

# La Grande Traversée du Massif Central : les cols

La **GTMC** est un parcours VTT de 1380 km et 30.000 m de dénivelé. Il est balisé en intégralité, de la Bourgogne (Avallon) à la Méditerranée (Cap d'Agde).

Il est décrit sur son site officiel <https://www.la-gtmc.com/> où on peut télécharger le parcours, organiser ses étapes, visualiser les solutions d'hébergement (camping, chambres d'hôtes, gîtes, hôtels...), faire transporter ses bagages d'une étape à l'autre via [la malle postale](#) etc...

La première partie de la Traversée, de Avallon à Clermont-Ferrand, est assez pauvre en cols. Nous ne nous sommes donc intéressés qu'à la partie sud. De la **gare de Clermont-Ferrand à la gare TGV de Montpellier** (plus pratique que la gare TER du Cap d'Agde).

Pour un total de **901 km – 19.200 m de dénivelé et 96 cols**

Le parcours officiel nous a très largement inspiré. Mais, comme le feraient beaucoup de centcolistes, nous n'avons pas refusé l'idée d'aller chercher des cols proches, que ce soit par un petit détour ou un simple aller et retour.

Le parcours que nous décrivons, les traces gpx que nous publions, ne sont là que pour inspirer les randonneurs vététistes. A eux de peaufiner leurs étapes, leurs détours, leurs chemins, leurs variantes, d'évaluer les difficultés etc... Le parcours n'a pas été reconnu, aussi chacun l'aborde sous sa propre responsabilité.

[Partie 1 – De Clermont-Ferrand à Saint-Flour – 278 km – 6.450 m D+ - 27 cols](#)

[Partie 2 – De Saint-Flour à Florac – 201 km – 4.370 m D+ - 26 cols](#)

[Partie 3 – De Florac au Caylar – 219 km -5.330 m D+ - 25 cols](#)

[Partie 4 – Du Caylar à Montpellier – 203 km -3.050 m D+ - 18 cols](#)

## Partie 1 – De Clermont-Ferrand à Saint-Flour – 278 km – 6.450 m D+ - 27 cols

Points remarquables	Code	Altitude	km cumul	Dénivelé cumul	
<b>Clermont-Ferrand</b>		<b>400</b>			
Col de Bancillon	<a href="#">FR-63-0549</a>	551	5.2	209	
Blanzat		390	8.0	233	
Col de la Nugère	<a href="#">FR-63-0860</a>	875	19.7	790	
Le Bouchet		881	24.4	862	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p><i>Puy de Dôme La Chaîne des Puys</i></p> </div>	Col des Goules	<a href="#">FR-63-0997</a>	997	36.1	1112
	Col de Ceysnat	<a href="#">FR-63-1078</a>	1077	46.5	1325
	Col de la Moréno	<a href="#">FR-63-1062</a>	1062	50.3	1467
	Col Entre les Puys Mercoeur et Lassolas	<a href="#">FR-63-1112</a>	1112	54.4	1537
	Col de la Ventouse	<a href="#">FR-63-0964</a>	964	60.0	1563
Aydat		950	63.0	1621	
Col de l'Ouire	<a href="#">FR-63-1436</a>	1435	80.0	2118	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p><i>Puy de Sancy</i></p> </div>	Col de Guéry	<a href="#">FR-63-1268</a>	1268	81.7	2118
	Col de la Croix Morand	<a href="#">FR-63-1401</a>	1401	88.0	2333
	Col de Dyane	<a href="#">FR-63-1265</a>	1265	91.2	2374
	Chambon-sur-Lac		886	96.4	2383
	Besse en Chandesse		1041	110.0	2780
Col de la Chaumoune	<a href="#">FR-63-1155</a>	1154	126.3	3210	
La Godivelle		1204	132.4	3340	
Col de la Volpilière	<a href="#">FR-63-1230</a>	1227	137.5	3390	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p><i>Le Cézallier</i></p> </div>	Col de Vestizoux	<a href="#">FR-63-1317</a>	1317	145.5	3540
	Col de Chamaroux	<a href="#">FR-63-1291</a>	1291	151.8	3715
	Col de Fortunier	<a href="#">FR-15-1280</a>	1279	160.0	3856
	Col de la Vazèze	<a href="#">FR-63-1295</a>	1294	166.0	3935
	Col de Chanusclade	<a href="#">FR-15-1279</a>	1276	171.5	4045
	Col de la Croix de Baptiste	<a href="#">FR-15-1229</a>	1228	179.7	4280
	Col du Baladour	<a href="#">FR-15-1207</a>	1207	181.3	4293
	Allanche		980	185.8	4334
	Col de Combalut	<a href="#">FR-15-1194</a>	1196	190.4	4522
	Col de la Croix de Lampre	<a href="#">FR-15-1199</a>	1198	194.5	4638
Murat		899	217.1	4940	
Col de Font de Cère	<a href="#">FR-15-1289</a>	1290	231.3	5410	
Col de Cère	<a href="#">FR-15-1294</a>	1294	232.4	5440	
Le Lioran		1250	233.2	5440	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p><i>Plomb du Cantal</i></p> </div>	Pas des Alpins	<a href="#">FR-15-1750</a>	1750	237.2	5980
	Plomb du Cantal		1815 - (1855)	238.1	6045
	Col de la Tombe du Père	<a href="#">FR-15-1586</a>	1586	239.9	6045
	Col de Prat de Bouc	<a href="#">FR-15-1396</a>	1396	242.2	6045
<b>St Flour</b>		<b>881</b>	<b>277.7</b>	<b>6450</b>	

Trace : [Openrunner n°15363019](#)

