

FEUER- BERGE

Im Herzen Südfrankreichs hat es einst mächtig gebrodelt: Hunderte Vulkane reihen sich bis heute im Massif Central und formen mit ihren bis zu 1886 Meter hohen Kratern eine skurrile Touren-Kulisse. Praktisch: Die alten Feuergipfel sind mit einsamen Trails verbunden.





Oben: Im dichten Waldpelz der Auvergne verstecken sich Wasserfälle wie die Cascade du Queureuhl. Links: Viele Häuser in den Dörfern wurden aus schwarzem Vulkan-Tuffstein gebaut, erklärt Guide Bertrand (links im Bild). Rechts: Auch im Massif Central gibt's angelegten Flow – im Bikepark Superbesse.

**„OK, DAS WAR WOHL JETZT NICHTS.“
BERTRAND ZUPFT EIN BÜSCHEL
GRAS AUS DEM SCHALTWERK UND
EINE HANDVOLL KLETTEN AUS DEN
HAAREN, GRINST – UND SCHIEBT
WEITER. MORSCHER ÄSTE KNACKEN,
BROMBEERDORNEN KRATZEN
ROTE LINIEN IN UNSERE WADEN.**

Kann ja mal passieren, dass man auf der Suche nach perfekten Trails im Nirgendwo landet. Beziehungsweise im undurchdringlichen Unterholz. Nein, kein Thema, zumal uns Bertrand den ganzen Vormittag schon über Pfade gelotst hat, die wir alleine niemals gefunden hätten. Und Singletrails hat sein Revier reichlich zu bieten. In der Mitte Frankreichs türmt sich eine eindrucksvolle Vulkanlandschaft auf: das Massif Central, auf Deutsch: Zentralmassiv. Hier stehen nicht nur ein paar Vulkane in der Landschaft, sondern gleich ein paar hundert alte, inzwischen längst verrauchte Feuerspucker.

„Allein die Chaîne des Puys besteht aus über 80 Vulkanen“, erklärt Bertrand, als wir auf einer Anhöhe stoppen, wo uns der Anblick dieser 60 Kilometer langen Vulkankette am Horizont den Atem verschlägt.

Die Chaîne des Puys, die Bergkette der Krater, ist ein gewaltiges Bollwerk aus Kegeln, Kuppeln und Domen. „Es ist mir nicht möglich, Ihnen einen Begriff von der Pracht des Anblicks zu geben“, schrieb der deutsche Geologe Leopold von Buch, der die Auvergne im Jahr 1802 als einer der ersten Vulkanforscher durchstreifte. Voller Ehrfurcht über die erstarrten Naturgewalten versuchte er es dann doch: „Die Kegel steigen über die fortlaufende Bergreihe heraus, wie in Rom die Menge der Kuppeln über die Stadt, und wie dort die Peterskuppel um sich her alle andere vernichtet, so drückt hier der Puy de Dôme alle Kegel tief unter seine Höhe herab.“ Die letzten Vulkanausbrüche im Zentralmassiv habe es vor ungefähr 8000 Jahren gegeben, weiß Bertrand. Dennoch scheint das Wissen um den Vulkanismus hier zur Allgemeinbildung zu gehören: „Aber was heißt schon erloschen? Mich fasziniert, dass hier damals, als die Vulkane noch aktiv waren, bereits Menschen lebten.“ Neuzeitliche Geologen vertreten den Standpunkt, dass die schlafenden Ungetüme durchaus wieder erwachen könnten. Auch wenn derzeit nichts darauf hindeutet. Die Lavaströme und die darauf folgende Eiszeit haben eine raue Landschaft hinterlassen, die nicht nur ein Eldorado für Vulkanologen darstellt, sondern wie gemacht ist für ausgedehnte Bike-Touren. Der Blick schweift weit über die Kulisse: Zwischen den üppig begrünten Gipfeln liegen weite Wiesen, Heidelandschaften und ein zottiger Waldpelz, unter dessen Baumkronen heiße Quellen sprudeln und Gebirgsbäche in Kaskaden über Felskanten schäumen. Dazu alte Burgen, Dörfer und Vulkanseen wie dahingemalt.

