Vulcain 2025

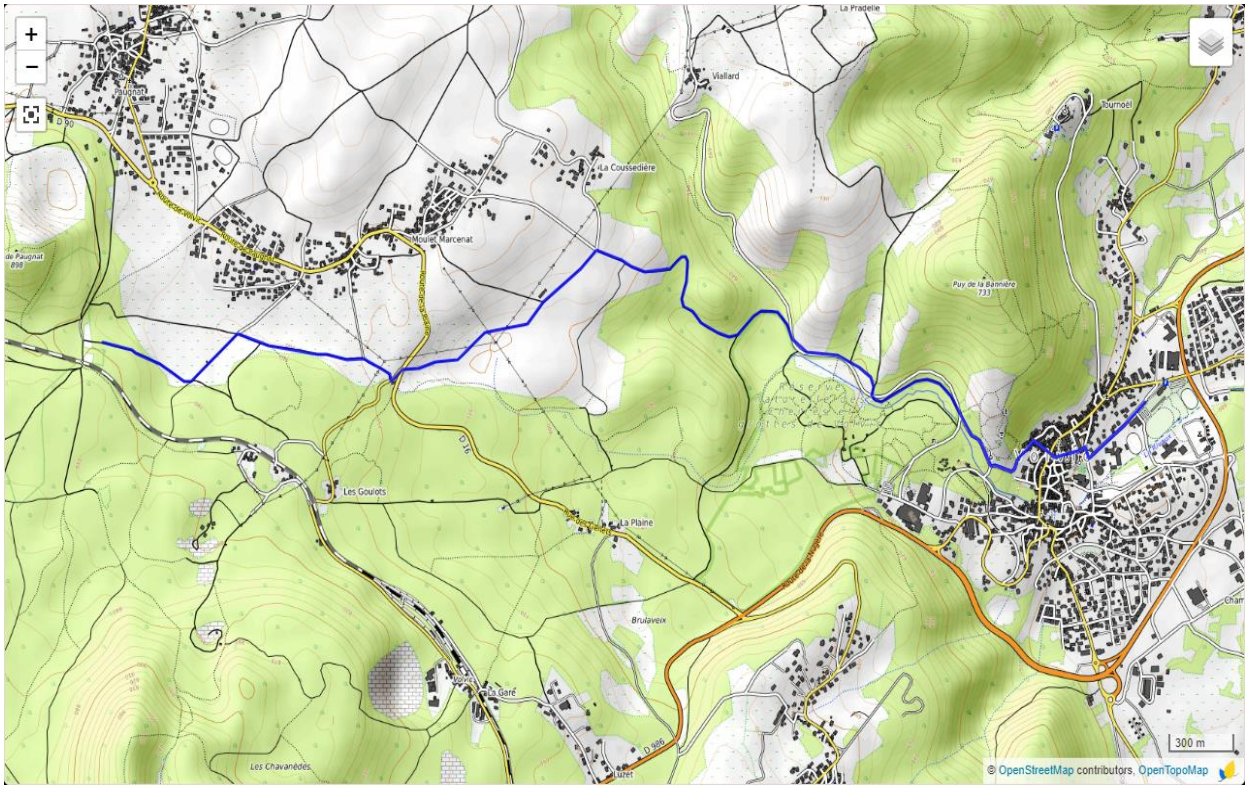
L’Ultra Volcanique 77 km
en 6 étapes

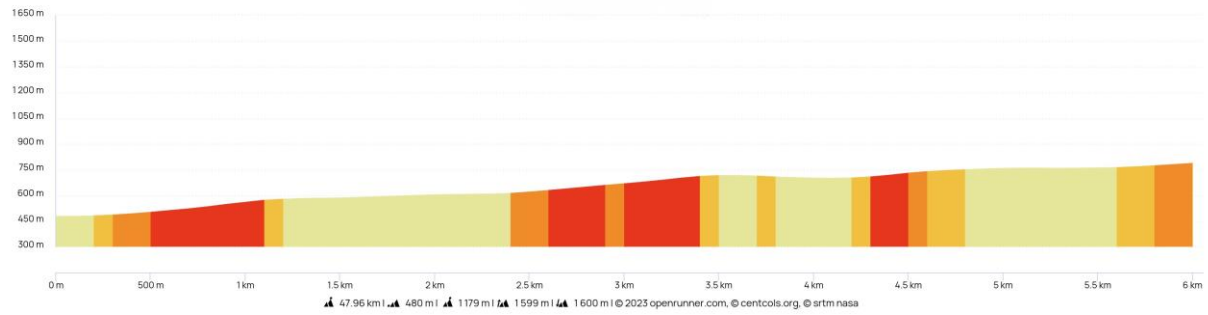
Etape 1 : de Volvic à la voie ferrée du LD Le Goulot.
6km et 342m D+ et 28m D-. Un départ en côte entrecoupé de plusieurs paliers de récupération.

