VTT HAUTES TERRES

F8 ALBEPIERRE BREDONS – Le Bois du Roy — 12
2,3km · 65 m · Col de Prat de Bouc · VTC
Passage dans la forêt domaniale et ses différentes essences avec ce petit parcours très facile et très roulant. .

H6 CHALINARGUES – Le Bois de Fontoune — 1
5,1 km · 72 m · Sur le couderc, espace en herbe au centre du village à côté de la mairie · VTC
Un parcours en forêt très facile et très roulant à faire en famille !

H6 CHALINARGUES – Le Suc de Lagarde — 2
8,7 km · 165 m · Sur le couderc, espace en herbe au centre du village à côté de la mairie · VTC
Parcours familial avec une jolie vue sur les Monts du Cantal et la découverte du patrimoine de Chalinargues.

H6 CHALINARGUES – Le Bois de la Peschaud — 3
10,4 km · 198 m · Sur le couderc, espace en herbe au centre du village à côté de la mairie · VTC
L'église de Jou avec son clocher à peigne est représentative de l'architecture romane rurale du Carladès, avec ses modillons sculptés et son portail, son arc de triomphe massif à l'entrée du chœur. L'itinéraire descend vers la rivière du Goul, propice au repos.

H6 CHALINARGUES – Le Plateau de Chansau — 12
5,8 km · 88 m · Sur le couderc, espace en herbe au centre du village à côté de la mairie · VTC
Un parcours à découvert sur le plateau pour profiter de la vue sur les Monts du Cantal.

G5 CHAVAGNAC – Les Quatre Fers de l'Âne - petit circuit — 6
3,2 km · 42 m · Lac du Pêcher · VTC
Variante plus courte du parcours n°7 dans la forêt de la Pinatelle. Parcours très facile et familial.

G5 CHAVAGNAC – Les Quatre Fers de l'Âne - grand circuit — 7
3,8 km · 62 m · Lac du Pêcher · VTC
Circuit très facile et très roulant depuis le lac du Pêcher. Un parcours pour se ressourcer au coeur de la forêt.

H5 CHAVAGNAC – La Pinatela — 8
9,1 km · 172 m · Lac du Pêcher · VTC
Petit circuit en forêt très facile et roulant, à faire en famille.

F7 LAVEISSIERE – Le Four à Chaux — 3
3,6 km · 90 m · Plan d'eau · VTC
Un parcours à faire en famille, très facile et très roulant où vous apercevrez des traces de l'activité volcanique avec l'ancienne carrière des fours à chaux où une cascade s'est formée.

E7 LAVEISSIERE – Le Lioran - Font d'Alagnon — 9
3,6 km · 133 m · Le Lioran - Font d'Alagnon · VTC
Un circuit très facile et très roulant sur un chemin forestier utilisé comme piste de ski de fond en hiver. Attention il s'agit d'un circuit mixte où vous croiserez piétons, cavaliers. Attention descente raide en toute fin de parcours.

VTT CARLADÈS

C11 BADAILHAC – Le Tour de Badailhac — 7
8 km · 166 m · Le Commun (à côté de la mairie) · VTC
Petit parcours roulant autour du village de Badailhac entre genêts et estives. Belle découverte du plateau

VTT HAUTES TERRES

H4 ALLANCHE – Le Lac du Pêcher depuis Allanche — 9
22 km · 453 m · Offiche de Tourisme (gare) · VTC
Un itinéraire facile pour rejoindre le lac du Pêcher. Peut-être croiserez-vous cerfs ou chevreuil en traversant le bois de la Pinatelle.

F8 ALBEPIERRE BREDONS – Le Pas de Boeuf — 13
3,8 km · 141 m · Col de Prat de Bouc · VTC
A la découverte du buron de la Souleyre datant de 1724 avec une jolie vue sur le Plomb du Cantal, un circuit très facile et roulant à faire en famille.

