



# Cantal, sci stretti ai piedi del vulcano

Paolo Ferrari

*Le Col du Prat de Bouc è il centro di sci nordico della località sciistica alpina di Le Lioran, situata al centro del Massif du Cantal, il dipartimento più meridionale della regione francese dell'Auvergne. Siamo andati a visitare questo domaine skiable, posto sul versante orientale de la Plomb du Cantal, nato da un lago di lava che ha modellato, circa 10.000 anni fa, il vulcano più grande d'Europa con un diametro di 80 chilometri.*



Prendi la Francia, il centro della Francia. Metti un vulcano enorme che non respira più da migliaia di anni. Lascia che il tempo modelli la sua superficie e aggiungi la presenza dell'uomo che si insedia nel territorio e lo trasforma in una destinazione da scoprire sci ai piedi.

Nasce così la proposta, ormai secolare, di Lioran. Gli sport invernali, sui versanti del suo vulcano spento, fecero la loro apparizione nel 1907, ma la prima guerra mondiale gelò gli entusiasmi ed i progetti di alcuni abitanti del Cantal, intenzionati a dare vita ad un'area sciabile nel loro territorio. Il sogno iniziò a concretizzarsi solo nel 1947, quando un imprenditore del posto costruì la prima scivola sul pendio del Masseboeuf, che ha funzionato fino al 1984. Da quel momento, la stazione di sport invernali, conosciuta anche come Le Lioran, ha sviluppato la sua struttura impiantistica e ricettiva, dando vita (come dicono da queste parti) ad un domaine skiable di grande spessore che include anche le discipline nordiche.

Le Lioran si trova al centro del Massif Cantalien, un luogo magico che include le Puy Mary, le Pays de Murat, le Carladès et le Cézaillier. Clermont Ferrand, il capoluogo regionale, dista circa due ore d'auto, mentre da Lione, Limoges e Tolosa, occorrono tre ore. Le Lioran, detiene anche un primato nazionale: è l'unica località sciistica francese con una stazione ferroviaria. Scesi dal treno, si prende la scivola "Gare", che porta alla Prairie de Sagnes, da dove partono tutti gli altri impianti, inclusi quelli che portano al Prat de Bouc, il cuore "nordico" della stazione.

