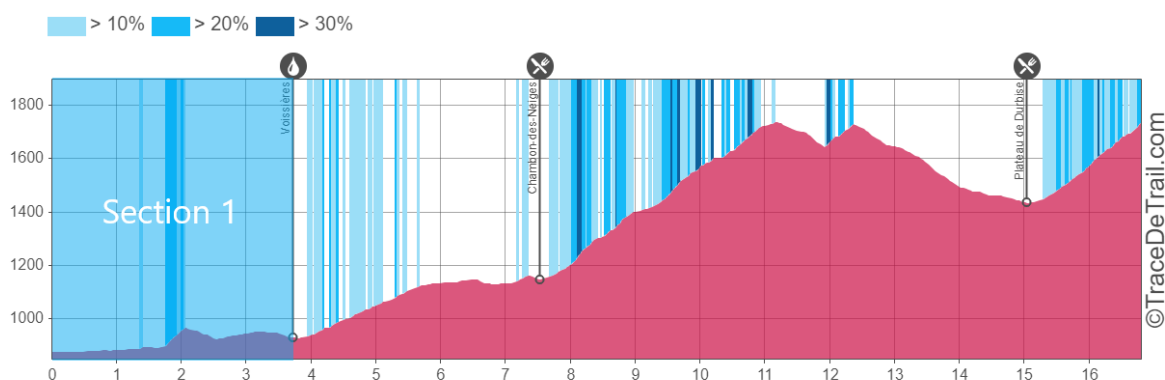


# LA SANCYLIENNE - ROAD BOOK

## SECTION 1 Départ KM0 – Voisières KM4

### Du plat en entrée



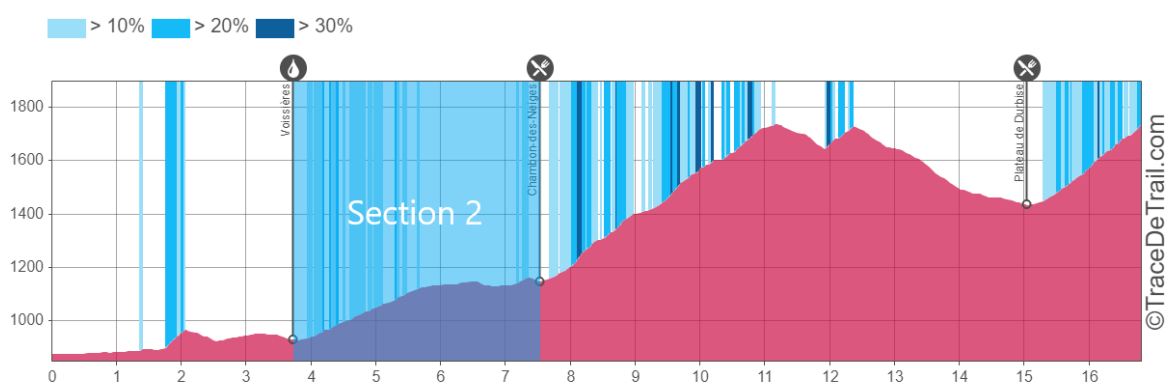
Après le réveil matinal, le départ est donné de la petite plage au bord du Lac Chambon, 880m d'altitude. Sur la ligne, il suffit déjà de lever le regard pour apercevoir en face de soi, 900m plus haut tout de même, le site d'arrivée. Il faudra lâcher les chevaux sur un premier kilomètre tout plat, emprunter le pont de Pétary pour franchir la couze de Chaudefour, et se diriger vers la vallée dans un début de course roulant et certainement mené à vitesse grand V.

V comme Voisières, c'est le nom de la plaine traversée sur des chemins larges et peu techniques à travers les bois des Favarades puis du Bac, où il n'est pas rare de croiser des mouflons venus trouver refuge, délaissant les sommets aux premières vigueurs de l'hiver. Au carrefour des Bois, première côte, pentue et caillouteuse mais presque insignifiante tant les jambes sont, a priori, encore légères à cet endroit. A la bascule, après quelques kilomètres à travers la forêt, 3.8 exactement, un point d'eau attendra les coureurs au vieux four à pain du hameau de Voisières.