Départ➔Fin Etape 1 = 6km - 342m D+ / 28m D-

Le départ se fait du complexe sportif de Volvic, passage au cœur de la cité de l’eau et de la pierre. Après 300m, la pente se fait plus raide pour sortir du village, un raidillon d’un kilomètre à plus de 10% sur une des seules portions de bitume du parcours. Les premiers chemins empruntés sont ceux du célèbre cross international de Volvic. Ils vont vous laisser souffler quelques minutes avant de reprendre l’ascension en direction du premier volcan qui sera le Puy de la Nugère.

Après ce départ de course assez nerveux, 2 km sont passés. C’est maintenant une montée régulière mais constante qui va durer 4 km mais sans difficulté technique, une grosse partie du peloton va courir et s’étirer, jusqu’à la traversée de la voie ferrée. La première monotrace annonce l’arrivée dans les volcans. A 800m d’altitude, suivant la météo, la neige peut faire son apparition et ne plus vous quitter durant les 50 kilomètres suivants.





<u>Etape 2 :</u> de la voie ferrée du LD Le Goulot au Volcan de Lemptégy.
17 km pour 675m D+ et 500m D-. Enchaînement de deux belles bosses.

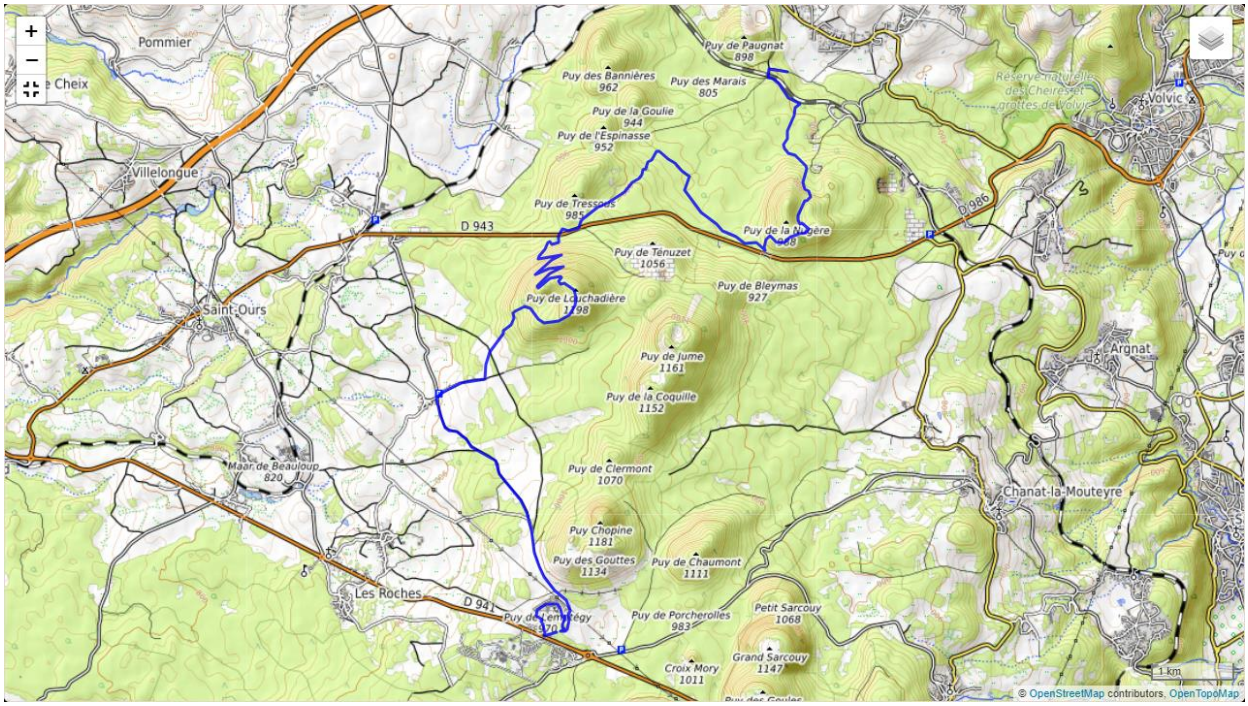
Départ➔Fin Etape 2 = 23km - 1017m D+ / 528m D-

