



On sort de Flavignac par la D46 et au débouché sur D20 on poursuit sur la gauche, puis après Beyrand on quitte la D20 pour prendre une petite route sur la droite, on passe devant cimetière avec **eau** et on arrive à Les Cars **3,5km**, petite épicerie, boulangerie. On reste sur D20 puis rapidement à droite sur D21 puis à gauche sur C201, où l'on passe par les lieux-dits Le Valois, Maison-Blanche, La Teyssière, Les Fosses, Lautrette et après étang on prend le chemin boisé à gauche **8,5Km**.

Après le lieu-dit La Petite-Veyssière, on prend le chemin à gauche, on passe par le lieu-dit Maître-Antony, au débouché sur route on poursuit sur le chemin en face. Arrivé sur route on la suit pour débouché sur D15 que l'on prend à droite en passant devant un petit supermarché. On arrive à Châlus **13,5km**, tous commerces et services, **table et bancs** en allant vers l'église.

On quitte Châlus par D6b en passant sous la voie ferrée, que l'on quitte pour tourner à gauche vers les Mettes, on poursuit sur le chemin, on retrouve le GR654. Au débouché sur route on va tout droit et on reprend un chemin qui nous mène à Le-Lac **15,9km**.

On poursuit sur D64a1 et au croisement avec D64 tout droit sur petit chemin, on passe entre deux étangs et on débouche sur route, que l'on prend à gauche pour passer par le hameau Monchaty **18,8km**. On prend à gauche un chemin, on passe entre des étangs et on arrive à Firbeix **20,7km**. A l'entrée de Firbeix plusieurs **tables et bancs sous abri**, plus **sanitaire** et **eau**, en face de l'étang.

On sort par RN21 et après le stade de foot on tourne à gauche sur route qui devient chemin qui monte à travers bois. Au débouché sur route on continue tout droit, on traverse la voie ferrée **23km**, et on prend à droite le chemin qui longe la voie ferrée. Au lieu-dit Lande-du-Puy, on suit la petite route, on passe par les lieux-dits Verdenille puis La Roche **26,5km**, à la sortie on prend le chemin à gauche que l'on suit (on ne va pas à Ste-Marie-de-Frugie). Au débouché sur route on continue tout droit pour arriver sur RN21 que l'on prend à gauche pour entrer à La Coquille. **Bancs, table, eau** à l'aire de camping-car à l'entrée. La Coquille tous commerces et services, **toilette publique** avec **eau** rue Blanchou, à proximité de l'église.