Bertrand prescht voran. Das Gelände präsentiert sich zunächst wellig und sanft. Doch hinter dem Örtchen Courbanges zweigt Bertrand plötzlich in einen Pfad ab, der in einer wilden Zickzack-Kombination erst über bizarre Basaltformationen und dann steil bergab in eine Talkerbe stürzt. Nur gut, dass uns unten ein griffiger Waldboden auffängt. Am Lac Pavin, einem kreisrunden Kratersee, der seine Existenz einem Rendezvous von Grundwasser und vulkanischem Gasexplosionstrichter verdankt, verschwindet Bertrand in einer unscheinbaren

P. Jentschura[®]
regeneriert wie neugeboren

**DEIN POWER
FRÜHNSTÜCK**

MORGENSTUND[®] LIEFERT DIR GEBALLTE NATÜRLICHE NÄHRSTOFFE – FÜR MEHR LEISTUNG UND DYNAMIK. EGAL WO. EGAL WANN.

BIKE TRANSALP
16.07 – 22.07.2017



P. Jentschura ist offizieller Partner der



INFOS UND PROBEN **KOSTENLOS** ANFORDERN:
WWW.P-JENTSCHURA.COM/PROBEN



DER ANBLICK DES HÖCHSTEN BERGES DES ZENTRALMASSIVS MACHT UNS DEN MUND WÄSSRIG. DOCH MARGRIET MUSS UNS ENTTÄUSCHEN.

Bresche im Unterholz. Ein schmaler Pfad teilt jetzt das Walddickicht und führt direkt auf einen gewaltigen Ring aus Tuffgestein zu: das Becken eines verschwiegene Kratersees. Vollgepumpt mit Glückshormonen cruisen wir über den Trail, der nun unter knorrigen Eichen auf der Seeböschung entlangbalanciert.

„Das Schönste am Zentralmassiv ist, dass sich die Landschaft und die Strecken ständig ändern“, sagt später am Abend Margriet, die Wirtin der kleinen Pension Les Camelias im Bergstädtchen Mont-Dore. Man könne sich zwischen den grünen Kratern so richtig verausgaben, ohne dass es langweilig werde. Und das tagelang. Margriet tischt uns ein üppiges Menü auf und setzt sich dann zu uns an den großen Tisch. Seit zehn Jahren betreibt sie mit ihrem Mann

Forstweg, Karrenweg, oder Trail? Im Zentralmassiv sind die Übergänge oft fließend. Hier am Bois de la Charbonnière hat die Zweispurigkeit den Vorteil, dass man sich unterhalten kann.

Erwin die Pension im Thermalort am Fuße des Puy de Sancy. Kennzeichen der Architektur, wie überall in der Gegend, ist die Verwendung des typisch regionalen Gesteins aus schwarzer Lava. Kennen gelernt haben sich die beiden Niederländer um die Jahrtausendwende beim Biken in den Anden: „Die Leidenschaft fürs Rad hat uns ins Zentralmassiv gebracht. Wir haben damals eine neue Heimat gesucht, die viele gute Rennradstrecken, aber auch Singletrails bietet.“ Et voilà! Margriet nickt Richtung Küchenfenster, dort, wo der fast 1900 Meter hohe Puy de Sancy alles überragt. Schon bei der Ankunft hat uns der Anblick des höchsten Berges des Zentralmassivs mit seinen zerfurchten Lavahängen den Mund wässrig gemacht. Doch Margriet muss uns enttäuschen: „Der Sancy ist leider bikefreie Zone – Naturschutzgebiet.“ Aber es gäbe ja genügend feine Strecken hier. Wie zum Beweis dafür steht am nächsten Morgen Chriss, ein Kumpel von Bertrand, vor der Tür. Er will uns die Strecken rund um die Vulkane der Chaîne des Puys zeigen, die wir am Tag zuvor nur aus der Ferne gesehen haben. „Keine Angst, wir fahren nicht auf alle 80 Vulkane“, witzelt er und verfrachtet uns samt Bikes in seinen klapprigen Bus. In Zanières, einem verlassen wirkenden Kaff zwischen Feldern und Kuhweiden, beginnt die Tour denkbar unspektakulär. Bergab auf Schotter, Bussarde und Falken gleiten über Weizenfelder, und in der Ferne ragt der Puy de Dôme empor, der König der Vulkane mit seiner charakteristischen Kuppelform. „Da geht es heute hin“, verkündet Chriss. Am Wegrand stehen uralte Menhire: „Aus der Jungsteinzeit“, erklärt Chriss im Vorbeifahren, aber wir denken gleich an Obelix und seine Hinkelsteine. Das ist auch nicht weit hergeholt, denn im Zentralmassiv siedelten tatsächlich die keltischen Avernier. Ein rebellisches Völkchen, das sich einst unter der Führung des Fürsten Vercingetorix gegen die römischen Eroberer erhob. Geschichte gibt es also genug auf den ersten Metern. Aber wo sind die Trails? Kaum gedacht, wird aus der Piste ein Flowtrail, der uns erst ein paar Kilometer später am Ufer des Lac d'Aydat ausspuckt. In rascher Folge wechseln nun Pfad und Piste – wobei: Manch ein Forstweg ist derart von Felsen garniert und von Rinnen durchzogen, dass man eher von zweispurigen Trails sprechen kann. Mitten in der Chaîne des Puys folgt ein Krater auf den anderen. Dazwischen mäandern feinste Trails, die wir die meiste Zeit für uns alleine haben. Die wenigen Wanderer, die wir treffen, treten zur Seite und feuern uns an: „Allez! Allez!“ Bloß Rindviecher

