

Randonnée des Causses de Martel au Cantal



Ma première randonnée en autonomie...
14 juillet 2025

Succédant à la traditionnelle journée du jeudi, je pars pour une randonnée allant de Martel à Aurillac. Cette sortie me permet de conforter mes capacités physiques et de tester le matériel sur plusieurs jours. Soit pour 3 jours consécutifs au déroulé suivant : de la journée du jeudi et de deux étapes allant de Martel à Calviac et de Calviac à Aurillac avec une moyenne de 50 km par jour. L'ensemble a représenté une distance de 150 km avec un dénivelé positif de 1900 mètres. Le parcours (Openrunner #21424927) ne présente pas de difficulté majeure, les pentes dans leur globalité si elles sont parfois longues restent modérées et facilement appréhendées avec un développement max de 34 x 34 et une surcharge de 5 kg de bagage à l'arrière du vélo. Bien, faisant donc suite à la sortie du jeudi je pars en direction de Aurillac sur 2 journées.



Le vignoble de Glanes

Le départ de la première étape (comme au tour de France !) qui me mène de Martel à Calviac est donné à 7h00 afin d'être le moins possible accablé par la chaleur.

Le tracé présente deux aspects.

La première partie entre Martel et Bretenoux est bien connue de nous tous. La seconde est une ascension constante, régulière sur une route peu fréquentée et ombragée. Elle passe par Glane, Estal, Teyssieu et se termine à Calviac à 10h20.



Le village de Teyssieu

Une pause dans un café local et je me rends au camping des 3 sources. Un point sur les finances : la location et le dîner (soirée moules frites et karaoké !) ne dépasse pas 60€. Fin du karaoké à 11h00 je m'écroule.

Après une bonne nuit de récupération, la deuxième et dernière étape (petit tour de France!) commence à 8h00 sans petit déjeuner (épicerie du camping fermé).



Après un bonne nuit de récupération...

La topologie est différente. C'est une succession de bosses (avec les descentes of course). Les parties ombragées se font plus rares mais le panorama sur les monts du Cantal est magnifique (mais on les voit depuis Martel alors pourquoi faire tout cela ?).

Première halte à Laroquebrou où je prends un petit déjeuner mérité et attends pendant 30 minutes .



Le barrage de St Etienne-Cantalès

Ensuite je passe le barrage de St Etienne de Cantalès, et contourne le lac du même nom, la fraîcheur est au rendez-vous... A partir de La Capelle-Viescamp le soleil se fait plus lourd et les parties ombragées disparaissent (c'est toujours comme ça) , le paysage est toujours magnifique. Enfin je descends vers Aurillac.



La circulation est délicate avec un trafic plus dense et j'utilise au maximum le bas-côté de la chaussée malgré le risque de crevaison (je me serre bien à droite !!!). Un détour par Sansac aurait permis d'éviter la N112. J'arrive à destination à 12h00 et termine ma balade.

Ces trois journées ont été riches d'enseignements, les 50 km journaliers faits le matin sont un bon départ et permettent une bonne récupération (super sieste l'après-midi!). La composition des bagages est à parfaire et demande quelques améliorations (comme l'intégration du petit déjeuner!). Le site du gîte d'étape doit être plus instruit.

Dernier point, le retour est fait en une journée le lendemain (en train) d'Aurillac à Saint Denis les Martel (7€ avec la carte verte) et défense d'en rire).

Jean marie le 14 juillet 2025