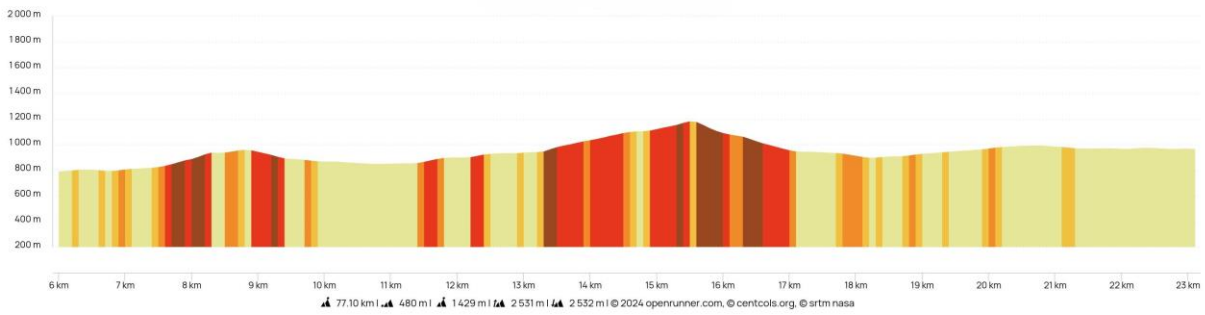
L'approche du Puy de la Nugère commence par une portion sans difficulté. Seule la neige peut rendre le terrain plus exigeant. C'est au cœur d'une magnifique hêtraie que débute l'ascension du volcan, sur les 600m avant l'accès au cratère, tout le monde marchera. C'est le moment de sortir vos bâtons si vous en êtes équipés.

Le passage dans le cratère de ce volcan sera suivi de la montée jusqu'à la lèvre inférieure à 964m. De là vous allez avoir 2 km plutôt descendant, profitez-en pour récupérer vous allez monter les 3km500 suivant pour 335m D+ jusqu'au sommet du Puy de Louchadière (14 km).

Une longue descente technique au début puis plus facile va vous emmener jusqu'au hameau de Beauregard (17ème km). Il vous reste 3km500 de faux plat montant et descendant pour arriver à l'entrée du Volcan de Lemptégy. 1km500 de traversée du Volcan (profitez du spectacle) et vous voilà au ravitaillement de Lemptégy au 22ème km.

Première barrière horaire à 10h15 après 4h15 de course.





Etape 3 : du Volcan de Lemptégy au pied du Col de Ceyssat.