gibt es hier im Übermaß. Und zwar die rotbraunen Salers-Rinder mit ihren geschwungenen, langen Hörnern. „Sie geben die Milch für unseren Saint Nectaire“, schwärmt Chriss. Der Käse aus frischer Rohmilch reift drei Monate lang in vulkanischen Tuffsteinhöhlen. Erst dann hat er seine typische Kruste aus Grauschimmel ausgebildet. Doch bevor wir ans Kulinarische denken können, kreist der Trail mit uns einmal um das begrünte Kraterloch des Puy de Vichatel und lässt sich dann in Serpentina an dessen Flanke hinab. Mittagsrast legen wir erst am Krater des Puy de la Vache ein. Umgeben von rotem Vulkangeröll teilt Chriss hausgemachten Schokoladenkuchen aus. Grillen zirpen, die von der Sonne aufgeheizten Steine lullen uns ein. Jetzt ein Schläfchen! Doch es wartet ja noch der Anstieg zum Puy de Dôme. „Leider sind die Wege auf den Gipfel für Biker gesperrt“, bedauert Chriss. „Selbst Rennradfahrer lassen sie da nicht mehr hoch.“ Dabei hat der markanteste Vulkan des Massivs längst Straßensportgeschichte geschrieben: Bis 1988 endeten sogar Tour-de-France-Etappen auf dem 1465 Meter hohen Berg. Doch 2012 hat man die Trasse der Kultstraße für den Bau einer Zahnradbahn gebraucht. Na gut, dann umrunden wir den Puy de Dôme eben auf halber Höhe. Chriss stoppt auf dem Bergsattel zwischen dem Kleinen und dem Großen Suchet: „Ich liebe diesen Ort. Von hier kannst du zwanzig Vulkane sehen.“ Der Blick schweift über den Puy Pariou bis hin zur tief unten im Tal liegenden Stadt Clermont-Ferrand, wo die Michelin-Reifenwerke ihren Hauptsitz haben. Und dort im Norden, hinter den Kuppen, befindet sich der Ort Volvic: „Vierzig Jahre braucht das Regenwasser, um als vulkanisches Quellwasser wieder hervorzusprudeln“, sagt Chriss und grinst: „Das Wasser, das Ihr heute trinkt, ist vom Himmel gefallen, als ich geboren wurde!“ Apropos vom Himmel fallen – die Wolken über unseren Köpfen scheinen auf dieses Stichwort gewartet zu haben. Für Chriss kein Problem. Regenjacke an, und weiter geht's, denn jetzt kommen ja erst seine Lieblings-Trails!