## → Gli sport invernali nel Cantal

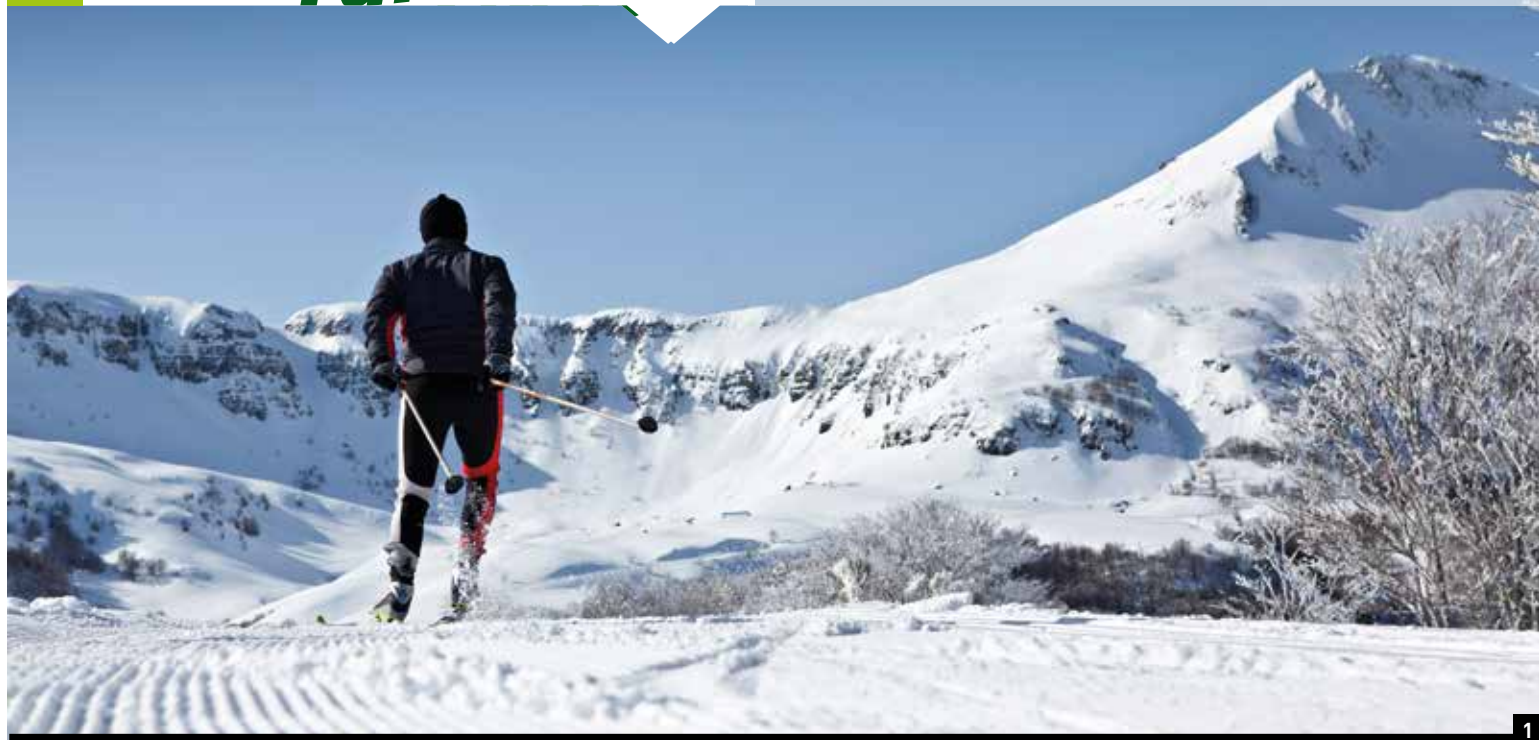
Nel XVIII secolo, con la creazione della Royal Route 126, i viaggiatori passavano da Font d'Alagnon per giungere nella valle Cere, utilizzando la vecchia strada romana Via Celtica che attraversa i monti del Cantal. Dopo la creazione del tunnel Lioran, (la prima galleria in Francia e la più lunga del mondo, a quell'epoca), la stazione sciistica è facilmente raggiungibile dal traffico automobilistico. Nel 1960, nasce il resort Lioran, e il suo comprensorio sciistico si estende fino al Font d'Alagnon. Nel 1982 viene creata Alta Planèze, la prima area di sci nordico dell'Auvergne, con accesso a 1.400 metri, e quota massima a 1.670 metri di altitudine sull'altopiano della foresta di Murat. Attualmente questo resort per gli sci stretti - conosciuto come Col de Prat de Bouc - dispone di un reticolo di circa **50 chilometri di piste battute**, tra cui segnaliamo la pista **The Green Lagnon (2,4 km)**, la **The Green Rodes (3,9 km)**, la **No Blue Ox (3,8 km)**, la **Bocche Bleue (5,9 km)**, la **The Red Montagnonne (6,8 km)**, il lungo tracciato delle **The Red Biches di 8,6 km** e le due tracce della foresta **Orange di 7,7 e 8,2 chilometri**.

Nel centro della stazione del Col de Prat de Bouc, troviamo infine un'area con un sentiero polivalente riservato a fondisti, racchette da neve, skitrekking, passeggiate, sleddog, biathlon, slittino.

Una seconda area per lo sci nordico è quella di Puy Griou (o versante Le Lioran), con piste che vanno da 1.195 a 1.300 metri, ai lati della valle di Cere. Qui troviamo **quattro tracciati conosciuti come il Chazes Bleue (2,4 km)**, il **Blue Alagnon (2,5 km)**, il **Bec de l'Aigle Rouge (3,4 km)**, il **Gliziou Arancione (9,2 km)** e il **Raveyrol Verte (3 km)**. Due i punti di accesso all'area sciistica: le Buron des Pres Marty al Col di Prat de Bouc (altitudine 1.400 metri) e il Foyer Nordic Che Alta Planèze (quota 1.240 metri). Il comprensorio sciistico del Col de Prat de Bouc, si estende su entrambi i lati del Lead del Cantal con due porte principali: il Col de Prat de Bouc e il Che.

Oltre cinquanta chilometri di piste segnate e battute, disegnate per il classico o lo skating, per muoversi tra vaste pinete, altipiani basaltici, e circhi glaciali, dove vivono marmotte e pecore bighorn.