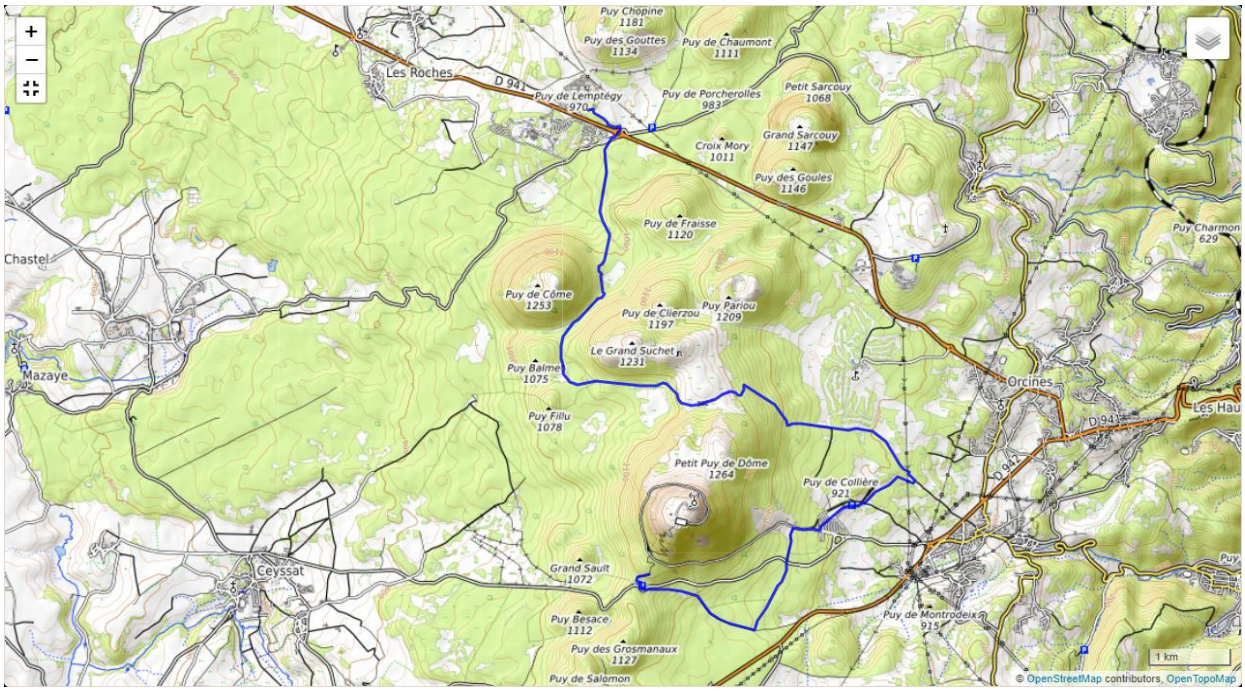
14 km pour 446m D+ et 329m D-, une approche avec vue sur votre but, le Puy de Dôme.

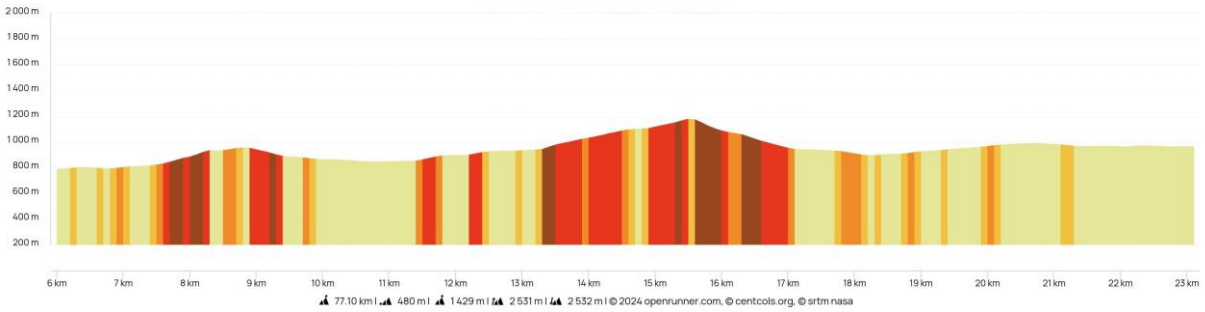
Départ➔Fin Etape 3 = 37 km - 1463m D+ / 857m D-

A partir du Volcan de Lemptégy vous aller monter régulièrement pendant 6 km et passer entre le Puy de Côme et le Grand Suchet que vous contournerez au cœur des plus belles hêtraies du secteur, par une alternance de monotraces et de chemins forestiers.

Cette approche, sans difficultés majeures, en faux plat montant passe entre le Traversin et le Puy de Dôme.

Puis une partie descendante puis roulante en contournant le golf d'Orcines et en apercevant souvent le Puy de Dôme sur votre droite vous amènera en 6 km au LD Suquet Bonnet. Vous aurez 2 km d'ascension jusqu'au Col de Ceyssat, où vous trouverez le ravitaillement bienvenu avant l'ascension du Puy de Dôme.