BIKE-Touren-Autor, Patrick Kunkel



„Geht da was? Dutzend Male sah ich die wirklich beeindruckende Kette grüner Vulkankrater – nur von der Autobahn aus. Jetzt konnten wir die Trails des Zentralmassivs endlich testen, und: Ja, es geht richtig was!“

328.476 HÖHENMETER



325

BIKE- STRECKEN

SINGLE TRAILS

GANGSCHALTEN

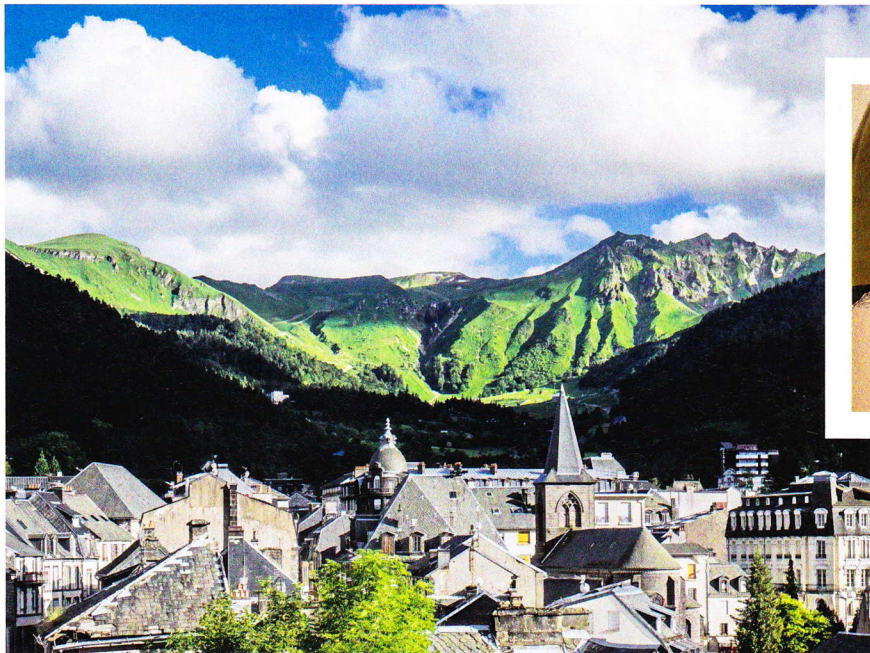
437x

67 MG ENDORPHINE



ZELL · GERLOS · KÖNIGSLEITEN-WALD · KRIMML

A-6280 Zell im Zillertal, Tel. 0043/(0)5282/2281, E-Mail: service@zillertalarena.com



Links: Blick aufs Bergstädtchen Mont-Dore. Dahinter türmt sich das 1886 Meter hohe Massif de Sancy, das für Mountainbiker leider gesperrt ist.
Oben: Vercingetorix, der Avernier-Fürst, der gegen die Römer rebellierte, ist heute Namensgeber für den lokalen Rotwein.

REVIER-HIGHLIGHTS

In den Tälern der Vulkanketten haben sich kleine Städte und Dörfer angesiedelt. Mit typisch französischer Infrastruktur: eine Boulangerie für Café au lait und Croissant zum Frühstück, urige Bars für zwischendurch und Restaurants fürs Drei-Gänge-Menü am Abend.



Links: kurze Rast am Lac Pavin. Auf Tour stößt man immer mal wieder auf diese kreisrunden Kraterseen.
Rechts: Um das leibliche Wohl muss man sich in der Auvergne nun wirklich keine Sorgen machen: In fast jedem Dorf gibt es eine Bar, eine Boulangerie oder ein Restaurant. Und für eine Vesper unterwegs kann man sich bestens mit Leckereien direkt vom Bauern eindecken. Viele Fermes verkaufen selbst hergestellten Käse oder Wurst.



ALLGEMEINE INFOS

DAS REVIER Die Dimensionen des französischen Zentralmassivs sind nicht gerade bescheiden: Das Mittelgebirge nimmt ungefähr 15 Prozent des französischen Staatsgebiets ein und erstreckt sich gleich über sechs französische Regionen. Für Biker interessant ist neben den Cevennen vor allem das in der Auvergne liegende Gebiet, wo der Gebirgsstock von hunderten erloschenen, auf französisch „Puys“ genannten Vulkanen gebildet wird. Es ist die größte Vulkanlandschaft Europas, überformt von Wäldern, weiten Rinderweiden, Vulkanseen und Wasserfällen – durchzogen von einem Netz feiner Singletrails. Allein die Chaîne de Puys, die Bergkette der Puys, besteht aus über 100 riesigen, ausgebrannten Sprengkörpern. Das angrenzende Bergmassiv der Monts Dore erreicht mit dem Puy de Sancy immerhin 1886 Meter Höhe. Und weil das Zentralmassiv eine der am dünnsten besiedelten Gegenden Frankreichs ist, hat man die vielen Strecken meist für sich alleine. Dennoch ist die Verpflegung unterwegs unproblematisch. In fast jedem Dorf gibt es eine Boulangerie oder eine Bar.