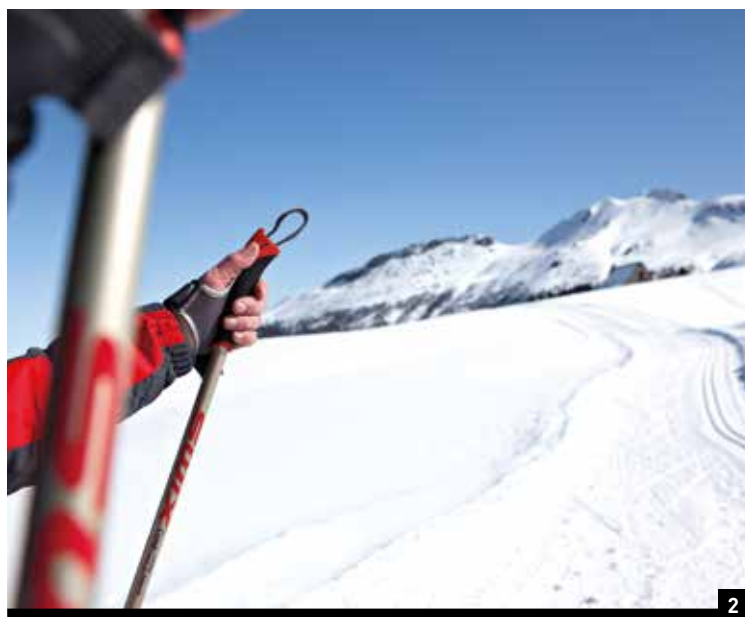
1

### → I vulcani del Cantal, giganti sfigurati

Frutto di una gestazione lunga e complessa, i Monti del Cantal formano un cerchio di 80 chilometri di diametro, che rendono questa catena, il più grande stratovulcano d'Europa. Inattivo da tre milioni di anni e devastato dall'erosione, questo titano è irriconoscibile, dato che il suo volume è stato messo letteralmente sottosopra nel corso della sua vita attiva, cominciata 13 milioni di anni fa. Le sue vallate sono il risultato dell'accumulo dei materiali vulcanici frantumati, che hanno lasciato perplessi i vulcanologi fino al 1980, quando poterono osservare l'esplosione di un altro stratovulcano, il monte Saint Helens, negli Stati Uniti: in pochi secondi, una terribile esplosione gli fece perdere 400 metri di altezza e un terzo del suo volume.

Il più famoso di tutti è probabilmente il Puy de Dome (1.465 metri), un picco montuoso sulla cui vetta sono transitati, fino al 1988, tutti i grandi del Tour de France, da Coppi ad Anquetil, da Felice Gimondi a Eddy Merckx. Si tratta di vulcani spenti da qualche migliaio di anni la cui dorsale, conosciuta come catena vulcanica dei Puys, è inclusa nel Parco Regionale dei vulcani dell'Auvergne. È un singolare allineamento di montagne che comprende circa 80 crateri spenti, situata al centro della Francia, in un territorio abitato da molto tempo prima della serie di eruzioni che diedero vita ai vulcani più recenti (da 4.000 a 12.000 anni a.C.). A quanto pare i Monti del Cantal hanno conosciuto almeno tre catastrofi analoghe a quella del Saint Helens. Si sono infatti costituiti a partire da un magma viscoso che produce eruzioni particolarmente violente, accompagnate da materiali che costituiscono più di tre quarti dell'intero massiccio. Visto da lontano il Cantal mostra la forma del vulcano quando era ancora intatto, e la cui vetta raggiungeva probabilmente i 3.500 metri d'altezza.

È quindi su queste rovine fumanti che si è sviluppata la storia vulcanica del Cantal, con le colate di basalti fluidi sui pendii più bassi. Il culmine dell'attività del massiccio corrisponde a quella che oggi è la sua cima più alta, il Plomb du Cantal (1.855 metri). Questa vetta, che appare oggi come una piccola calotta sporgente su uno dei crinali della zona centrale, è un antico lago di lava la cui erosione non si è completata del tutto. Sulle vette più alte del Massif du Cantal (a sud) e di quello di Sancy (al centro della regione), troviamo tre località sciistiche di grande fascino (Super-Besse, Mont Dore e Le Lioran), le cui piste e impianti sono degni delle più rinomate stazioni invernali delle Alpi.



