

# Variante : Chalinargues / Coltines (par Le Lioran)

## Grande Traversée du Massif Central à VTT



Depuis Chalinargues, cette variante de la GTMC redescend à Murat par le bois de Chavagnac et le plateau de Chastel jonché de tourbières.

À Murat, le parcours vtt remonte progressivement le val d'Alagnon pour gagner la station du Lioran. Ici se dresse la vertigineuse montée du Pas des Alpains !

Au col, à 1 750 m, on laisse le Plomb du Cantal (1 855 m) pour redescendre à Prat de Bouc et aborder la forêt domaniale de Murat.

On rejoint alors le Ché, puis Ussel et Coltines, par les chemins roulants de la Planèze.

### L'itinéraire

De Chalinargues la variante suit la Via Arverna jusqu'au sommet du bois de Chavagnac, (poussette sur 200m racines/rochers). Redescendre sur Lapsou, Chastel et l'Héritier (prudence traversée de la D3) puis sur Murat. Un chemin en fond de vallée amène à Laveissière. Ensuite le parcours vtt suit un chemin qui longe la voie ferrée et remonte au Lioran. Après le bel effort que demande la montée au col du Pas des Alpains (1750 m), on bascule sur Prat-de-Bouc (prudence piste dégradée et présence de troupeaux). On rejoint alors le Ché par un agréable chemin forestier puis Ussel (prudence traversée de la D926) et Coltines, par des pistes très roulantes.

**Départ**  
Chalinargues

**Arrivée**  
Coltines

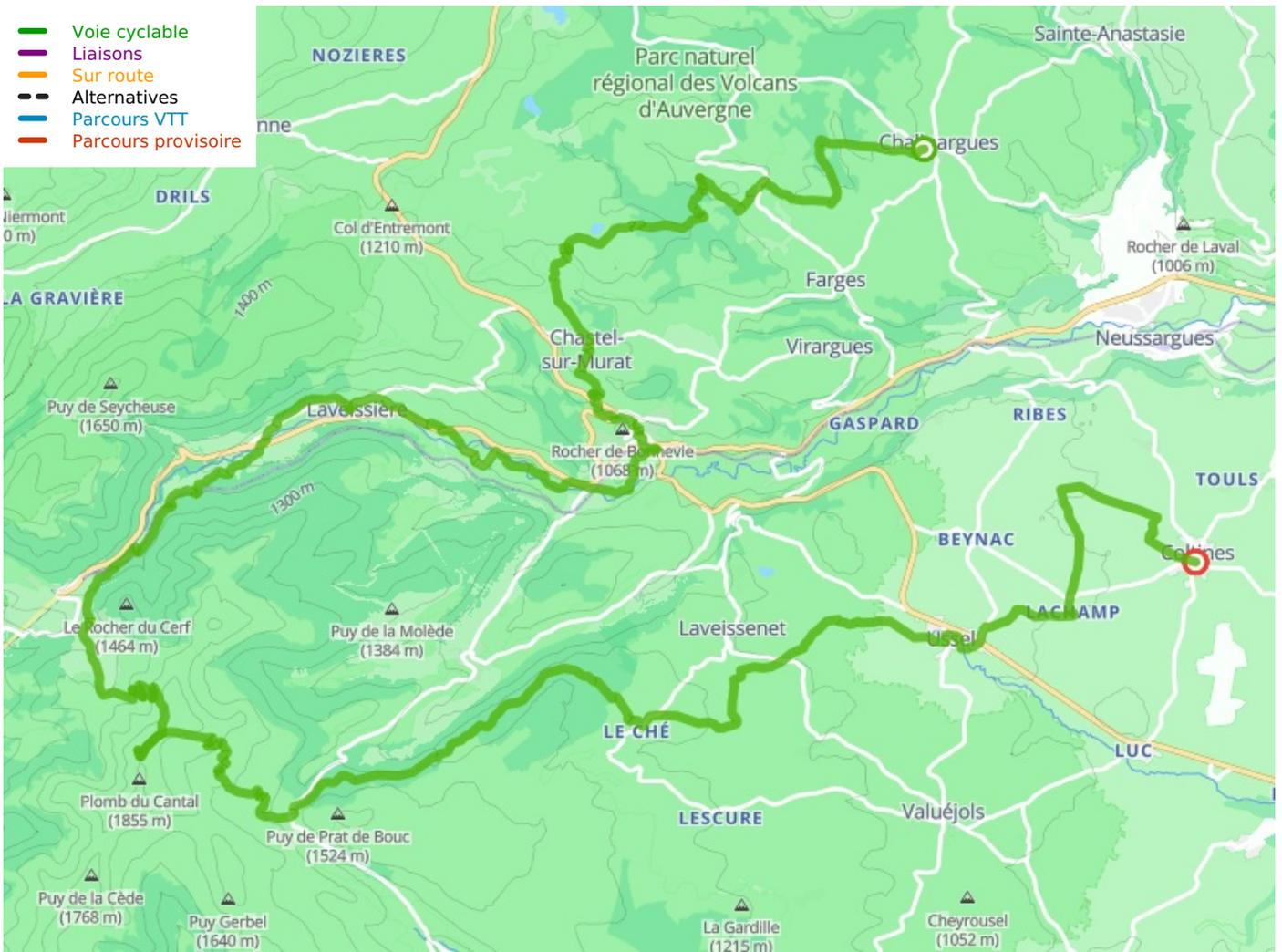
**Durée**  
7 h 00 min

**Distance**  
61,09 Km

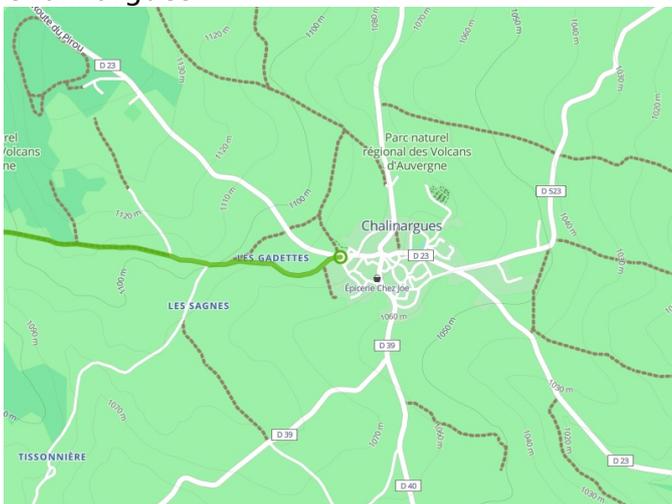
**Niveau**  
Très difficile

**Thématique**  
En forêt, Panoramas,  
Parc naturel

- Voie cyclable
- Liaisons
- Sur route
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ**  
Chalargues



**Arrivée**  
Coltines