Anreise: am besten mit dem eigenen Wagen. Clermont-Ferrand (alternativ Lyon) ist aber auch per Fernbus, Zug oder Flugzeug erreichbar. Dann weiter mit dem Mietwagen.

BESTE TOUREN-ZEIT Das Klima im Zentralmassiv ist eher rau und geprägt von feuchten atlantischen Luftmassen, die sich hier gerne abregnen, vor allem im Frühjahr. Beste Reisezeit für Trail-Touren daher von Ende Mai bis in den Oktober.

GEFÜHRTE TOUREN Tages-, Wochenend- und Mehrtages-Touren bietet Chriss Méjean-Lapaire an, Tel. 0033/632/828434. www.triplebuses.com

BIKESHOPS / VERLEIH Centsix Snowscoot-VTT, Bike-Verleih und Werkstatt, 43 Avenue du Sancy, Résidence Le Buron Bât H, 63610 Super Besse, Tel. 0033/463/800281 www.centsixsnowscoot.fr
La Bourboule Vélo Plus, Werkstatt (Bike-Verleih), Chemin du Limanger, 63150 La Bourboule, Tel. 0033/682/733940

KARTEN / LITERATUR Für Touren eignet sich am besten die Wanderkarte: IGN Top 25, série bleue: „Massif du Sancy“, Nr. 2432 ET sowie „Chaîne des puys“, Nr. 2531, Maßstab 1:25000, Preis: 12 Euro.

„Auvergne. Cevennen, Zentralmassiv“, Verlag Reise Know-How, 2013, Preis: 19,50 Euro. 420 Seiten, sehr detailliert, gute allgemeine Reise-Tipps

UNTERKÜNFTE Le Mont-Dore: Pension Les Camélias, 6 Avenue de Clermont, 63240 Le Mont-Dore, www.lescamelias.eu
Besse: Hôtel Le Sancy, Place Alfred Pipet, 63610 Besse et St-Anastaise, www.hotel-sancy-besse.com

BIKEPARK Den Bikepark in Superbesse sollte man keinesfalls verpassen. Die Seilbahn überwindet die 500 Höhenmeter von der Talstation auf den Gipfel des Perdrix' in etwa fünf Minuten. Dann stehen sechs verschiedene Abfahrtsstrecken zur Auswahl (insgesamt 18 Kilometer) Der Abfahrtsgeschwindigkeitsrekord auf der schwarzen Weltcup piste liegt bei 68 km/h. Geöffnet ist der Park zwischen Ende Juni und Mitte September. Ein Tagesticket für die Seilbahn kostet 21,50 Euro für Erwachsene und 10,80 Euro für Kids. An der Talstation befinden sich Bikesshops und -Verleih. Infos: www.sancy.com, Bikeschule: Ecole VTT MCF, Nicolas Rouveix, Tel. 0033/684/740818.

KLETTERPARK CAPUCIN Wohldosierten Nervenkitzel am Ruhetag findet man am Kletter-Spot auf dem Capucin oberhalb von Mont-Dore. Neben einigen frei begehbaren Kletterfelsen ermöglicht dort die Via Ferrata du Capucin recht entspanntes Klettern am Stahlseil. Der 400 Meter lange Klettersteig überwindet 222 Höhenmeter. Der Eintritt kostet 5 Euro ohne und 15 Euro mit Leihusrüstung. Die Tour mit Guide kostet 35 Euro. Infos: www.montdoreaventures.com

KULTUR Burgen, Kirchen, Käsereien, die Burg (Château) von Murol (Tour 3) ist eine der wichtigsten mittelalterlichen Festungen Frankreichs, ein Stopp lohnt ebenso wie eine Runde durch den historischen Ortskern von Murol. Ein paar Kilometer (und fiese Höhenmeter) weiter liegt der Ort St. Nectaire mit einer sehenswerten romanischen Kirche. Hier packt man am besten Wegzehrung ein, der berühmte Saint-Nectaire-Käse stammt von hier und wird unter anderem in der Käserei Ferme de Bellonte produziert. www.st-nectaire.com

