

VOLCANISSIMOTM

Chaîne des Puys, Sançy, Cézallier, Cantal

1er tronçon de la Grande Traversée du Massif central... selon CaminoTM !

Si ce n'est pas de la haute montagne, ça y ressemble étrangement... on se croirait nettement plus haut, sauf que tout est vert, tapissé d'herbe grasse, des vallées aux sommets
Bike - juillet 2005

Voici le décor du 1er tronçon de Grande Traversée du Massif Central selon CaminoTM.

Itinéraire entre 800 et 1850 m., sur des single-tracks avec des paysages montagneux où la verdure des hauts plateaux et des forêts prédomine.

Sur les nombreuses prairies d'estive paissent des vaches à la robe acajou : les Salers.

Programme conçu en étroite collaboration avec Vincent, pionnier du mountain bike dans le Massif Central.

Une intégrale d'Auvergne pour rouler en montagne sur des sentiers dédiés au VTT.

Un raid tout en souplesse qui vous fera découvrir les sites auvergnats les plus caractéristiques et surtout les plus intéressants à VTT.

Bienvenus sur cette île de verdure, dans le jardin de CaminoTM.

L'avis du staff

"Rien à voir avec l'itinéraire balisé de la GTMC, pas assez VTT à mon goût. "

Grégory

"Ce raid aux difficultés progressives est idéal pour élever son niveau technique et s'amuser tout en sécurité."

Vincent



Sur place

Situation Géographique

la Chaîne des Puys est située à l'ouest de Clermont-Ferrand. C'est un ensemble de plus de quatre vingt édifices volcaniques, alignés du nord au sud sur près de 40 km de longueur et 8 km de largeur. Le massif du Sançy se trouve au cœur des volcans d'Auvergne, à la limite du plateau du Cézallier avec au sud le Cantal d'Aurillac. La station de ski alpin du Lioran s'étend sur les flancs du Plomb du Cantal, 1855 m. Les grands espaces débordent sur le Puy Mary, 1787 m et le Puy Griou, 1690 m.

Hébergement et repas

Hébergement collectif tout confort (chambres ou dortoirs) en pension complète... bonnes tables et bonne humeur ! Pique-niques le midi à base de produits frais de qualité.

Portage et assistance

Vos affaires personnelles sont transportées par l'assistance. Un petit sac à dos suffit pour rouler (nécessaire de réparation, pique-nique). Un atelier mobile, un stock de pièces et un *VTT mulet* sont chargés dans le véhicule.

Dates

À définir avec Camino™.

De mai à novembre. Se mettre en contact avec **Camino™** pour connaître les départs garantis.

RDV / Dispersion

RDV

Le premier jour à 09h00 à la gare SNCF de Vic sur Cère pour la formule 5 jours et au téléphérique du Lioran pour la formule 4 jours.

Dispersion

A Vic sur Cère pour la formule 5 jours et au Lioran pour la formule 4 jours..

Effectif

Le Groupe

De 5 à 7 personnes. Groupes à partir de 8 se mettre en contact avec **Camino™**.

Encadrement

Guides et moniteurs de VTT **Camino™** diplômés d'état, spécialistes des Enduro Trips® et du raid en montagne.



Ressources

Volcanissimo - S. Kiefer

VTTMagazine n°164 octobre 03

Les plus belles randos de l'été

Bike - juillet 2005 et supplément 2007.

www.parc-volcans-auvergne.com

Sur un raid, **Camino™** ne compte pas les kilomètres, autrement dit vous êtes venus pour rouler, toute l'équipe travaille à vous en donner un max. C'est vous qui donnez le tempo.

Bien entendu le guide, garant de votre intégrité physique, saura faire évoluer le parcours de façon à vous combler et chez **Camino™** nous avons de la marge...

... vous allez vous gaver !



Niveau *Initié*

Technique

Vous êtes vététiste, le pilotage est donc au centre de votre pratique. Grâce à votre expérience personnelle du VTT, vous êtes plus ou moins à l'aise sur différents types de terrain et dans différentes conditions. Bien entendu votre poste de pilotage est réglé, ainsi que vos suspensions.

Physique

Si vous ne faites pas du VTT au moins une fois par semaine (surtout en hiver) vous avez au minimum une pratique sportive régulière sans relâche. Pendant le trip 4 à 6 h d'activité / jour. 800 à 1200 m ▲ et 35 à 50 km / jour.