H6 CHALINARGUES – Le Lac du Pêcher — 5
16,8 km · 333 m · Lac du Pêcher · VTC
Partez à la découverte du lac du Pêcher et du Massif de la Pinatelle, un circuit très facile et roulant où vous pourrez profiter du calme de la nature et de la forêt.

H5 CHAVAGNAC – La Vallée de Cézérat — 9
15,7 km · 364 m · Lac du Pêcher · VTC
A la recherche de petit patrimoine et de faune sauvage, ce parcours très facile est fait pour vous !

F7 LAVEISSIERE – Chambeuil — 4
10,8 km · 306 m · Plan d'eau · VTC
Un parcours assez facile et roulant sur des chemins agricoles et forestiers où vous découvrirez en faisant un petit détour le moulin de Chambeuil mais aussi des fermes traditionnelles et le château d'Anterroches. Montée raide mais courte entre Fraisse-bas et Combrelles.

E7 LAVEISSIERE – La Combe Nègre — 6
6,5 km · 250 m · Le Lioran - Prairie des Sagnes · VTC
Un parcours facile pour profiter du cirque glaciaire de Font d'Alagnon et des sommets emblématique du Massif. Ouvrez l'oeil, vous apercevrez peut-être des mouflons ! Attention à la traversée de la RD67 avant Font d'Alagnon.

E7 LAVEISSIERE – Vallée de l'Alagnon — 15
13,9 km · 470 m · Le Lioran - Prairie des Sagnes · VTC
Un circuit facile en forêt qui vous mènera jusqu'au plan d'eau de Laveissière en passant par la Maison du Buronnier et les gorges de l'Alagnon. Attention aux cailloux avant d'arriver à la gare du Lioran.

VTT CARLADÈS

C11 BADAILHAC – Le Plateau de Vernet — 6
17 km · 392 m · Le Commun (à côté de la mairie) · VTC
Découverte des estives

D10 ST CLÉMENT – Petit Goul - Haut Goul — 11
23,5 km · 820 m · Parking de l'Eglise · VTC
Parcours ludique dans un paysage d'estives, de burons et découverte d'une oeuvre d'art contemporain rendant hommage aux buronniers «Ma montagne» de Camille Henrot.

C10 VIC SUR CÈRE – Basse Vallée de la Cère — 12
18,5 km · 554 m · Office de Tourisme · VTC
Découverte de la Vallée de la Cère en vue d'Aurillac avec un parcours ludique alternant passages faciles et passages techniques.

D11 RAULHAC – Autour de Raulhac EN TRAVAUX — 4
12 km · 401 m · Place du monument aux morts · VTC
Avec la tour du bourg de Raulhac, labellisé Petite cité de caractère, découvrez un patrimoine riche et une architecture typique du Carladès.

C11 BADAILHAC – Au Chevalier des Huttes EN TRAVAUX — 15
22,3 km · 507 m · Le Commun (à côté de la mairie) · VTC
Passage au Rocher de Carlat, inversion de relief et site historique

VTT HAUTES TERRES

G8 ALBEPIERRE BREDONS – Le Grand Tour — 1
19 km · 671 m · Place du 19 mars 1962, sous la mairie · VTC
Après un départ sportif (300m de dénivelée en 3km), parcours assez peu physique entre forêt et chemins forestiers, jonché de fontaine, église, croix de chemin, cascades, burons ... sans oublier le cirque de Chamalière, cirque glaciaire et sauvage (hors itinéraire 800m aller-tour).

G7 ALBEPIERRE BREDONS – La Vallée du Lagnon — 8
10,7 km · 394 m · Place du 19 mars 1962, sous la mairie · VTC
Commun à un circuit piéton, c'est un circuit assez facile et roulant qui vous conduira jusqu'au Prieuré de Bredons.