ESSEN UNDTRINKEN Die Küche der Auvergne ist reichhaltig, geschmackvoll und rustikal. Einen ordentlichen Energieschub bringt etwa die Truffade, eine Art Auvergnier Bauernföhstück, bei dem Bratkartoffeln mit Speck und Knoblauch mit einer Mischung aus jungem Salers-Käse und Crème fraîche in der Pfanne gebraten werden. Gerne und oft serviert wird auch der Pounti, eine Art Hackbraten, der in Scheiben geschnitten leicht angebraten wird. Die Potée Auvergnate ist ein Eintopf mit Wirsing, verschiedenen Gemüsesorten und geräucherten Fleisch- und Wurstsorten. Berühmt ist die Region vor allem für ihre Käsesorten: In der Auvergne gibt es fünf große Käse mit geschützter Ursprungsbezeichnung: Cantal, Bleu d'Auvergne, Fourme d'Ambert, Salers und Saint-Nectaire.

INFOS ALLGEMEIN

Atout France: www.de.rendezvousenfrance.com

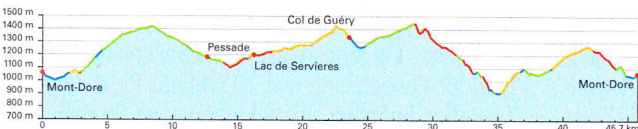
Auvergne Tourismus: www.auvergne-tourismus.de

1 RUND UM MONT-DORE

45,7 km 1372 hm 4:30 h


www.bike-magazin.de, Webcode #35328

Feine Cross-Country-Runde zum Einrollen und Ankommen. Die aussichtsreiche Tour ab Mont-Dore erfordert wegen der vielen Anstiege eine gute Kondition, vor allem gegen Ende der Tour, wo eine fiese Rampe kurz vorm Ziel die letzte Energie aus den Beinen saugt. Immer wieder wechseln Abschnitte auf breiteren Wegen mit flowigen Pfaden an Vulkanseen und durch dichten, knorrigen Wald, sodass auch Trailfans auf ihre Kosten kommen. Fahrkönnen ist an einigen Schlüsselstellen gefragt: Auf der Abfahrt von der Banne d'Ordanche nach la Bourboule geht es teils über Geröll und ausgewaschene Rinnen. Der lenkerbreite Serpentinpfad am Capucin kurz vor Schluss erfordert Kurventechnik, wer das Hinterrad versetzen kann, ist hier klar im Vorteil.



STARTPUNKT Im Zentrum von Mont-Dore. Wer nicht vor Ort übernachtet, findet auch zentral gute Parkmöglichkeiten.

HIGHLIGHTS 1. Der Wasserfall Cascade du Queureuil zu Beginn 2. Das Panorama auf den Zwillingsskelsen Tulières und Sanadoire 3. Die Trail-Abfahrten an Banne d'Ordanche und Capucin

SCHLÜSSELSTELLEN 1. Die Abfahrt vom Banne d'Ordanche hat einige verblockte Stellen. Teilweise ist der Trail vom Regen auch ausgewaschen. 2. Direkt nach La Bourboule wartet eine wirklich üble

Rampe. Da werden einige schieben müssen. 3. Einige Spitzkehren am Ende der Abfahrt vom Capucin
EINKEHR In Pessade im Dorfcé. Wer noch warten kann, sollte in der Gîte du Lac Servières regionale Spezialitäten kosten!

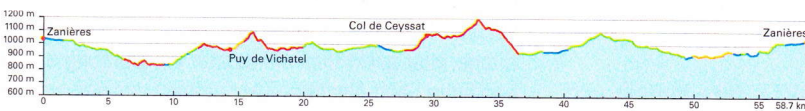
Kondition	■ ■ ■ ■ ■
Fahrtechnik	■ ■ ■ ■ ■
Landschaft	■ ■ ■ ■ ■
Schwierigkeit	● MITTEL

2 VON KRATER ZU KRATER

59,4 km 1109 hm 5:30 h


www.bike-magazin.de, Webcode #35328

Auf, ab, auf, ab — über 80 Vulkane bilden die Chaîne des Puys, die Kette der Vulkankrater. Dazwischen erstreckt sich ein Netz feiner Trails, die Enduro-Fans jubeln lassen. Allerdings verteilen sich über die Gesamtstrecke auch 1100 Höhenmeter. Eine gewisse Grundkondition ist also vorteilhaft. Die Trails selbst sind mal flach und schnell (wie am Ufer des Lac d'Aydat), nur um sich (wie am Puy de Vichatel oder Puy de Dôme) zu steilen Rampen aufzutürmen: Gut, dass diese dann meist in traumhaft flowige Abfahrten münden und das Brennen in den Oberschenkeln vergessen lassen. Zwischen den Trail-Passagen kann man auf schattigen Waldwegen Tempo machen. Fahrtechnisch schwierig wird es nie. Wunderschöne Panoramablicke prägen diese Tages-Tour.



