

Un parcours sportif mais accessible à tous.

Cette boucle entre le Lioran et le Plomb du Cantal vous permettra de profiter du magnifique terrain de jeux que la station offre aux trailers : de belles ascensions, des sections en ligne de crêtes, des descentes techniques, du sentier monotrace en zone d'estives ou encore de beaux chemins forestiers... un condensé de ce que l'on peut retrouver en Trail.

**Départ/arrivée : Le Lioran (centre station)**



**Espace Trail Massif Cantalien**  
**Parcours 32 bleu**  
**Plomb du Cantal - Puy du Rocher**



**Un problème sur le parcours ?**  
Signalez-le en vous connectant sur la page <https://tracedetrial.fr/trace/52367> ou téléchargez l'application mobile Espace Trail Massif Cantalien

Hautes Terres tourisme  
Office de Tourisme du Carladès  
+33 (0)4 71 20 09 47  
+33 (0)4 71 47 50 68

**Avant de partir :**  
- Consultez les prévisions météo jusqu'au moment du départ.  
- Informez un proche de votre itinéraire et des horaires prévus.  
- Renseignez-vous sur l'état du parcours (ouverture, enneigement...) et sa difficulté :

**En cas d'accident**

**Espace Trail**  
**Massif Cantalien**

**Parcours 32 bleu - Plomb du Cantal - Puy du Rocher - 11,8 km - 750 m+**



**Départ Le Lioran (cabanon ESF au centre des pistes) :** prendre la direction du Rocher du Cerf par la piste. Cette dernière monte et longe Super Lioran. Après 800 m, tourner à gauche et suivre le GR400. Le sentier effectue quelques virages avant d'arriver au Rocher du Cerf.



**Rocher du Cerf :** poursuivre le sentier. La pente s'élève jusqu'à un petit replat partant à gauche et vous permettant de rejoindre le col de l'Aiguillon.



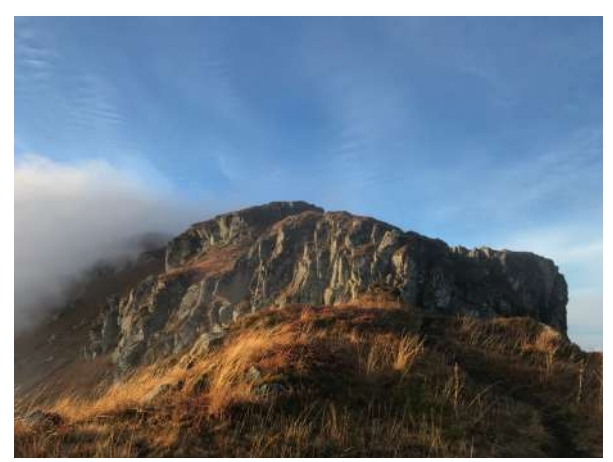
**Col de l'Aiguillon :** tourner à droite et suivre le sentier qui s'élève, en ligne de crête, jusqu'au Puy du Rocher. Descendre alors jusqu'au Pas des Alpains puis tourner à gauche pour rejoindre la piste. Tourner alors à droite et remonter celle-ci. Longer le paravalanche jusqu'à l'arrivée du télésiège du Refuge puis du télésiège du Plomb. Continuer tout droit puis prendre les marches pour atteindre le sommet du Plomb du Cantal.

