



Temps : 3h15
Distance : 22 km
Dénivelé : 544 m
Type : Boucle
Itinéraire balisé
Non balisé

Balisage : VTT N°5  
bleu

#### Périodes

d'accèsibilité : Toute l'année. Sous réserve de conditions d'enneigement et météorologiques favorables.

Départ : Place de la Bascule

15400 Trizac

Tél. 04 71 78 07 37

tourisme@destinationhautcantal.fr  
www.destinationhautcantal.fr



Un superbe itinéraire très roulant (malgré trois belles montées) qui pénètre au cœur des estives et dévoile un panorama sans pareil sur les Monts du Cantal, la vallée glaciaire du Falgoux et le massif du Sancy.



Les informations contenues dans ce document sont soumises à modification et n'engagent pas la responsabilité de l'Office de Tourisme Destination Haut Cantal. Un problème de balisage, d'entretien, remontez l'information sur : <https://sentinelles.sportsdenature.fr>

## LA PLANÈZE - VTT

Trizac



Le mot planèze vient de l'occitan planesa, « plaine », lui-même issu du latin planitia « surface plane », dérivé de planus, « plan ».



Une planèze est un plateau, de forme triangulaire, de basalte volcanique délimité par des vallées rayonnantes.



**Le départ se situe à Trizac, place de la Bascule au dessus de la station service du Garage. Descendre la placette et emprunter la D678 à gauche. Dépasser la station service, longer le cimetière à main droite et continuer tout droit direction Mauriac jusqu'au carrefour entre la D678 et la D30.**



① Tourner à gauche direction Le Falgoux, Puy Mary, Col d'Aulac. Après 10 mètres, tourner à droite pour emprunter une piste caillouteuse qui descend jusqu'au ruisseau du Marilhou. Traverser le pont et continuer à droite sur cette large piste qui monte assez raide.



② Arrivé à la route, laisser le Fayet à droite et monter jusqu'à Font Rouge. Dépasser les habitations et au croisement qui suit, prendre la route à droite en direction de Chamblat, Maisonneuve et La Condamine. Arrivé à Chamblat, laisser la direction de Maisonneuve et continuer tout droit.



③ Au carrefour, tourner à gauche direction Lestrade, Laborie, Suc de Grosmont. Laisser La Condamine à droite et poursuivre jusqu'au croisement avec la piste des estives juste avant Lestrade.



④ Tourner à gauche sur la piste qui monte d'abord assez raide sur 300 mètres, puis s'élève dans les estives. Au sommet du deuxième lacet (1 260 m) vue à gauche sur le Sancy et le lac de Veirières, à droite vue sur la vallée glaciaire du Falgoux et les Monts du Cantal. Redescendre jusqu'au prochain croisement situé avant l'auberge du Col d'Aulac.



⑤ A l'intersection bifurquer à gauche sur la D30. Descendre jusqu'au pont qui enjambe le Marilhou (possibilité à droite de se rendre sur le site des cases de Cottheuges).



⑥ 100 mètres après ce pont, quitter la départementale et tourner à droite pour emprunter la route des montagnes en direction de Trizac, Valette et Collandres (montée assez raide sur 400 mètres). Continuer tout droit jusqu'au carrefour des quatre pistes.



⑦ A ce croisement, laisser la direction de Collandres et de Valette, tourner à gauche pour Trizac. Continuer tout droit, ignorer un chemin qui descend à gauche.



⑧ Arrivé au stop, poursuivre en face jusqu'à un croisement, tourner à droite et descendre jusqu'au point de départ en contrebas.



Avant de partir, pensez à prendre de l'eau, une collation, des vêtements pour vous protéger de la pluie et du froid et votre téléphone portable rechargeé. En cas d'urgence, faites le 112 ou contactez le PGHM : 04 71 20 32 34.