STARTPUNKT Am Ortsrand von Zanières

HIGHLIGHTS 1. Der Trail am Ufer des Lac d'Aydat 2. Der Blick auf den König der Vulkane, den Puy de Dôme und der darauf folgende Traum-Trail vom Grand Suchet hinunter durch dichten Buchenwald

SCHLÜSSELSTELLEN Einige steile Rampen lassen sich nicht vermeiden: Am Lac d'Aydat, hinauf auf den Puy de Vichatel oder in der Auffahrt Richtung Col du Ceyssat. Aber grundsätzlich ist die komplette Strecke flüssig fahrbar, auch in den Abfahrten.

EINKEHR Die Auberge des Muletiers am Col du Ceyssat bietet eine schöne Terrasse und regionale Kalorienbomben wie Truffade (Kartoffel-Käse-Gericht).

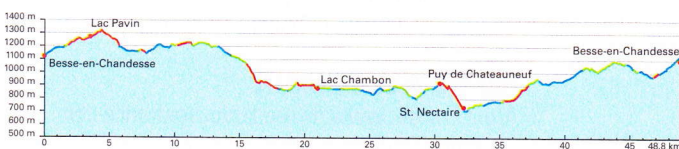
Kondition	■ ■ ■ ■ ■
Fahrtechnik	■ ■ ■ ■ ■
Landschaft	■ ■ ■ ■ ■
Schwierigkeit	● MITTEL

3 PUY DE CHATEAUNEUF

48,9 km 1160 hm 5:30 h


www.bike-magazin.de, Webcode #35328

Ohne Begleitung eines Locals oder ohne GPS-Gerät findet man diese versteckten Trails nie! Denn eine Unzahl an Pfaden und Pisten durchzieht die Vulkanlandschaft zwischen Besse am Fuße des Puy de Sancy und Saint Nectaire. Die flowigen Trails bieten hohen Spaßfaktor, doch ständige Untergrund- und Rhythmuswechsel stellen auch die Kondition auf die Probe. Dieser Teil des Zentralmassivs wird zerfurcht von Taleinschnitten. Auf kurze, knackige Anstiege folgen kurze, auch mal anspruchsvollere Abfahrten. Doch die Aussicht von den sanft gewellten Höhenzügen ist oft gigantisch. Manche Schlüsselstellen über scharfkantige Felstreppen erfordern souveränes Bikehandling, kurz vor Saint Nectaire muss man fünf Minuten tragen, ansonsten weist die Tages-Tour keine größeren Anforderungen auf.



STARTPUNKT Am westlichen Ortsrand von Besse. Dort stehen auch ausreichend Parkmöglichkeiten zur Verfügung.
HIGHLIGHTS 1. Der Trail am Ufer des Lac Pavin entlang 2. Der Blick auf das Schloss von Murol und der folgende Singletrail nach Saint Nectaire hinunter

SCHLÜSSELSTELLEN 1. Die Zickzack-Abfahrt über scharfkantige Basaltfelsen hinter dem Örtchen Courbanges verzeiht keine Fahrfehler. 2. Die kurze Tragepassage am Puy de Chateauf und der technische Trail nach Saint Nectaire

EINKEHR In den Buden am Lac du Chambon gibt es feine Sandwiches. Etwas gehobener lässt sich in den engen Altstadtgässchen von Murol speisen.

Kondition	■ ■ ■ ■ ■
Fahrtechnik	■ ■ ■ ■ ■
Landschaft	■ ■ ■ ■ ■
Schwierigkeit	● MITTEL

HÖHENPROFIL ■ Asphalt ■ Asphaltierter Radweg ■ Schotter ■ Waldweg ■ Trail ■ Schieben