F8 ALBEPIERRE BREDONS – Prat de Bouc — 14
11,9 km · 425 m · Col de Prat de Bouc · VTC
Ce parcours au coeur de la forêt domaniale, jalonné de trois cascades (du Lagnon, des Vergnes, des Prés Long) vous offrira de belles vue sur le cirque glaciaire de Chamalière. Circuit assez facile et roulant, attention toutefois aux descentes plus technique sur la cascade du Lagnon puis sur la cascade des Vergnes (partie caillouteuse)

H6 CHALINARGUES – La Pinatelle Sud — 4
21 km · 405 m · Sur le couderc, espace en herbe au centre du village à côté de la mairie · VTC
Passage par Chavagnac, n'hésitez pas à faire un petit v par le superbe hêtre élu arbre de l'année en 2020 ! Vous passerez également à proximité de tourbières et évoluerez au sein du Massif de la Pinatelle.

H6 CHALINARGUES – Le Bois de Cheylat — 11
15,2 km · 384 m · Sur le couderc, espace en herbe au centre du village à côté de la mairie · VTC
Sur le chemin médiéval et au travers du bois du Cheylat, ce circuit vous surprendra par sa richesse patrimonial. Un circuit en huit avec des portions plus technique en forêt. Montée caillouteuse en direction de Freissinet

F6 DIENNE – Limon et Rocher de Laqueuille — 13
8,2 km · 365 m · Centre village, face à la poste · VTC
Un circuit physique au coeur de la vallée de la Santoire avec de magnifique points de vue sur le plateau du limon, le rocher de laqueuille et la découverte du petit patrimoine de Dienne et ses alentours.

F7 LAVEISSIERE – Les Gazelles — 5
8,9 km · 375 m · Plan d'eau · VTC
Circuit qui évolue en forêt et sur des chemins agricoles, assez facile et roulant. Possibilité de se rafraichir au bord de la rivière Alagnon ! Attention tronçons de circuits sur routes ouvertes à la circulation. Passage technique dans la descente vers Fraisse-Haut, passage sous la voie ferrée souvent glissant!

VTT CARLADÈS

C11 BADAILHAC – Planèze Ouest — 5
34 km · 911 m · Le Commun (à côté de la mairie) · VTC
Circuit roulant et technique sur le plateau de Badailhac. Découverte des estives et de la belle vache rouge Salers. Passage au village de Carlat qui a donné son nom au territoire.

C12 CROS DE RONESQUE – Autour du Rocher EN TRAVAUX — 2
19 km · 850 m · Le Couderc (à proximité de la Mairie) · VTC
Parcours qui mène au Roc de Ronesque, belle inversion de relief qui permet la découverte d'un panorama à 360° sur la vallée du Goul, le massif cantalien et les côteaux aveyronnais.

D11 RAULHAC – Montamat Nord EN TRAVAUX — 3
20 km · 665 m · Place du monument aux morts · VTC
Belle découverte de la vallée du Goul avec vue sur le massif cantalien, paysages d'estives.

Astuce
Progression moyenne en montagne (hors pause) : 8,5 km/h en VTT classique, 15 km/h en VTTAE

C10 VIC SUR CÈRE – La Reine Margot EN TRAVAUX — 16
38 km · 1147 m · OTI - avenue Murat Sistrières · VTC
Parcours technique sur les traces imaginaires de la Reine Margot à la découverte du grand et petit patrimoine du Carladès.

D9 THIÉZAC – Thiézac en Majeste EN TRAVAUX — 17
27 km · 927 m · Rue de la Bédisse - camping · VTC
Parcours en 8 mêlant le technique et le ludique autour de Thiézac. A votre convenance, parcourez le centre historique pour finir en majesté à la cascade du Faillitoux ou surplombez le chaos du Castelltinet avec vue imprenable sur la vallée de la Cère

D10 PAILHEROLS – Les Sonnailles du Puy De Bâne EN TRAVAUX — 18
43,5 km · 976 m · Bureau d'accueil des Flocons verts · VTC
Parcours roulant au coeur d'un paysage de burons et d'estives.

