif. L'itinérance permet de découvrir la diversité des paysages, entre vallées encaissées, cascades fraîches et plateaux d'altitude baignés de lumière.

L'alliance parfaite entre nature et gastronomie

Après l'effort, le réconfort ! Le Cantal se savoure aussi à table. C'est la terre de fromages réputés – Cantal, Salers, Bleu d'Auvergne – mais aussi de plats généreux comme la truffade ou l'aligot, parfaits pour reprendre des forces après une journée de randonnée. Chaque repas est l'occasion de découvrir une gastronomie ancrée dans le terroir, où simplicité et authenticité se mêlent.

Un séjour hors du temps

Choisir le massif du Cantal pour randonner, c'est s'offrir une parenthèse loin du tumulte, dans une nature grandiose et ressourçante. Ici, le rythme ralentit, les paysages émerveillent, et chaque pas reconnecte à l'essentiel. C'est une invitation à vivre pleinement la montagne, dans toute sa beauté brute et généreuse.

LIORAN CANTAL



A scenic view of a mountain valley with green slopes and a blue sky. The image is used as a background for the text.

DÉCOUVREZ LE

PRO
GRA
MME

DIMANCHE



● **Parcours**

Boucle de Rombière (Le Lioran)
vue sur la vallée de la Jordanne dominée
de droite à gauche par le Puy de Payre
Arse, le Puy Mary et le Puy Chavaroché
8-10km 350mD+

● **Midi**

Repas au centre ou pique-nique

LUNDI



● **Parcours**

Le Puy Niermont (Col de Serre)
belle traversée aérienne offrant des vues
ouvertes sur les vallées et un final tout en
douceur vers le village de Dienne
12km 300mD+

● **Midi**

Pique-nique tiré du sac

MARDI



● **Parcours**

Le Cirque de Chamalère (Prat de Bouc)
Un des plus beaux cirques glaciaires des
Monts du Cantal !
9km 300mD+

● **Midi**

Pique-nique tiré du sac

JEUDI



● **Parcours**

Le tour d'Empourime (Murat)
Départ de la cité médiévale de Murat,
dans cette large vallée de l'Alagnon avec
un point de vue sur les sommets, les
fermes blocs et le château d'Anterroches
14km 400mD+

● **Midi**

Pique-nique tiré du sac

JEUDI



Parcours

Les tourbières de Chastel-sur-Murat
un univers humide et préservé, refuge
d'une biodiversité rare et étonnante
13km 200mD+

Midi

Pique-nique tiré du sac



SOYEZ BIEN
ÉQUI
PÉ(E)

S'ÉQUIPER avec

DARE 2B 



CODE PROMO :

SPORTNAT15

*-15% valable sur tous les articles, même
les promotions & soldes*

WWW.DARE2B.FR

Se perdre dans l'immensité de la nature est souvent la meilleure façon de se retrouver. Chaque sommet, chaque sentier, chaque rivière murmure des leçons de courage et de résilience. Lorsque nous affrontons les éléments, que ce soit le vent glacé des montagnes ou la chaleur accablante du désert, nous découvrons des forces insoupçonnées en nous-mêmes. La nature ne juge pas, elle pousse simplement à avancer, à mettre un pied devant l'autre malgré les obstacles. En gravissant une colline escarpée ou en traversant une forêt dense, nous apprenons à surmonter nos peurs et nos doutes. Chaque pas est une victoire, chaque goutte de sueur un témoignage de notre détermination. C'est dans ces moments d'effort intense et de solitude paisible que nous comprenons véritablement ce que signifie se dépasser. La nature nous rappelle que les limites ne sont que des illusions, et que notre potentiel est aussi vaste que les horizons que nous contemplons.