Etape 4 : du Col de Ceyssat au Volcan de Lemptégy.

15 km pour 584m D+ et 701m D-, la montée au sommet du Puy de dôme et le retour à Lemptégy.

Départ➔Fin Etape 4 = 52 km - 2047m D+ / 1558m D-

Ravitaillement complet au Col de Ceyssat au km 37

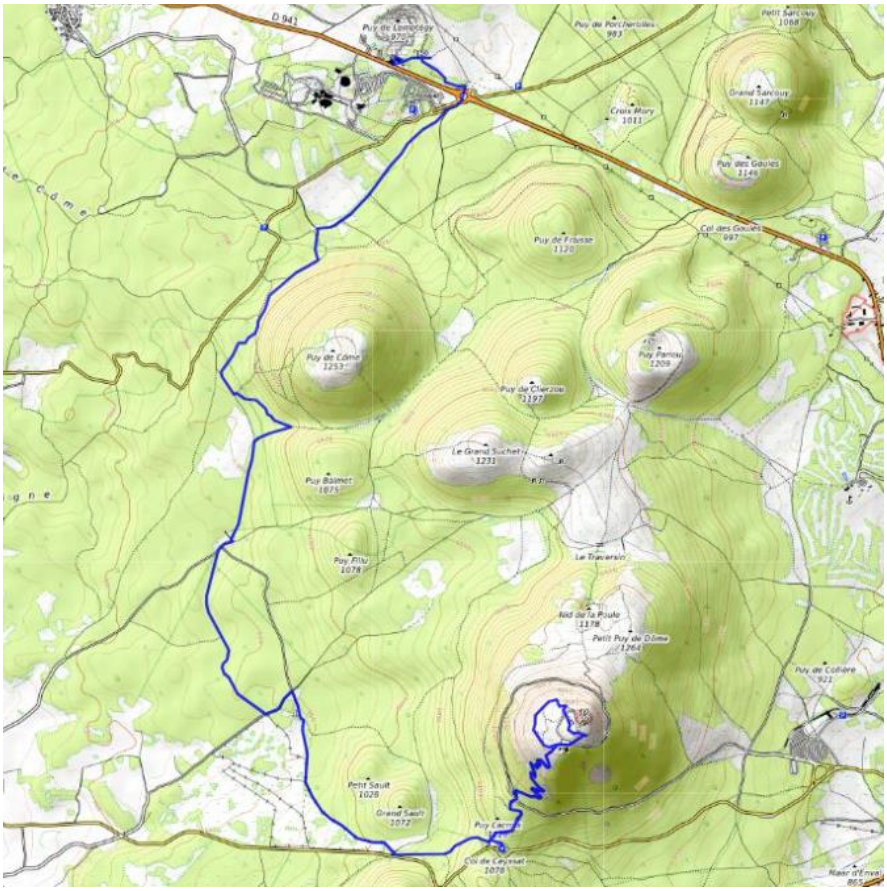
La route est encore longue, et c'est une des grosses difficultés du parcours qui s'annonce : 374m D+ en 2 km 500. Beaucoup sont venus pour son ascension, mais attention, au sommet, vous aurez juste passé la moitié de votre trajet, il vous restera 38 km et de belles difficultés pour rentrer !

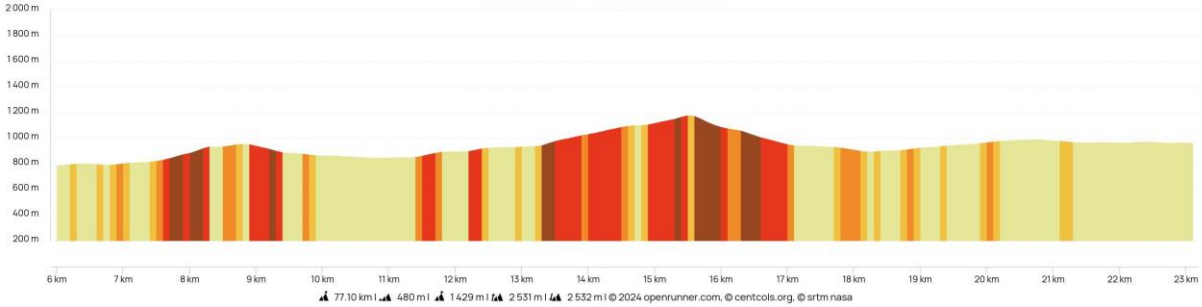
Comme les autres années, l'ascension et la descente se feront par le chemin des muletiers. Une occasion de croiser les premiers ou de saluer quelques amis.