VTT HAUTES TERRES

F7 LAVEISSIERE – Le Volcan Est — 2
41,3 km · 1775 m · Plan d'eau · VTC
Un circuit technique où vous évoluerez entre forêts et estives et découvrirez les richesses du patrimoine local, burons, cascades, fermes traditionnelles, sans oublier le Plomb du Cantal, plus haut sommet du département.

G7 MURAT – Alagnon - Pinatelle — 10
21,5 km · 660 m · Office de tourisme, place du Balat · VTC
Un circuit assez physique avec une succession de montées et descentes et des paysages très variés. Au programme, de jolis points de vue, les rochers volcaniques autour de Murat, les zones humides du plateau de Chastel et le plateau de la Pinatelle.

VTT CARLADÈS

E8 ST JACQUES DES BLATS – Le Volcan Ouest — 13
15 km · 1089 m · Place de l'église · VTC
Parcours technique sur les hauteurs de Saint-Jacques des Blats. Belle alternance de parties en forêt et de partie ouverte laissant place à de beaux panoramas sur la vallée de la Cère.

E8 ST JACQUES DES BLATS – Descente du Plomb du Cantal — 14
34 km · 1956 m · Place de l'église · VTC
Plusieurs façons d'effectuer cet itinéraire qui suit l'ancienne voie romaine sur les crêtes : pour les courageux, la montée technique du Plomb du Cantal et pour ceux qui souhaitent se ménager, la montée en téléphérique possible en pleine saison d'été uniquement (pensez à bien vous renseigner avant le départ!)

D9 THIÉZAC – Autour du Griou — 8
31 km · 1231 m · Devant le camping la Bédisse · VTC
Très beau parcours noir, très physique du fait du fort dénivelé dès le départ du parcours. Beaux panoramas sur les monts du Cantal, la vallée de la Cère - grande diversité du petit patrimoine.

D11 RAULHAC – De Cap et de Roc EN TRAVAUX — 1
38 km · 1379 m · Place du monument aux morts · VTC
Démarrage doux pour un circuit varié en terme de dénivelés. Une découverte de la vallée du Goul avec de très beaux panoramas, de la diversité en terme de découverte patrimoniale.

D9 THIÉZAC– Vacherie de la Poche EN TRAVAUX — 9
15 km · 753 m · Rue de Bédisse (à proximité du camping de la Bédisse · VTC
Circuit court mais physique et technique avec près de 600m de dénivelé d'un seul jet et de fortes pentes.

GTMC

I2 Grande Traversée du Massif Central VTT
H6 Variante Grande Traversée du Massif Central VTT
1380 kms en VTT du Morvan en Bourgogne à la méditérranée, en passant par le Massif Cantalien, c'est ce qu'offre la GTMC. Une variante d'environ 60 kms vous mènera au coeur du Massif Cantalien, vous découvrirez une nature préservé : Monts du Cézallier, forêt de la Pinatelle, Planèze de Saint-Flour, Monts de la Margeride, Monts du Cantal… jusqu' à la station du Lioran, le point le plus haut de la GTMC. D+ 3310m. Variante des Monts du Cantal: 77 km, D+ 2000m
Plus d'informations sur le site: www.la-gtmc.com et téléchargement du tronçon cantalien sur www.randocantal.fr et www.hautesterrestourisme.fr .

LÉGENDE CARTE

Balisage	En cours de Balisage
Très facile	Très facile
Facile	Facile
Difficile	Difficile
Très difficile	Très difficile
VAE très facile	GTMC
VAE facile	« Grand Tour Saint-Flour Horizons volcaniques »
VAE difficile	GR 400
VAE très difficile	

crédits photos : Hautes Terres tourisme, Carladès Tourisme.
Conception et impression : Imprimerie Champagnac, Aurillac, imprimé avec des encres végétales.

