

FORME

VERY GOOD TRIPS SPORTIFS

AU SOMMET, SUR L'EAU,
DANS LES AIRS... ON PREND
UNE BOUFFÉE D'OXYGÈNE.

PAR MATHILDE JARLIER

SAUT DE L'ANGE

AU MONASTIER-SUR-GAZEILLE

Direction cette petite cité médiévale de caractère pour faire le grand saut depuis un pont ferroviaire qui n'a jamais vu passer un train... À 1 000 mètres d'altitude, on se jette dans le vide au-dessus d'un torrent qui descend du Mézenc. 70 € le saut.

On aime Le cadre canon, l'un des plus beaux spots de France pour le saut à l'élastique.

Cap Liberty. Viaduc de la Recoumène, Le Monastier-sur-Gazeille (43).
Tél. : 06 83 51 88 31. capliberty.com

QUAD ET SAINT-NECTAIRE

AU LAC CHAMBON

Dans le massif du Sancy, on réveille l'aventurière qui sommeille en nous avec cette randonnée à quatre roues. Départ du lac Chambon pour monter vers les sommets, à 1 400 mètres d'altitude, sur la crête des volcans. On marque une pause dans un buron pour se régaler de saint-nectaire, de brioche à la tomme, de yaourts fermiers et de charcuterie locale, avant de redescendre. Adrénaline et gourmandise au programme ! À partir de 80 €.

On aime La possibilité d'enchaîner sur la visite de la ferme pour découvrir la fabrication du fromage. ○ ○ ○
Rando Quad ABS. Montaleix, Chambon-sur-Lac (63). Tél. : 04 73 88 82 01.
quadmieux.com

AU-DESSUS DES VOLCANS

Un moment de silence, suspendu dans les airs, porté par une montgolfière au-dessus du puy de Dôme. Cette année, on peut aussi survoler le puy Mary, dans le Cantal. À partir de 260 € par adulte.

Auvergne montgolfières. La Petite Plage, Chambon-sur-Lac (63).
Tél. : 04 73 88 40 00. auvergne-montgolfiere.com

VERTIGO À RUYNES-EN-MARGERIDE

Sensations fortes garanties avec ce trek en forêt, combiné à six tyroliennes géantes qui nous emmènent au-dessus des pins sylvestres, à 40 mètres de hauteur. Certaines font jusqu'à 350 mètres de long, avec un paysage à couper le souffle. 20 € le trek Verti-Cîmes. À partir de 12 ans.

On aime Avoir cette impression de voler et la possibilité de coupler cette activité avec une orientation à la boussole, pour maximiser l'aventure.

Margeride aventure. D13, Ruynes-en-Margeride (15). Tél. : 06 07 35 13 53.
margeride-aventure.com

CANYONING CONFIDENTIEL DANS LA VALLÉE DE L'ASPRE

Prêt pour une aventure totalement exclusive ? On va mettre les pieds dans des rivières et des cascades peu fréquentées et sauvages, dans des colonnes de lave uniques au monde. Dans la vallée de l'Aspre pour une initiation, ou dans la vallée du Mars pour les initiés, bienvenue dans ce nouveau petit paradis du canyoning. De 40 à 45 € par personne, selon le site. À partir de 10 ans.

On aime La passion du guide de haute montagne qui nous accompagne, amoureux de sa terre cantalienne.
Terre du Cantal, avec Vincent Terrisse (15). Tél. : 07 86 05 35 04.
guidecantalauvergne.com

FORME

VOL PLANÉ À ORCINES

Cet été, on ne passe pas à côté du parapente, au sommet du puy de Dôme. On s'envole pour 10 à 20 minutes autour de ce géant de lave iconique de la région, avant de revenir au point de départ avec une tonne d'émotions à raconter aux copains. À partir de 80 € le vol.

On aime La GoPro que l'on peut embarquer pour repartir avec le film de son échappée aérienne (20 €).