Après les 3 km de descente et **la deuxième barrière horaire au Col de Ceyssat km 42 à 13h45 après 7h45 de course,** le retour vers le ravitaillement de Lemptégy est une partie du circuit assez roulante, avec quelques petites bosses quand même et de belles monotraces, au gré de laquelle vous découvrirez les bacs de Montmeyre et de Ceyssat, rares sources de cette partie de nos volcans, mais aussi un des hauts lieux de la résistance.

Vous trouverez le léger faux plat montant pénible pour finir d'arriver de nouveau au rond-point de Vulcania, mais vous serez heureux de retrouver le ravito de Lemptégy.

Ravitaillement Lemptégy km 52 - barrière horaire : 15h30 après 9h30 de course.





Etape 5 : du Volcan de Lemptégy au puy de La Nugère.

11 km pour 398m D+ et 505m D-, trois belles bosses puis roulant.

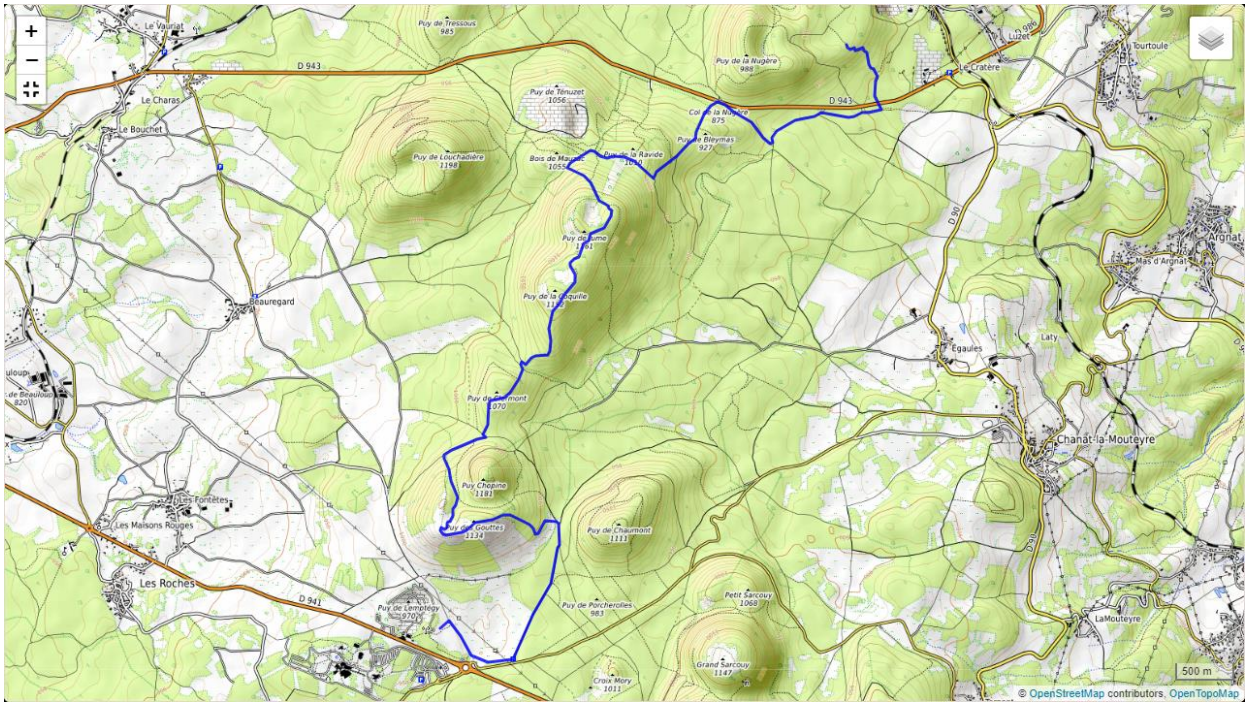
Départ➔Fin Etape 3 = 62 km - 2445m D+ / 2063m D-