CARTE DES ITINÉRAIRES DE VTT ET DE CYCLOTOURISME DU MASSIF CANTALIEN

www.carlades.fr
www.hautesterrestourisme.fr

massifcantalien

Carladès tourisme
avenue andré mercier
15800 Vic-sur-cère
tél. + 33 (0)4 71 47 50 68
tourisme@carlades.fr
www.carlades.fr

Hautes Terres tourisme
place de l'hôtel de ville - 15300 Murat
tél. + 33 (0)4 71 20 09 47
bureau Massiac
tél. + 33 (0)4 71 20 48 43
bureau Allanche
tél. + 33 (0)4 71 23 07 76
contact@hautesterrestourisme.fr
www.hautesterrestourisme.fr

ÉVADEZ-VOUS SUR LE MASSIF CANTALIEN

CYCLO HAUTES TERRES

G7 PAYS DE MURAT, ENTRE ALAGNON, PINATELLE ET SANTOIRE — 1
69,5km · 5H47 · 900 m · Murat
Porte d'entrée des Monts du Cantal, ce parcours décline une diversité de paysages marqués par l'activité de l'ancien volcan: sommets, vallées, rivières, forêts et plateaux basaltiques jalonnent l'itinéraire entre Alagnon, Pinatelle et Santoire. .

H4 LES MONTS DU CEZALLIER — 2
76km · 6H20 · 1250 m · Allanche
Ce circuit réunit 8 cols et permet de découvrir les plateaux du Cézallier Cantalien.

L4 ENTRE SUCS ET GORGES DU ROYAUME D'EOLE — 3
65km · 5H10 · 880 m · Massiac
Ce parcours vous mène au gré des vents sur les hauteurs du Pays de Massiac à la rencontre de magnifiques décors et au travers d'un patrimoine remarquable.

L4 AUTOUR DES GORGES DE LA SIANNE — 4
65km · 5H25 · 1000 m · Massiac
Au départ de Massiac, vous emprunterez l'Itinéraire Découverte de l'A75 «Route Vallée d'Alagnon» qui rejoint Blesle, «plus beaux villages de France». A la table d'orientation de la Brèche de Giniol, vous atteindrez le point culminant du canton à 1307 m..

F6 LES CLARINES DU PUY MARY — 5
34km · 2H50 · 901 m · Dienne
Au son des clarines, partez à la conquête du Pas de Peyrol (1588 m) par ses trois faces pour découvrir un espace unique et magique au cœur du plus grand volcan d'Europe. Départs possibles de trois villages : Dienne, Mandailles ou Le Falgoux

CYCLO CARLADÈS

C10 LES PLATEAUX DU CARLADES — 1
50km · 3H30 · 1139 m · Vic-Sur-Cère
Parcours roulant pour une découverte du Carladès. ADAPTÉ AUX VAE

A11 INCURSION EN CARLADES — 2
50,6km · 3H40 · 896 m · Polminhac
Parcours roulant sur le bas de la Vallée de la Cère en suivant la rivière puis enchaîner sur les contreforts de Carlat, le plateau de Badailhac. ADAPTÉ AUX VAE

D9 ROCHER DES PENDUS — 3
19km · 2H · 527 m · Thiézac/Vic-sur-Cère
Au départ de Thiézac ou de Vic sur Cère, parcours sur le versant Est de la Vallée à la découverte de ses caractéristiques géologiques entre le Rocher des Pendus, le Pas de Cère, ...ADAPTÉ AUX VAE

D9 LE PAS DE ROC — 4
6,6km · 1H15 · 231 m · Thiézac
Petit parcours entre chaos et rivière. ADAPTÉ AUX VAE

D9 LA CASCADE DE FAILLITOUX — 5
14km · 1H30 · 429 m · Thiézac
Petit parcours à la découverte du hameau de Lasmolineries et de la cascade du Faillitoux au départ de Thiézac. ADAPTÉ AUX VAE

CYCLO EN ITINÉRANCE

L3 GT2V — 1
150km · 5 jours · Lavigerie/Dienne/Allanche
Entre Val d'Allier et Vallée du Lot, osez la traversée des Monts du Cantal. Sur plus de 150 km, la véloroute serpente entre gorges, hauts plateaux et volcans dans un cadre naturel exceptionnel.
Spécialement adaptée à la pratique du cyclotourisme, son tracé invite à l'itinérance et à plonger dans l'intimité des territoires traversés.