115m de dénivelé positif, c'est ce qui aura été réalisé sur cette première section, une échappée matinale ? Mauvaise stratégie.

## SECTION 2 Voisières KM4 Chambon des Neiges KM 8

### La tournée des hameaux



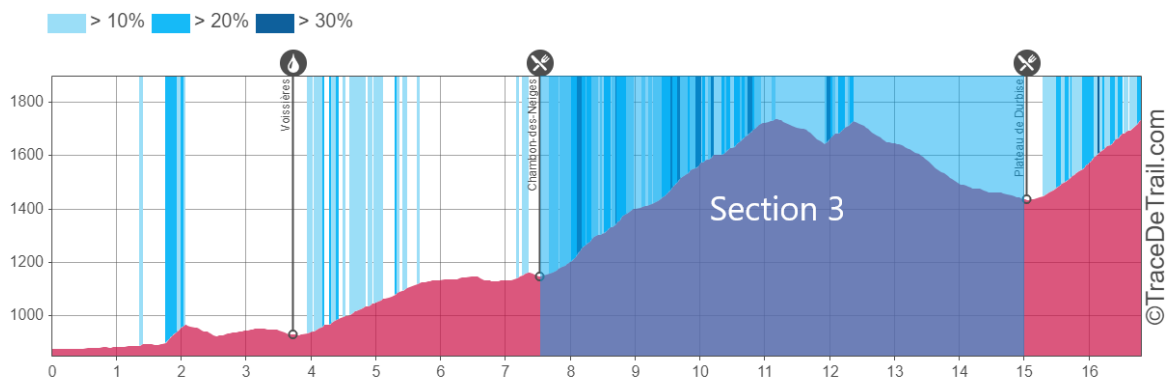
Pour tout le monde ensuite les premières hostilités, après la traversée du bourg que l'on quittera en franchissant (à sec) une dernière fois la couze de Chaudefour avec la montée vers la Guièze (2km, 200m d+), de quoi lancer les premières banderilles sur des pentes encore relativement douces pour les grimpeurs qui auraient des fourmis dans les jambes.

Cette montée en forêt précède une seconde (et dernière) portion roulante à partir du hameau de la Guièze jusqu'à Chambon-des-Neiges, en passant près de Monneaux.

Après avoir traversé la célèbre route du col de la Croix Saint Robert, l'horizon s'ouvre avec le cirque glaciaire de Monneaux en ligne de mire. Cette portion est plus usante qu'elle n'en a l'air ! Comptez alors 7.6km et 360m de dénivelé positif pour rejoindre le premier point de ravitaillement complet situé à Chambon-des-Neiges, station de ski fantôme, ouverte dans les années 1970 et disparue en 2002, aujourd'hui plus grand site d'escalade du département.

### SECTION 3 Chambon des Neiges KM8 Creux des Bœufs KM15

#### Le vif du sujet



Vous l'aurez compris, la course ne démarre véritablement qu'ici, car c'est quasiment 1000m de dénivelé positif au menu sur les 9km restants à parcourir. On file au plus court sur le tracé des anciennes pistes, et si l'appétit vient en mangeant, il faudra bien digérer le terrible début d'ascension ! Juste après le ravitaillement, la pente avoisine les 30% sur environ 300m, et après une brève accalmie sur la prairie de Liadouze où paissent les troupeaux de chevaux l'été, elle se durcira de nouveau, c'est là qu'on entre dans la partie montagne, pour ne plus en sortir d'ailleurs, ça tombe bien vous êtes venus pour ça ! Sur un sentier suivant la crête dessinée par le Puy des Crebasses, avec vue plongeante sur le cœur de la vallée de Chaudefour sur votre gauche, l'effort demandé sera incontestablement soutenu et l'option marche vraisemblablement activée, même pour les meilleur(e)s ! Se dresseront ensuite les lacets des Crebasses, qui mèneront au point culminant du parcours à un peu plus de 1750m d'altitude, km11.

Incontestablement le plus gros morceau de la course !