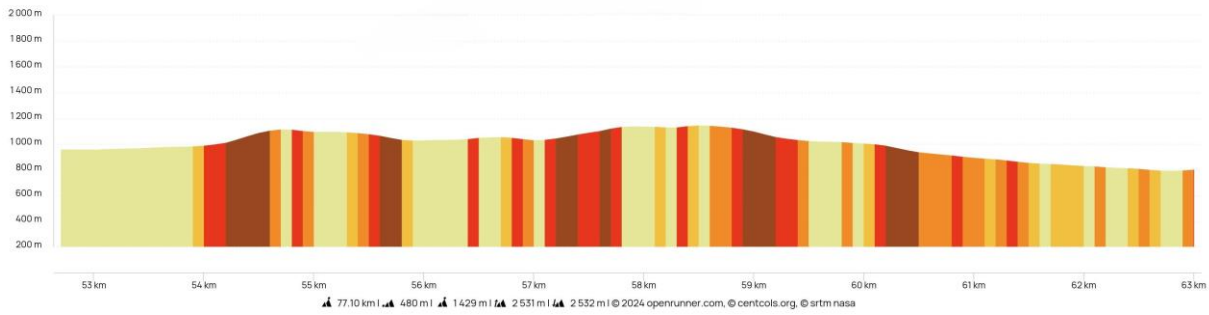
En sortant du Volcan de Lemptégy un large chemin vous conduira en 2 km au pied du Puy des Gouttes. La montée se fait par la face la plus pentue 134m D+ en 1 km.

Le passage au sommet vous offre une vue panoramique magnifique sur la chaine des volcans d'Auvergne, le puy de Dôme, les monts du Sancy en cas de beau temps et bien sûr, le célèbre Vulcania et le volcan de Lemptegy juste à vos pieds.

En un peu plus de 2 km par une descente technique par endroits suivie de la montée sur le flanc du Puy de Clermont vous allez arriver au pied des Puy jumeaux Coquille et Jumes, 117m D+ en 1km400. Au sommet retournez-vous pour la vue magnifique sur le Puy de Dôme. Vous avez gagné le droit de descendre pendant 4km700 avec 345m D-. Traversée de la D943 et 100m D+ en 700m.

Ne vous emballez pas ce n'est pas fini !





<u>Etape 6 :</u> du Puy de La Nugère au complexe sportif de Volvic.

14 km 425m D+ et 807m D-. Pas simple avec la fatigue.

Départ➔Fin Etape 4 = 77 km - 2870m D+ / 2870m D-

A ce stade de la course, vous devrez encore faire preuve d'économie car il vous restera quelques belles difficultés à passer...