D8 RBX — 2
112,3km · 2706 m · Murat/Dienne/Le Lioran
Vous souhaitez découvrir un territoire taillé pour le cyclotourisme ? Alors la Romain Bardet Expérience (RBX) est faite pour vous. La RBX est un concept unique dans le monde professionnel du vélo. Il associe l'image d'un champion, enfant du pays, à un territoire le Cantal où dès le plus jeune âge Romain accomplissait ses premiers exploits.

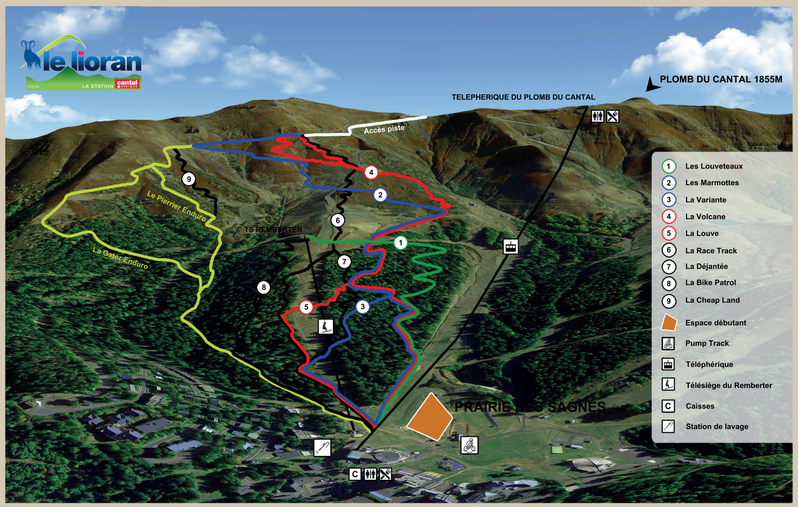
H4 DES PLATEAUX DU CEZALLIER AU PAYS D'ALAGNON PARCOURS 1 — 3
120km · 10H · 1808 m · Allanche
Depuis Allanche, le parcours 1 «des plateaux du Cézallier au pays d'Alagnon» débute sur les terres d'estive du Cézallier aux allures de Mongolie. Vous emprunterez en partie la Route des cols en Cézallier pour arriver au pied du massif cantalien.