Flying puy de Dôme. 97, route du Puy-de-Dôme, La Font de l'Arbre, Orcines (63). Tél. : 04 73 62 68 38. flying-puydedome.fr

WEEK-END TRAPPEUR À VICHY

Près de Vichy, on teste ses limites en s'initiant à la survie, le temps d'une mini-stage en montagne bourbonnaise. On se met dans l'ambiance avec une petite rando, avant d'apprendre les bases lors d'un instant cueillette champêtre. Sans oublier le moment « Koh-Lanta », où l'on découvre comment faire du feu sans allumettes en installant le bivouac. À partir de 178 € par personne les 2 jours.

On aime Le bain de forêt proposé juste après le repas au barbecue, en pleine nuit.

Week-end trappeur. Office de tourisme. 19, rue du Parc, Vichy (03). Tél. : 04 70 98 71 94. vichy-destinations.fr

RAPIDES SAUVAGES

À MONISTROL-D'ALLIER

Allez, on motive sa tribu et on part en Haute-Loire s'offrir un bon shoot d'adrénaline dans les gorges de l'Allier, avec une séance de rafting. On parcourt la rivière sur 12 km avec un privilège énorme : évoluer dans un milieu resté sauvage. On apprécie les commentaires du mono sur la faune et la flore entre deux rapides. 49 € par personne la demi-journée.

On aime Se poser au petit resto L'Allier des saveurs, juste à côté, et se régaler d'un burger et de bons produits locaux cuisinés. Tél. : 04 71 09 17 27.

Tonic Rafting. Le Vivier, Monistrol-d'Allier (43). Tél. : 04 71 57 23 90. tonic-aventure.fr



6 AOÛT 2021

EN BUGGY

À SAINT-GÈNES-CHAMPANELLE

À 950 mètres d'altitude, on grimpe dans un buggy afin de faire le plein de sensations sur le site du mythique circuit de Charade, un écrin de verdure vallonné de 82 ha, avec des pentes atteignant 45° ! Une petite pause casse-croûte à base de produits locaux est incluse dans le parcours, pour profiter du panorama sur les volcans. À faire avec sa moitié pour une sortie originale à seulement 10 minutes de Clermont-Ferrand. 149 € par buggy pour 1 h 30 de balade.

On aime Les stages de pilotage en grosses cylindrées proposés en parallèle sur le circuit.

Nomad Driving Event. Circuit de Charade, Saint-Gènes-Champanelle (63). Tél. : 06 40 53 08 70. nomad-pilotage.com

PARCOURS RYTHMÉ À ORBEIL

Aventure commando au programme avec ce parcours semé d'embûches en tous genres sur un domaine de 200 ha, à deux pas de Clermont. Escalade de rochers et de poutres, passage dans la boue, on oublie sa manucure et on passe en mode guerrière. À faire en équipe of course, et à combiner avec une plancha bien méritée au resto du camp, à la fin. 12 € le parcours.

On aime Le chaos granitique du lieu qui nous plonge dans « Le Seigneur des anneaux ». Et les nombreuses activités à tester sur place en parallèle (tir à l'arc, tyroliennes, jeux de rôle...). ○ ○ ○
Parcours X-Trem de Crapa'Hutte. Domaine de Moidas, Orbeil (63). Tél. : 04 73 96 10 10. crapa-hutte.com

JEREMY VOISEY / GETTY IMAGES / ISTOCKPHOTO ; IHSANYIDIZI / GETTY IMAGES



FORME

TYROLIENNE À VIRAGES AU MONT-DORE

La tyrolienne, on commence à connaître, alors cette version à virages vaut forcément le détour jusqu'au Mont-Dore. Une balade de 2 mn 30 avec des passages à 360° autour des arbres et au-dessus de la Dordogne, bonjour les décharges d'adrénaline ! Petit conseil : on prend la peine de le faire deux fois afin de profiter du paysage hallucinant au second passage. 30 € par personne la descente.

On aime Sur la station, le fatscoot pour dévaler les pistes en trottinette, et le tout nouveau jump à tremplins avec une bouée géante pour atterrir sur un big coussin gonflable. Station du Mont-Dore. Au pied du Sancy (63). sancy.com

EN SKATE DES MONTAGNES À LA LOGE DES GARDES

On oublie les vidéos de longboard sur TikTok ; cet été, on se met au mountain board, à la station de La Loge des Gardes, située entre Vichy et Roanne. On réveille la punkette à roulettes et on dévale les pistes en skate des montagnes.