2

### Cantal, sci stretti ai piedi del vulcano



*... chilometri di piste segnate e battute, disegnate per il classico o lo skating, per muoversi tra vaste pinete, altipiani basaltici, e circhi glaciali...*

3



4

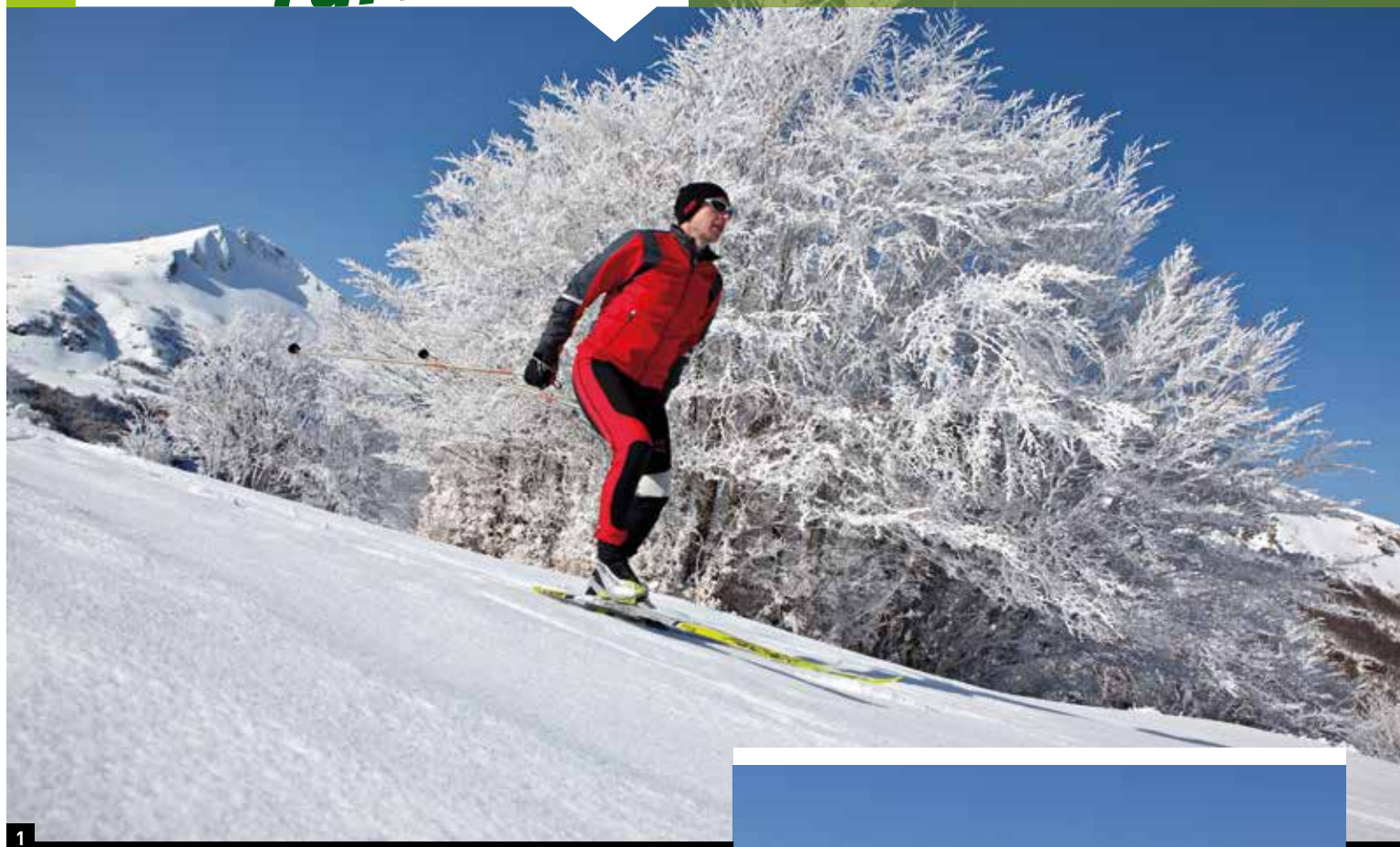
1. Piste di fondo nella zona del Puy Griou
2. Verso il Rifugio Buron
3. Il Rifugio Buron al Col De Prat De Bouc
4. Il tracciato più lungo del Complesso Del Col Du Prat De Bouc - The Red Biches
- 5/6. Il Rifugio Buron



5



6



1

### Info e contatti

Una casa del XV secolo nel cuore della cittadina medievale di Murat, situata a 10 chilometri dalla località sciistica di Le Lioran, e dal Centro dello Sci Nordico di Prat de Bouc. Un'ospitalità d'altri tempi, assicurata dalla gentilezza dei gestori. Solo quattro stanze ed una sala da the con 50 essenze diverse provenienti dai cinque continenti. Questa è la **Maison de Justine**, per ristrutturare la quale e per preservare l'autenticità della sua anima, sono stati utilizzati materiali nobili come la pietra, la calce e legno. Situata a 920 metri di altitudine, la città di Murat gode di una posizione geografica eccezionale. Si trova infatti nel cuore dei monti del Cantal e del Parco Naturale Regionale dei Vulcani d'Alvernia, ed il suo centro medievale custodisce ancora molte case antiche con i tetti in pietra lusa, che esaltano il fascino del luogo.