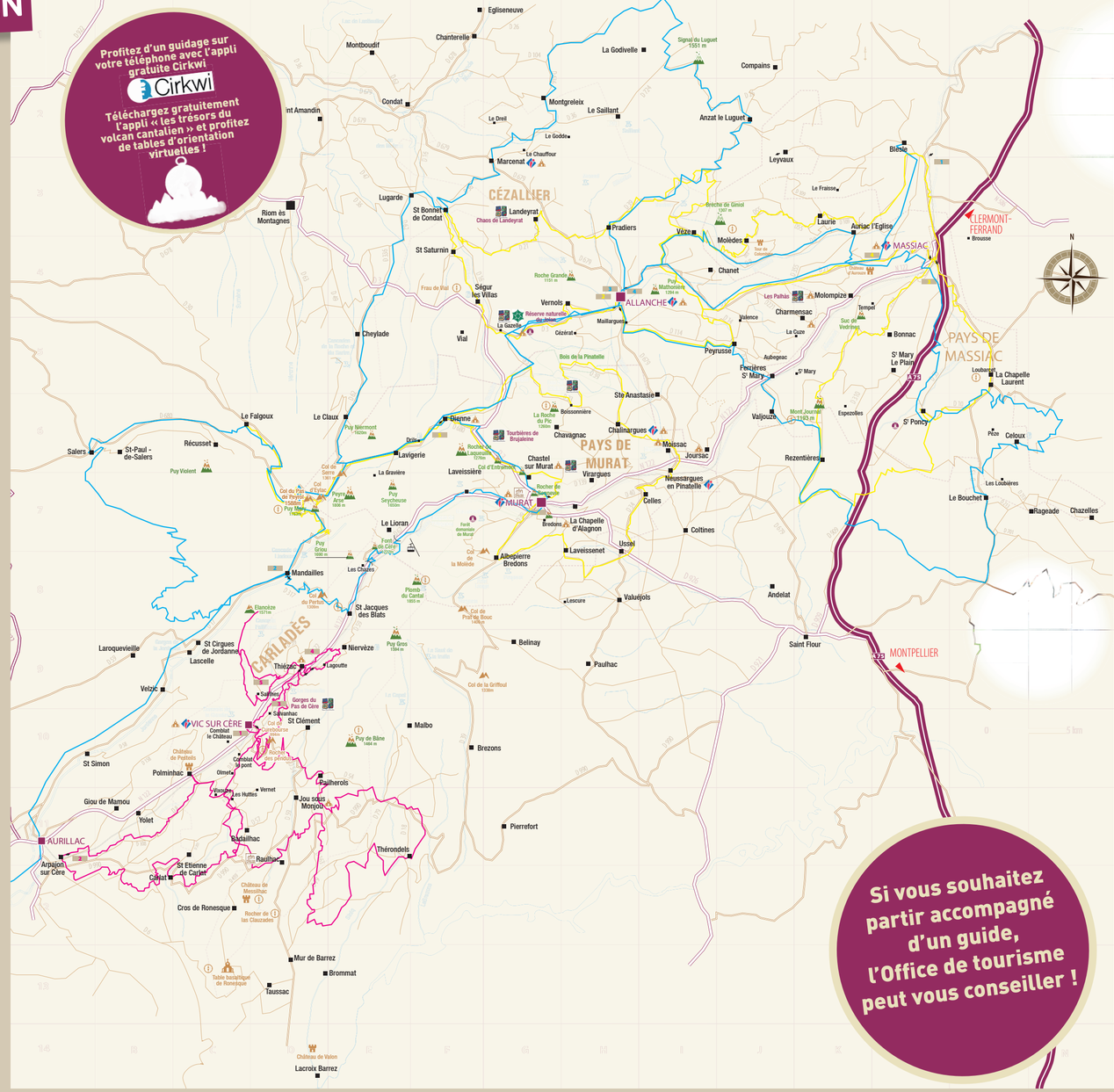
H4 DES PLATEAUX DU CEZALLIER AU PAYS D'ALAGNON PARCOURS 2 — 4
125km · 10H20 · 2178 m · Allanche
Des monts du Cézallier aux monts du Cantal, des vallées de l'Alagnon et de la Sianne aux contreforts de la Margeride, une alternance de paysages inédits et variés, surprenants et reposants sauf pour vos jambes (dénivelé total de 4000 m).

Adepte des sports de sensations ?

Le VTT descente à la Station du Lioran
Bike Park du Lioran
9 pistes : 1 verte – 2 bleues – 2 rouges – 4 noires
2 pistes enduro au départ du sommet :
La Gator 5,2 km et le Pierrier 4,3 km
Accès aux pistes avec le téléphérique du Plomb du Cantal et/ou le Télésiège du Remberter

Ouverture, tarifs sur www.lelioran.com ou l'application officielle Le Lioran.
Contact – Renseignements : 04 71 49 50 09





Louer un vélo, le réparer, le recharger, pour toutes les bonnes adresses, contactez l'Office de tourisme.

