

La Fête de la Randonnée et de la Nature 2025 est organisée par Aurillac Agglomération avec le soutien du Conseil Départemental du Cantal. Divers partenaires (Association des Croqueurs de Pommes du Cantal, LPO, CPIE, CJRPJ, Running Club d'Arpajon, Office de Tourisme du Pays d'Aurillac...) interviennent dans la mise en place et la réussite de la manifestation.

L'objectif, tout en randonnant ou en pratiquant une activité de découverte, est d'apprécier l'environnement, les milieux naturels, le patrimoine et de permettre des échanges sociaux.

FÊTE de la RANDO et de la Nature

Ces activités gratuites et ouvertes à tous sont encadrées ou animées par :

- Le Bureau des Guides d'Auvergne
- L'École Départementale d'Équitation
- Association CPIE de Haute-Auvergne
- AccrOrillac
- Cantal VTT Evolution / prêt des VTT par le CJRPJ
- L'École VTT MCF
- Association Contalostal
- Els'attitude
- Running Club d'Arpajon

INFORMATIONS PRATIQUES

Pensez à vous inscrire lorsque cela est mentionné, car le nombre de participants est limité.

Prévoyez : un équipement adapté, une bouteille d'eau, vos médicaments personnels, une lampe torche ou frontale pour les randos nocturnes et un casque pour les randos vélo.

Tous les départs se font de La Plantelière ; présentez-vous 30 min avant et signalez votre présence.

Les chiens sont interdits, même tenus en laisse, sauf pour les personnes déficientes visuelles.

24 & 25 MAI 2025
La Plantelière, Arpajon-sur-Cère

Votre
programme en
version web



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Office de Tourisme : 04 71 48 46 58

www.aurillacagglo.fr



AURILLAC
AGGLO

unique • multiple • ensemble

SAMEDI 24 MAI



Yoga d'Elsa

De 9 h à 11 h sur le site de la Plantelière

Acceptez simplement l'invitation bienveillante d'Elsa lors d'une pratique de Yoga qui activera progressivement vos énergies pour un «r-éveil» tout en douceur et en intériorité.

Votre journée commencera ainsi de la meilleure façon qui soit dans le cadre magique et serein de La Plantelière : à l'écoute de la Nature et à Votre écoute pour créer ce lien subtil.

Venez svp avec tapis, coussin, plaid (brique de yoga si vous avez).

Pratique accessible à toutes et tous, qu'on se le dise... Merci.

Om Shanti !



Balade paysagère

De 10 h à 12 h, 5 km (+ 120 m de dénivelé)

Au fil du parcours, découvrez la faune et la flore caractéristiques des différents milieux traversés. En observant les paysages autour de vous, vous pourrez également comprendre comment ces environnements se sont formés et comment l'activité humaine les a influencés.

Animation du Centre Permanent d'Initiatives à l'Environnement.

Randonnée sportive

De 14 h à 17 h, 12 km (+ 330 m de dénivelé)

Partez pour une randonnée vallonnée à la découverte de paysages variés, accompagnés par des guides passionnés.

Une expérience nature proposée par le Bureau des Guides d'Auvergne.

Balade contée

De 14h30 à 16h30

Un festival de contes où la nature est reine : des fleurs qui parlent, des abeilles messagères d'amour, une toute petite fille enlevée par un crapaud et sauvée peut-être, un arbre de vie, un tilleul tout triste qui retrouvera le sourire, des chauves-souris : oiseau ou souris, et d'autres surprises encore, sorties tout droit du chapeau des conteurs. Une heure de rêve mêlant imaginaire et réalité.

Contes tous publics proposés par l'Association Contalostal.

Randonnée nocturne

De 19h30 à 22 h, 8,3 km (+ 230 m de dénivelé)

Enfants et parents partiront se promener lors de cette soirée printanière.

Au programme : on écoute les chants des oiseaux ; on sent les mille odeurs des sous-bois ; on regarde la lune et les étoiles s'installer ; on goûte et on touche aux petits bonheurs d'une marche dans la pénombre de la soirée.

Cette balade est encadrée par le Bureau des Guides d'Auvergne.



DIMANCHE 25 MAI

Rando'tiques

À 10 h, 3 km (+ 80 m de dénivelé)

La Rando'tiques est une balade où adultes et enfants peuvent en apprendre davantage sur les tiques et adopter les bons gestes pour prévenir les piqûres.

Animation du Centre Permanent d'Initiatives à l'Environnement.

Randonnée marche nordique

De 9 h à 12 h, 5 et 10 km (+120 m ; +200 m de dénivelé)

Deux parcours seront proposés :

- Parcours d'initiation sur une distance de 5 km à la découverte de l'activité. Cette sortie est accompagnée par des référents pour une bonne pratique en toute sécurité.
- Parcours de 10 km encadré par des moniteurs pour une approche plus sportive de la marche nordique.

Partenariat : Running Club Arpajon

Si vous avez des bâtons, n'oubliez pas de les emporter, ou réservez-les lors de votre inscription.

Inscription obligatoire à l'Office de Tourisme du Pays d'Aurillac, place limitée.

Yoga d'Elsa

De 14 h à 16 h sur le site de la Plantelière

Pour un dimanche original et zen en famille, voici donc une activité à faire avec vos enfants, petits-enfants... Pour un duo ou trio de choc !

Elsa en tant que cheffe d'orchestre amusée va vous proposer des jeux de respiration, des postures d'animaux et bien d'autres, des mantras (chants pour accompagner les oiseaux de la Plantelière).

Dans la bonne humeur, laissez-vous tenter par ce Yoga inter-générationnel ! Pour se connaître autrement.

- Groupe des yoginis (8-12 ans) de 14 h à 14h50
 - Groupe des choupis-yoginis (4-7 ans) de 15 h à 16 h
- Venez svp avec tapis, coussin, plaid (brique de yoga si vous avez).*

Balade en VTT électrique

Départs à 14 h et à 16 h, 12 km (+330 m de dénivelé)

Idéal pour s'évader, quel que soit votre niveau de forme physique. Venez essayer !

Sortie encadrée par un professionnel.

12 VTT électriques seront mis à disposition par l'Association Cyclo Jussacois Randonnée Pédestre Jussacoise.

Inscription obligatoire à l'Office de Tourisme du Pays d'Aurillac, place limitée. (Préciser l'horaire retenu et penser à amener votre casque de vélo).

Animations jeunesse

Tout l'après-midi sur site - à partir de 14h (tyrolienne, poneys, plateau vélo)

Le plateau vélo est conçu pour initier les jeunes à la pratique du vélo et les aider à s'y familiariser. Mur d'escalade et tyrolienne, baptêmes à cheval et poney pour tous (enfants à partir de 18 mois, ados et adultes), ateliers pédagogiques pour connaître le poney et apprendre à s'en occuper...

Chacun pourra naviguer à sa guise d'un atelier à l'autre.

Avec la participation de : École Départementale d'Équitation, École VTT MCF et AccrOrillac.

Toutes les activités se termineront par un moment d'échange. Boisson non alcoolisée et friandises viendront compléter la fête.