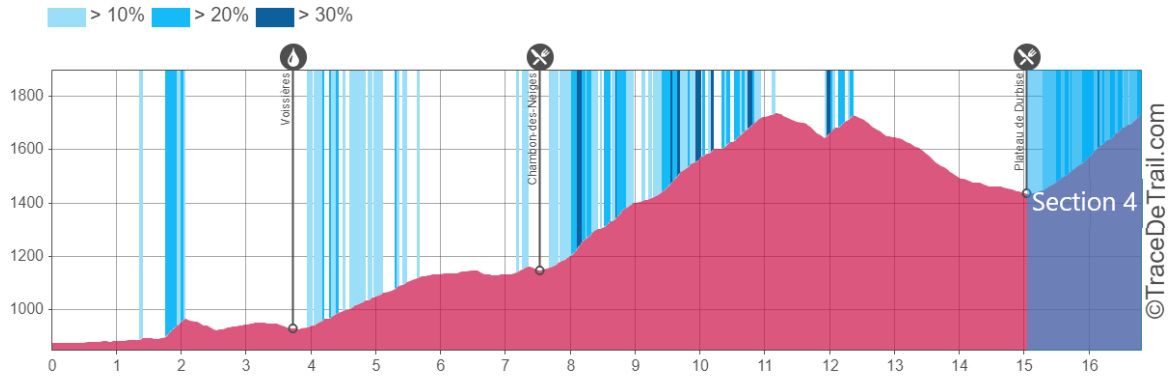
A la bascule, on jette un œil sur les écartés puis on tourne à droite en suivant le GR4, cap au nord ! Ce sera enfin le moment de souffler un peu avec la première des deux portions de descente du parcours (1km, 100m d-), comportant une infime portion technique, qui ne laissera guère le temps d'admirer la vue plongeante à votre gauche sur la vallée de la Dordogne, et la station thermique du Mont-Dore. Au col de Cuzeau, il faudra remonter environ 100m de dénivelé pour atteindre le Roc de Cuzeau (1737m), puis dévaler la pente d'une descente ultra rapide (300m d-) en traversant le plateau de Durbise, fréquemment balayé par les vents dominants, et où l'on trouve les plus importants troupeaux de

moutons du massif, avec plus d'un millier de têtes. Ici, on quitte brièvement la commune de Chambon-sur-Lac pour entrer sur le territoire du Mont-Dore.

Certainement pas de quoi satisfaire les vellétés des adeptes de la descente, pas un caillou à l'horizon, jusqu'au creux des Bœufs (km 14.8) 3<sup>e</sup> et dernier point de ravitaillement avant l'ascension finale.

#### SECTION 4 Creux des Bœufs KM15 Arrivée Puy de l'Angle KM16.8

##### Poignée dans l'Angle



1.8km et 300m d+, c'est ce qui vous reste à avaler avant d'atteindre le sommet du Puy de l'Angle. La première partie de l'ascension se fait par une monotrace rectiligne mais très étroite entre les clôtures. La pente se corse de nouveau au col près du Puy de Mareilh, 1529m d'altitude, où l'on aborde les quelques lacets de la montée finale. Vous aurez le luxe à cet endroit d'apercevoir plus haut les coureurs qui vous précèdent, ou en vous retournant, ceux qui restent encore à vos trousses. Resteront à franchir une partie caillouteuse, puis encore un virage avant d'apercevoir le cairn et sa croix en fer, signe que la délivrance est proche.

La récompense est là, une vue exceptionnelle, si la météo le veut, sur les crêtes et vallées avoisinantes, la chaîne des Puys et le Livradois-Forez à l'horizon.

#### Fiche technique parcours la Sancylienne :

**Distance :** 16.8km

**Dénivelé :** 1340m d+, 480 d-

**Départ :** 28/09/24 - 9h

**Terrain dominant :** chemin : 8.5km, sentier : 7.5km, route : 450m

**Altitude maximale :** 1745m (Puy des Crebasses km11)

**Altitude minimale :** 876m (lac Chambon km0)

**Plus longue ascension :** 840m d+ (Voissières - les Crebasses)

**Plus longue descente :** 300m d- (Roc de Cuzeau – Creux des Bœufs)