En clair

Vous aimez le VTT, mais vous mettre la caisse n'est pas votre objectif n°1 dans la pratique du VTT. Vous ne roulez pas pour rouler. Avant d'être du cyclisme le VTT est pour vous un sport de pilotage où vous privilégiez les parcours avec du single, même à la montée. Vous passez une montée technique sur le vélo et éprouvez du plaisir à évoluer dans une descente accidentée et ne fuyez pas les passages techniques quitte à descendre ponctuellement de vélo.

PROGRAMME 5 JOURS

J1 Chaîne des Puys » Orcival

» 35 à 50 km Dén. ▲ 800 à 1000 m. ▼ 800 à 1000 m.

Accueil et préparation du matériel. navette pour rejoindre la Chaîne des puys. Après 1h30 de navette dépose en plein coeur de cette concentration d'édifices volcaniques unique en Europe. Mise en jambe ludique sur les petits sentiers roulants en direction d'Orcival.

J2 Orcival » Chareire

» 45 à 65 km Dén. ▲ 800 à 1400 m. ▼ 1500 à 2100 m.

Echauffement tonique pour atteindre le col de Guéry. Passage sous la Banne d'Ornanche avant de glisser vers la Dordogne à l'état de ruisseau. Montée en téléphérique au Mt Dore afin de se rapprocher du plus sommet du Massif central : le Puy de Sançy - 1886 m. Grande descente à travers marmottes et myrtilles, avec à l'arrivée une auberge chaleureuse.

J3 Chareire » Landeyrat

» 50 à 65 km Dén. ▲ 1200 à 1600 m. ▼ 800 à 1200 m.

La journée la plus roulante, les costauds vont faire parler la poudre pendant cette traversée du Cézallier... la zone la plus foudroyée de France ! L'immensité de ce No man's land vous séduira forcément !

J4 Landeyrat » le Lioran

» 45 à 55 km Dén. ▲ 1000 à 1500 m. ▼ 1000 à 1500 m.

Rencontre avec la Cantal, le plus grand volcan d'Europe... pentes herbeuses et crêtes à n'en plus finir !

J5 Le Lioran » Vic sur Cère

» 30 à 40 km Dén. ▲ 200 à 300 m. ▼ 1200 à 1300 m.

Début de journée tout simplement sur le plus beau single-track du massif, mais aussi le plus technique avec le portage/escalade de la Brèche de Roland... quand on vous dit que c'est la montagne ici !

Un portage et quelques poussettes plus loin, c'est la récompense finale avec une descente sublime que seule la nature a pu créer... que du kiff !!!

Équipement technique individuel

VTT

VTT de qualité bien entretenu et révisé
modèle de rando ou enduro léger.
120 à 150 mm de débattement.

Accessoires

pièces et produits nécessaires
à l'entretien de votre VTT
1 sac à dos (15-20 litres),
avec poche à eau.

Protections

OBLIGATOIRES
gants longs, bon casque de raid
(visière, ventilations), lunettes,
veste coupe-vente type Gore-tex.

FACULTATIVES
short épais, type baggy,
genouillères.

Les pieds

chaussures de VTT à semelles
crantées, type rando (pas de XC),
avec cales pour pédales auto.

Pour le soir

linge de toilette,
1 duvet ou 1 sac à viande (draps),
les gîtes fournissent la couette.

Divers

vos fringues, 1 lampe frontale,
1 canif (pique-niques),
pharmacie individuelle.



Quelques conseils

pour rouler serein lors d'un raid Camino™

- J'ai un blocage rapide pour le serrage de la tige de selle, et même mieux une tige- télescopique.
- Je roule toujours avec dans mon sac à dos : 1 paire de plaquettes et 1 patte de dérailleur + au moins 1 chambre à air avec valve Presta (même en tubeless).
- Mes pneus sont costauds et m'assurent un bon grip (2,1/2,2 est un minimum pour l'avant). Tubeless ou non, au choix... le débat est encore bien animé.
- J'aime les poignées type *Lock On*.
- J'ai toujours avec moi ma pompe haute pression pour ajuster les suspensions de mon VTT.
- J'ai aux pieds des chaussures de VTT qui me permettent de poser le pied de façon stable et sûre, même d'urgence... et avec lesquelles je marche confortablement.

Les prix indiqués sont valables pour des départs à partir de 5 participants. Un supplément sera demandé pour tout départ à moins de 5.

TARIFS 2010

à partir de 650 €

Document Camino™ ©

4 JOURS

650 €

Le prix comprend,

l'encadrement de l'activité VTT par un moniteur diplômé d'état, les navettes et l'assistance technique, l'hébergement, la pension complète du pique-nique de J1 au pique-nique de J4.