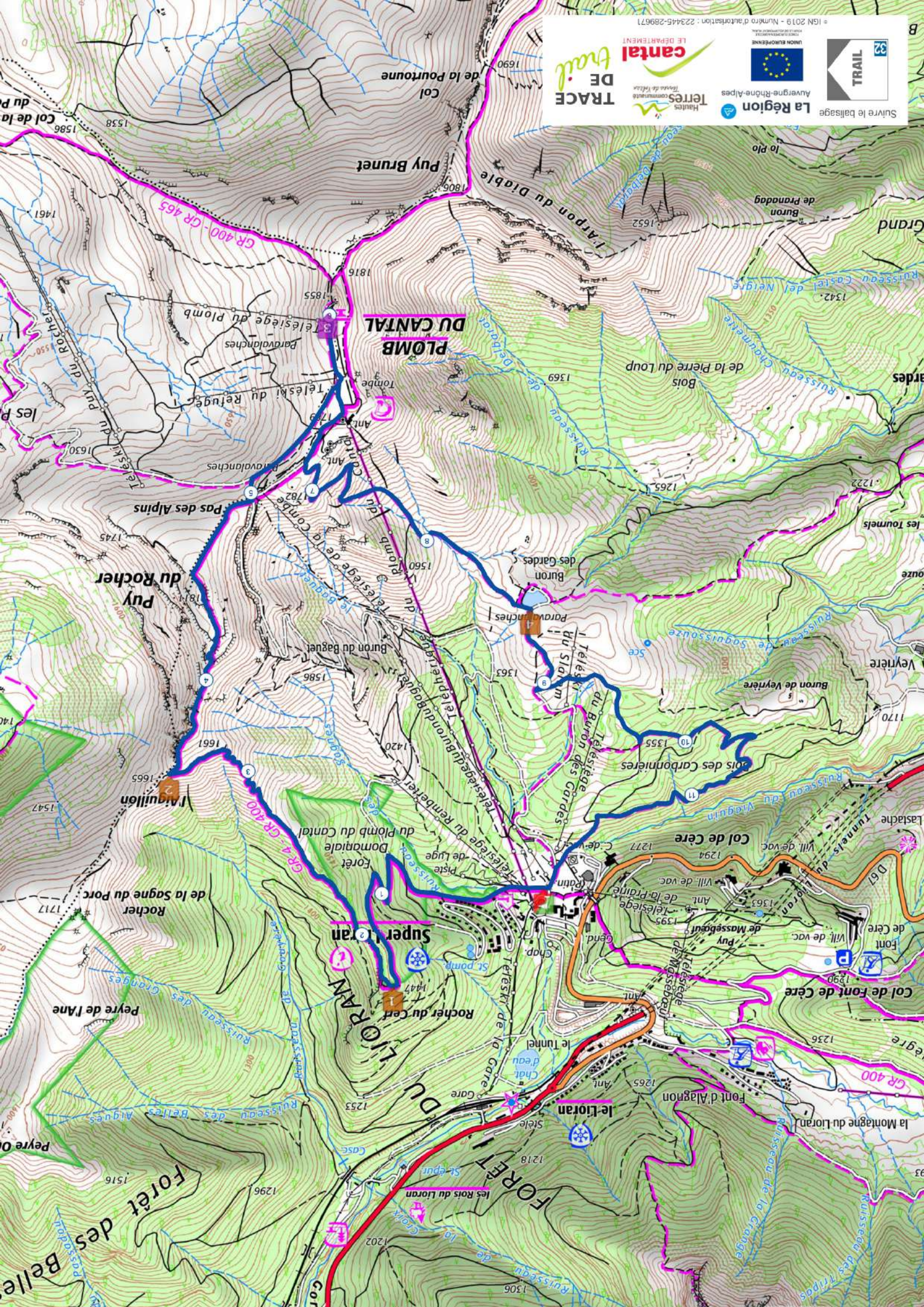


**Plomb du Cantal (alt. 1855 m) :** c'est le point culminant des monts du Cantal et le deuxième plus haut sommet du Massif central après le puy de Sancy. Situé au centre du département du Cantal, il constitue la ligne de crête entre les vallées de la Cère, de l'Alagnon et du Brezons.

Faire demi tour pour revenir au télésiège du refuge. Bifurquer à gauche, passer devant l'arrivée du téléphérique du Plomb, longer les barrières puis descendre la piste à gauche pour rejoindre le Buron des Gardes.

**Buron des Gardes :** contourner la retenue d'eau et poursuivre sur la piste à droite. Après 500m, quitter la piste et prendre le sentier sur la gauche, qui passe sous le télésiège du slalom puis au sommet du télésiège du Buron des Gardes. Le sentier rejoint le GR. Le suivre pour





# PLOMB DU CANTAL

# Super Lioran

# FORÊT DU LIORAN

# Puy du Rocher

# Forêt des Belles Aigues

GR 400 - GR 465

GR 4 - GR 400

GR 400

Pas des Alpes

Col de Cère

Col de Font de Cère

Col de la Pourtune

Rocher de la Sagne du Porc

Peyre de l'ane

Forêt des Belles Aigues

Forêt des Belles Aigues

Forêt des Belles Aigues

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Paravalanches

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune

Col de la Pourtune