Sette notti a febbraio 2017, nella stanza matrimoniale Regina Margot, con bagno privato, vasca antica in piedi e servizi igienici separati. **Prezzo: 80,00 Euro per notte**, tasse e colazione inclusi, con accesso Wi-Fi gratuito.

La colazione è arricchita dai prodotti locali quali marmellate, miele, prodotti agricoli locali e dolci. Sono serviti dalle 08:30 alle 10:00.

**Maison de Justine** - 4 Place Gandilhon Gens d'Armes, 15300 Murat- tel. +33 471207572



2

1. Le piste di Puy Griou

2. Verso Il Rifugio Buron

## Cantal, sci stretti ai piedi del vulcano



1

### → I formaggi e la cucina dell'Auvergne

Affermare che per noi italiani la gastronomia degli altri Paesi non potrà mai competere con la nostra cucina non è solo la sacrosanta verità, ma un assioma ormai acquisito anche all'estero. È peraltro doveroso riconoscere a questa regione francese un ruolo di primo piano in alcuni settori dell'enogastronomia, grazie ad alcuni piatti tipici regionali di buon livello e ottimi vini da abbinare ai cibi locali. Il dramma, semmai, arriva alla fine quando vi chiedono se gradite un caffè!

In quasi tutta la regione dell'Auvergne troverete diverse versioni di la truffade, una sorta di pasticcio di patate, assemblato con formaggio fresco del Cantal, pancetta affumicata, prezzemolo, pepe e aglio tritato. Gettonatissimo anche le coq au vin rouge (oppure au vin de Chanturgue), la cui paternità è rivendicata anche dalla Borgogna e dall'Alsazia. Di fatto, è uno stufato di tranci di pollo, con aggiunta di lardo, aglio, cipolle, cognac, carote, lauro e timo e, naturalmente, vino rosso. Amatissimo dal Commissario Maigret, il personaggio creato da Georges Simenon, lo troviamo citato in quasi tutti i suoi romanzi. Tra i formaggi, suggeriamo di scegliere tra le Cantal, le Bleu d'Auvergne, le Gaperon, le Saint-Nectaire e la Fourme d'Ambert, tutti prodotti locali. I vini dell'Auvergne non raggiungono il bouquet di quelli della Borgogna, ma un calice di rosso della Cotes d'Auvergne (ci sono anche le versioni rosato e bianco) o di quella di Saint Pourcain, non sfigurano neppure sulle tavole più raffinate.

1. Prat-de-Bouc

2. Fatbike a Prat-de-Bouc

3. Periodo sbagliato...



1

### → Bike: la cronoscalata del Prat de Bouc

Infine concludiamo con una disciplina molto vicina alla nostra, il ciclismo, per proporre ai lettori di SciFondo una pedalata verso il cielo: il Prat de Bouc. È una delle cronoscalate più affascinanti e impegnative che il Tour de France ha riproposto per tre edizioni. Ricordiamo in proposito la vittoria di Merckx nel 1975 e quelle di Richard Virenque nel 2004 e dell'olandese Jonny Hoogerland nel 2011. E' una salita coi controcicchi che inizia ai 900 metri della cittadina di Murat, e termina sulla vetta posta a 1.396 metri, con una lunghezza di 8,20 chilometri, una pendenza media del 6,16% ed una punta massima del 9,8%. La salita inizia all'uscita dell'abitato di Murat, poco prima della frazione di Martinet, dopo una ripida rampa iniziale. Successivamente la pendenza è regolare e, prima del Pont Barn Magne, una pausa permette di prendere fiato prima del paese di Albepierre, Altri 1.050 metri ed inizia il vero divertimento con un passaggio relativamente ripido distribuito in un solo chilometro. La parte successiva, è meno ripida, ed offre una superba vista sulla valle, prima di passare dal Ponte di Ferro affrontando la salita finale che porta alla stazione di Prat de Bouc. ¶