Le prix ne comprend pas,

le VTT, le matériel VTT individuel (casque, sac à dos...), les produits et les pièces pour l'entretien et les réparations du vélo. Les encas et les vivres de courses, les boissons pendant les repas et toutes dépenses d'ordre personnel, le voyage A/R pour rejoindre le séjour, l'assurance individuelle Responsabilité civile et Rapatriement. Et tout ce qui n'est pas indiqué dans **Le prix comprend**.

t

5 JOURS

810 €

Le prix comprend,

l'encadrement de l'activité VTT par un moniteur diplômé d'état, les navettes et l'assistance technique, l'hébergement, la pension complète du pique-nique de J1 au pique-nique de J5.

Le prix ne comprend pas,

idem que pour le séjour 4 jours.

Matériel	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours
VTT	55 €	105 €	155 €	205 €	250 €	295 €
Casque ou protections	10 €	18 €	25 €	32 €	38 €	44 €
Pack Sécu	18 €	32 €	47 €	58 €	68 €	79 €
Pack Enduro	70 €	135 €	195 €	255 €	310 €	365 €

VTT : rando, all mountain ou enduro (140 à 160 mm) Casque : intégral ou simple Protections : coudières + protections genoux-tibias
Pack Sécu : casque intégral + protections Pack Enduro : VTT + pack Sécu



camino[™]
caminobike.com
Radicalement VTT

Bulletin d'inscription

à renvoyer rempli, signé et accompagné du paiement à

camino™

Eybertière 38 880 AUTRANS

Tel : 0033 (0)670 100 698

Séjour choisi : VOLCANISSIMO™

Dates séjours : du _____ au _____

Participant n° 1

Responsable du dossier

Melle Mme M.

Date de naissance _____

NOM _____ Prénom _____

Adresse _____ CP _____ Ville _____

Pays _____ Tel. domicile _____ Tél. travail _____

Portable _____ E-mail _____@_____

Utilise son propre matériel : Marque _____ Modèle _____ Année _____

Utilise le **matériel de Camino™** Taille _____ m _____ cm Poids _____ kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier _____

Personne à prévenir en cas de problème NOM prénom _____ Tel. _____

Prestations demandées	Prix / pers.	Qté	Total
Prix du séjour			
VTT Camino			
Casque ou protections			
Pack Sécu			
Pack Enduro			
Autre :			
		TOTAL	
Je m'inscris + de 30 jours avant le départ, je règle un acompte de 30 % =			
Reste un acompte à régler au plus tard 30 jours avant le départ (TOTAL - acompte) =			
Je m'inscris - de 30 jours avant le départ, je règle le montant total =			

Je joins un chèque, ou Chèque vacances de _____ € à l'ordre de Camino™.

Je règle par virement bancaire d'un montant _____ €. Banque _____

Date du virement _____ Les frais de virement bancaire restent à votre charge. Nous fournir une photocopie de votre virement.

Je soussigné(e) NOM _____ Prénom _____

agissant tant pour moi-même que pour le compte des autres personnes inscrites sur le présent bulletin d'inscription certifie avoir pris

connaissance du descriptif détaillé du séjour et de la fiche technique, des conditions générales de vente de Camino™.

Date _____ & signature

Participant n° 2

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 3

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 4

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 5

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) *Pack Sécu* (casque intégral + protections) *Pack Enduro* (VTT + *Pack Sécu*)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 6

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) *Pack Sécu* (casque intégral + protections) *Pack Enduro* (VTT + *Pack Sécu*)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 7

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) *Pack Sécu* (casque intégral + protections) *Pack Enduro* (VTT + *Pack Sécu*)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 8

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 9

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 10

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) Pack Sécu (casque intégral + protections) Pack Enduro (VTT + Pack Sécu)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 11

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) *Pack Sécu* (casque intégral + protections) *Pack Enduro* (VTT + *Pack Sécu*)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 12

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) *Pack Sécu* (casque intégral + protections) *Pack Enduro* (VTT + *Pack Sécu*)

Régime alimentaire particulier

Participant n° 13

Melle Mme M. Date de naissance

NOM Prénom

Adresse CP Ville

Pays Tel. domicile Tél. travail

Portable E-mail @

Utilise son propre matériel : Marque Modèle Année

Utilise le **matériel de Camino™** Taille m cm Poids kg VTT Casque intégral

Casque simple Protections (coudières + genoux/tibias) *Pack Sécu* (casque intégral + protections) *Pack Enduro* (VTT + *Pack Sécu*)

Régime alimentaire particulier