On aime Le pass journée, pour tester les autres activités, comme la catapulte 3G. 19 € (junior) et 23 € (adulte). Parc de loisirs et station de ski La Loge des Gardes. D182, Laprugne (09). Tél. : 04 70 56 44 44 (répondeur avec infos). logedesgardes.com

DE LA BOUÉE TRACTÉE À GARABIT

Du fun en perspective avec la bouée tractée proposée dans les gorges de la Truyère, au pied de l'incontournable viaduc de Garabit construit par Gustave Eiffel. Assis sur des canapés à plusieurs ou sur une bouée en solo, on se laisse mener en bateau au fil de l'eau. Avec un challenge de taille : rester assis jusqu'au bout ! 15 € par adulte, 12 € pour les moins de 15 ans.

On aime Sur la base, les démonstrations sensationnelles de flyboard et la location de bateaux à l'heure (à partir de 35 €). Motonautisme. 1, bois de Celle-Faverolles, Val-d'Arcomie (15). Tél. : 04 71 23 46 80. motonautisme-garabit.fr

DESCENTE DE L'EXTRÊME AU LIORAN

S'il on aime le VTT et les montées d'adrénaline, on pousse la porte du Bike Park, au cœur de la station de ski du Lioran, pour tenter la descente du plus grand volcan d'Europe ! En bas, on prend le temps de se faire la main sur la zone ludique, avant de se lancer sur les pistes vertes, bleues, rouges et noires balisées, après avoir embarqué dans le télésiège ou le téléphérique. De 17,30 à 27,40 € la journée.

On aime La possibilité de faire du vélo enduro, pour les moins téméraires.

VTT de descente au Bike Park. Prairie des Sagnes, Centre Station, Le Lioran (15). Tél. : 04 71 49 50 09. lelioran.com/bikepark

SKY FALL AVEC VUE SUR LA CHAÎNE DES PUY À AMBERT, BRIOUDE, MOULINS, CLERMONT-AULNAT

Dans sa bucket list, on coche la case « parachute » une fois pour toutes. Cet été, Auvergne parachutisme nous donne l'occasion de sauter au-dessus d'Amber, de Brioude et de Moulins, mais aussi de Clermont-Aulnat. De quoi en prendre plein les yeux avec la chaîne des Puys à admirer pendant la descente de 5 minutes après la chute libre. 279 € le saut.

On aime Le choix entre plusieurs aérodromes auvergnats. Auvergne parachutisme. Sur les aérodromes d'Amber, de Brioude, de Moulins et l'aéroport de Clermont-Aulnat. Tél. : 06 61 14 96 57. auvergneparachutisme.fr

AVENTURE PERCHÉE À SUPER-BESSE

On s'accroche et on se lance dans ce parcours à haute teneur en adrénaline d'environ 3 heures, au cœur de la station de Super-Besse. À 1 500 mètres d'altitude, on enchaîne les tyroliennes, les ponts de singe, la luge souterraine, les via ferrata et les quick jumps. Épuisant, mais hyper ressourçant. 28 € par adulte ; 24 € pour les 12-18 ans.

On aime La base aquatique juste à côté, où se rafraîchir ou louer un paddle pour faire retomber la pression. ■

Parcours XTrem aventure de la Biche. Station de Super-Besse (63). superbesse.sancy.com

MARCHER PIEDS NUS EN HAUTE-LOIRE

Pour se connecter à la terre, quoi de mieux que d'ôter ses chaussures afin de sentir la matière sous nos pieds ? C'est ce que propose Sentier pieds nus, en Haute-Loire, sur un terrain de 8 000 m². On marche sur des cailloux tout doux, des billes d'argile, de l'ardoise, du sable...

Un vrai bain d'herbes méditatif. 6 € la visite libre.

Sentier pieds nus au jardin Mirandou. 30, avenue de la Gare, Montfaucon-en-Velay (43). Tél. : 06 32 73 35 01. sentierpiedsnus.fr