3



Prat De Bouc vista dall'aereo

### Info e contatti

- **Ufficio Turistico** 04 71495008
- **Scuola sci fondo** tel. 04 71495025  
[www.alvernia-turismo.it](http://www.alvernia-turismo.it) - [www.pratdebouc-cant.fr](http://www.pratdebouc-cant.fr)  
contact@pratdebouc-cantal.fr - tel. 04 71232639 - [foyer-nordique-haute-planeze.com](http://foyer-nordique-haute-planeze.com)
- **Lezioni private:**
  - 1 ora: 49,00 Euro;
  - 2 ore: 94 Euro;
  - collettive (sabato e domenica): 24,00 euro;
  - 6 lezioni di un'ora: 120,00 Euro.
- **Noleggio attrezzatura** (6 giorni): 45,00 Euro
- **Introduzione al biathlon** di due ore, con fucile laser.



### Cantal, sci stretti ai piedi del vulcano



1



2



3

1. Prat-de-Bouc
2. Poulka a Prat-de-Bouc
3. Sleddog lungo la pista polivalente

### DA SAPERE

#### Come arrivare

- Purtroppo l'aeroporto di Clermont Ferrand non è collegato direttamente con alcuna città in Italia. Si deve sempre fare scalo a Parigi.
- Con l'auto, considerate circa sei ore da Milano e poco meno di cinque da Torino, facendo il traforo del Frejus, quindi Chambery, Lione, Clermont-Ferrand. Dal capoluogo, per raggiungere Le Lioran e il Col de Prat de Bouc, ci sono invece ancora 120 chilometri (quasi due ore).
- Un'alternativa alla vostra auto, è il fly and drive, volando su Lione, Tolosa e Limoges ([www.airfrance.it](http://www.airfrance.it); [www.ryanair.com](http://www.ryanair.com); [www.twinjet.it](http://www.twinjet.it)) da diversi aeroporti italiani. Da Clermont Ferrand (170 km ad ovest di Lione) si imbocca la A75 fino a Massiac, dove si prende il bivio per Murat (N122) per 120 chilometri, 90 minuti d'auto.

#### Dove mangiare

- Benvenuti nel rifugio **Buron de Prat de Bouc**, una rilassante battuta d'arresto ai piedi delle piste, dove le mucche danno un latte che sa di liquirizia. È una fattoria d'altura che durante la guerra divenne il rifugio dei partigiani. Tre sale da pranzo (da 30 a 80 posti), e la sera, dopo la fatica, vin brulé aromatizzato con il mirtillo, da sorbire accanto al caminetto del '500. Da non perdere anche la truffade ou aligot salade, e la pachade, una deliziosa frittella con i mirtilli. (tel. 04 71733084 - [www.pratdebouc.fr/domaine](http://www.pratdebouc.fr/domaine))
  - **Le Relais de trois Rochers**, 44 avenue Hector Peschaud, 15300 Murat - tel. 04 71200751 - Si trova all'incrocio delle strade tra Aurillac et le Puy Mary, ed è conosciuto per la carne di Salers, l'ottima salsiccia locale, e la truffade.
  - **Ristorante Les Sagnes**, sulle piste di sci alpino di Le Lioran - tel. +33 471495064.
- Da non perdere tartufi e salsiccia, un autentico mito. E vogliamo parlare della torta ai mirtilli ?

#### Dove dormire

- È chiamato **Zoan** in omaggio alle figlie del proprietario (Zoe e Anouk), questo accogliente rifugio in grado di ospitare fino a 35 persone in dieci stanze da due a sei posti letto. Si trova al centro del Prat de Bouc, dove partono le piste del comprensorio. (tel. 04 71202092 - 06 98212397 [www.gite-pratdebouc.com](http://www.gite-pratdebouc.com))
- **Hotel Le Plombe du Cantal** - 1 le Bourg 15300 Albe-pierre-Bredons. Anne e Romain garantiscono una calda e seducente accoglienza nelle 14 stanze del loro albergo. Da vedere, nei pressi, la fattoria fortificata, la cava ed il ponte romano. Al ristorante, consigliamo i deliziosi dolci di Anna e il tortino di animelle. (tel. 04 71200402 - [www.hotelplombcantal.com](http://www.hotelplombcantal.com))
- **La Maison de Justine** - 4 Place Gandilhon Gens d'Armes, 15300 Murat. (tel. +33 4 71207572 - [www.hotes-cantal-justine.fr](http://www.hotes-cantal-justine.fr)). Quattro chambres d'hôtes arredate con raffinatezza, ed una seducente sala da the con 50 essenze diverse provenienti da tutto il mondo.