Bornes de recharge VAE :
Allanche, Chalinargues, Le Lioran, Thiézac (camping), Pailherols, Vic sur Cère (Office de Tourisme et Granges)

Stations de lavage :
Allanche, Chalinargues, Le Lioran, Thiézac (camping), Pailherols

Points de location de VAE :
Allanche, Chalinargues, Le Lioran, Pailherols, Pas de Cère (Thiézac), Prat de Bouc
(+ à venir : Murat)

Envie de partir à l'aventure ?

Différentes structures, hébergements, offices de tourisme, loueurs, réparateurs, sites touristiques dotés d'équipements vélo (kit de réparation, bornes de recharge, station de lavage, rack, etc.) ont été référencés pour vous dans le cadre de la GTMC et du label Accueil vélo.

Pour les retrouver:
www.francevelotourisme.com et
www.la-gtmc.com .

Profitez de conseils personnalisés dans les Offices de tourisme et découvrez la carte des balades et randonnées, le magazine de la destination, l'Espace trail Massif Cantalien.

Attention troupeaux
les vaches en estive de mai à octobre sont très protectrices, poussées par leur instinct maternel, elles n'hésitent pas à charger. Par sécurité n'emmenez pas votre chien lorsque nous vous le déconseillons.

CONSEILS DES OFFICES DE TOURISME

Cette carte des randonnées vous est offerte par les Offices de Tourisme du Massif Cantalien.

Pensez à vous renseigner auprès de nous avant de partir :
- Demandez la fiche rando détaillée ou le tracé GPX qui vous intéresse
- Visualisez votre rando en 3D sur les tables numériques
- Bénéficiez de nos contacts pour partir avec un guide
- Découvrez le topoguide Belles Balades en Hautes Terres
- Consultez la météo et prévoyez les équipements de montagne

Pendant la randonnée, veillez à rester sur les sentiers balisés, bien refermer les clôtures, ne pas randonner accompagné d'un chien dans les zones d'estives, respecter les troupeaux, ne rien jeter, ne pas faire de feu, ne pas camper ou bivouaquer, ne cueillir aucune plante.
N'hésitez pas à signaler tout problème rencontré auprès d'un Office de Tourisme ou sur l'application gratuite « Suricate ».

En cas d'urgence
Pompiers : 18, SAMU : 15, Gendarmerie : 17 ou 112

Les itinéraires proposés sont entretenus, balisés, sécurisés. Toutefois, depuis l'édition/réalisation de ce support, certains itinéraires ont pu connaître des modifications pour diverses raisons (aménagements divers, phénomènes naturels, retrait de droit de passage, etc.). Suivez toujours le balisage et respectez les indications présentes sur le terrain. Renseignez-vous auprès de nos offices de tourisme.

LÉGENDE CARTE

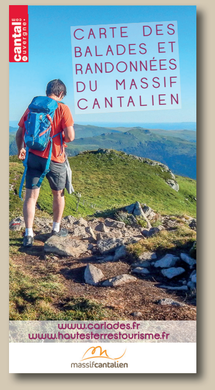
Balisage

		Office de Tourisme	
	Table d'orientation	Sommet	
	Château	Moulin	
	Eglise	Cascades	
	Col	Petites cités de caractère	
	Espace Naturel Sensible	Réserve Naturelle	

LÉGENDE DES DÉFINITIONS

emplacement sur carte — couleur et numéro du balisage

E5 COMMUNE DE DEPART - NOM DU PARCOURS — 3
Distance · Durée du parcours · Dénivelé · Point de départ
VTC · VTC praticable ou non à VTC · Difficulté VAE
Descriptif des parcours



PARTAGEZ VOS CIRCUITS PRÉFÉRÉES SUR
CARLADÈS CANTAL OU HAUTES TERRES TOURISME
#MASSIFCANTALIEN