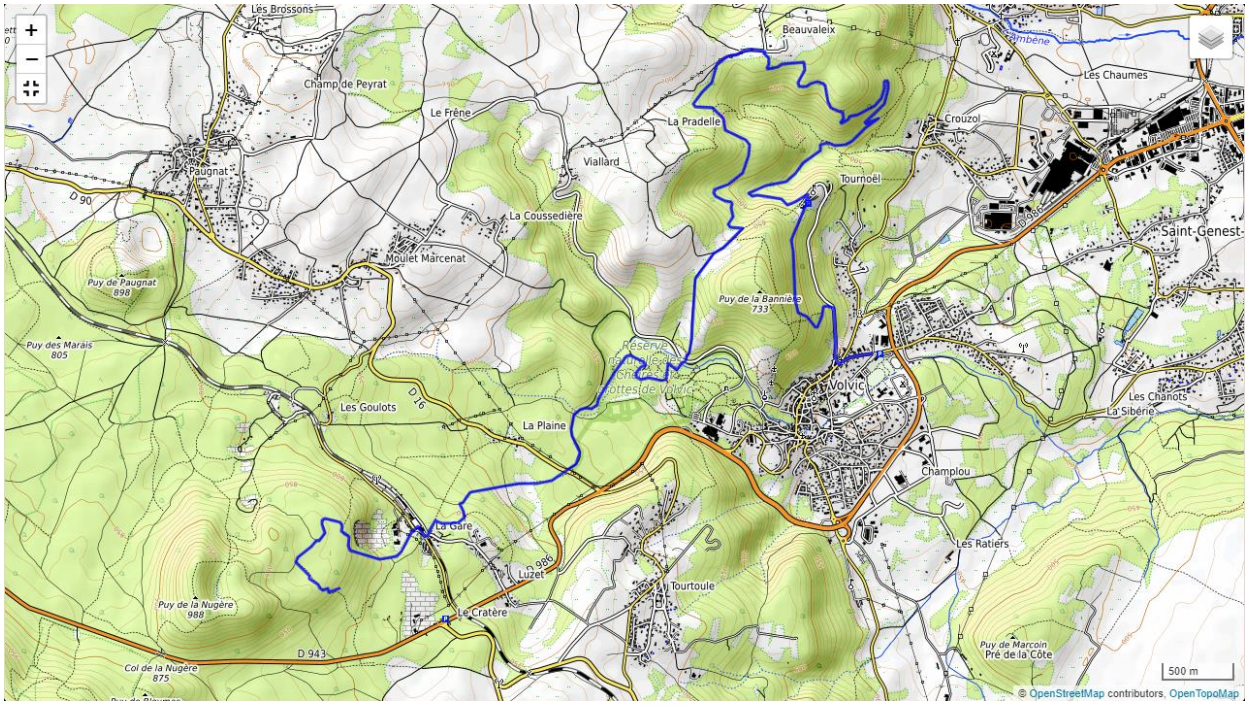
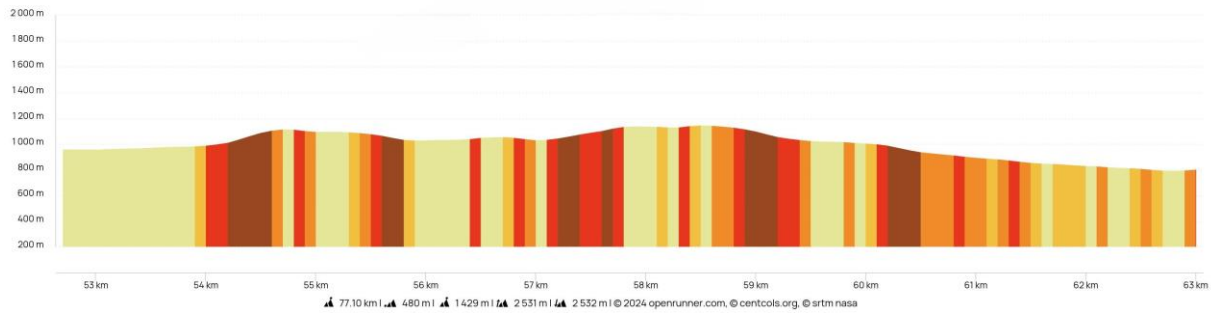
Pour récupérer profitez des 2 km de sentiers sauvages en monotrace qui vous mèneront jusqu'à la gare de Volvic, où vous trouverez un bon ravitaillement, le dernier jusqu'à l'arrivée à 12 km.

Ravitaillement à La Gare de Volvic km 65 - 4ème barrière horaire 17h45

Profitez des 3km en descente qui vous mèneront sur le secteur des sources de Volvic.

Pied du Puy de la Bannière km 69 détournement sur l'arrivée à partir de 18h15.

Pour monter jusqu'à Beauvalleix, il vous resta une série de bosses sur 3 km où je vous entends déjà « râler ».

La longue descente en monotrace du sentier du Renard sur 2 km 500 vous fera du bien et vous en profiterez pour apercevoir de l'autre côté de la vallée, le château de Tournoël, annonciateur du final. Une dernière difficulté puis le passage sous les remparts annonce l'arrivée. Encore un faux plat montant qui semblera plus long qu'il n'est pour les plus fatigués d'entre vous.

Au km 75, descente tout droit dans la pente à travers une forêt et vous déboucherez sur la route qui descend de Tournoël à Volvic. Vous verrez en dessous de vous le complexe sportif et entendrez l'animateur annoncer les arrivants. Encore 1 km et vous serez finisher en passant sous l'arche d'arrivée dans la chaleur du complexe sportif.