## Partie 2 – De Saint-Flour à Florac – 201 km – 4.370 m D+ - 26 cols

Points remarquables	Code	Altitude	km cumul	Dénivelé cumul	
<b>St Flour</b>		<b>881</b>			
<b>Monts de la Margeride</b>	Col du Signal	<a href="#">FR-15-1356</a>	1355	22.3	780
	Portus d'Auzenc	<a href="#">FR-15-1369</a>	1368	38.6	1025
	Col de la Croix du Fau	<a href="#">FR-48-1268</a>	1268	42.9	1059
	Pas de l'Ane	<a href="#">FR-48-1104</a>	1193	48.3	1161
	Col de la Gette	<a href="#">FR-48-1347</a>	1347	51.5	1319
	Col de Montruffet	<a href="#">FR-48-1175</a>	1175	56.5	1343
	Col de la Barte	<a href="#">FR-48-1422</a>	1423	72.5	1800
	Col de la Baraque des Bouviers	<a href="#">FR-48-1418</a>	1420	79.0	1918
	Col de la Croix de Bor	<a href="#">FR-48-1417</a>	1418	82.0	1970
	Col des Trois Soeurs	<a href="#">FR-48-1452</a>	1452	84.5	2010
	Col des Quatre Chemins	<a href="#">FR-48-1284</a>	1284	94.1	2080
	Col du Cheval Mort	<a href="#">FR-48-1454</a>	1454	100.7	2350
	Col de Charpal	<a href="#">FR-48-1400</a>	1375	109.4	2475
	Col de la Pierre Plantée	<a href="#">FR-48-1263</a>	1264	120.8	2530
Col du Goulet	<a href="#">FR-48-1463</a>	1459	131.2	2800	
Le Bleynard		1069	137.0	2810	
<b>Mont Lozère</b>	Col des Tribes	<a href="#">FR-48-1131</a>	1130	139.5	2865
	Col Santel	<a href="#">FR-48-1195</a>	1193	143.6	3080
	Col de Finiels	<a href="#">FR-48-1541</a>	1541	150.6	3400
	Col de l'Ancise	<a href="#">FR-48-1239</a>	1240	164.3	3490
	Le Pont-de-Montvert		873	168.7	3490
Col du Pont sans Eau	<a href="#">FR-48-1086a</a>	1087	172.1	3700	
Col du Bougès	<a href="#">FR-48-1308</a>	1307	183.0	4140	
Col de la Planette	<a href="#">FR-48-1292</a>	1292	184.3	4155	
<b>Mont de Ramponenche</b>	Col du Sapet	<a href="#">FR-48-1080</a>	1079	190.2	4290
	Col de l'Ancise	<a href="#">FR-48-1026</a>	1026	192.8	4310
	Col de Perpau	<a href="#">FR-48-0952</a>	952	194.2	4320
	Le Sellet	<a href="#">FR-48-0942</a>	942	195.0	4320
<b>Florac</b>		<b>550</b>	<b>201.2</b>	<b>4370</b>	

Trace : [Openrunner n°15372989](#)

## Partie 3 – De Florac au Caylar – 219 km -5.330 m D+ - 25 cols

Points remarquables	Code	Altitude	km cumul	Dénivelé cumul
<b>Florac</b>		<b>550</b>		
<i>Gorges du Tarn</i>				
Col de Pierre Plate	<a href="#">FR-48-1015a</a>	1018	4.4	460
Montbrun		570	14.3	500
St-Chély-du-Tarn		476	31.5	750
<i>Mont Aigoual</i>				
Col de Coperlac	<a href="#">FR-48-0903</a>	903	35.8	1150
Col de Perjuret	<a href="#">FR-48-1028</a>	1030	55.7	1544
Col de Fourques	<a href="#">FR-48-1040</a>	1043	57.2	1585
Col de l'Estrade	<a href="#">FR-48-1189</a>	1183	68.3	1980
Col de Trépaloup	<a href="#">FR-30-1503</a>	1500	73.7	2330
Mont Aigoual		1565	74.3	2350
Col de Prat Peyrot	<a href="#">FR-30-1415</a>	1411	77.0	2390
Col de la Fosse aux Loups	<a href="#">FR-48-1445</a>	1438	78.2	2400
Col de la Caumette	<a href="#">FR-30-1455</a>	1455	79.1	2400
Col de la Serreyrède	<a href="#">FR-30-1299</a>	1299	82.4	2400
Col de la Pierre Plantée	<a href="#">FR-30-1285b</a>	1286	83.2	2400
Col de l'Espérou	<a href="#">FR-30-1325</a>	1329	85.3	2440
L'Espérou		1223	86.2	2450
Col de la Lusette	<a href="#">FR-30-1351</a>	1351	91.1	2590
Col de Montals	<a href="#">FR-30-1305</a>	1308	94.2	2620
Col de Giralenque	<a href="#">FR-30-1270</a>	1270	95.5	2630
Col du Minier	<a href="#">FR-30-1264</a>	1265	99.6	2700
Col de la Broue	<a href="#">FR-30-1102</a>	1102	102.9	2700
Col de la Sablière	<a href="#">FR-30-1025</a>	1014	104.7	2700
Col de la Cravate	<a href="#">FR-30-0960</a>	960	105.8	2700
Col d'Esparon	<a href="#">FR-30-0580</a>	580	120.1	3030
Le Vigan		224	128.3	3080
Col de Bouliech	<a href="#">FR-30-0365</a>	365	134.0	3250
Col du Perras	<a href="#">FR-30-0598</a>	598	143.1	3630
Col des Aires	<a href="#">FR-30-0520</a>	520	144.7	3630
Montdardier		616	152.5	3870
Col de Fontaret	<a href="#">FR-30-0714a</a>	713	166.3	4170
<i>Cirque de Navacelles</i>		616	170.0	4200
<i>Le Larzac</i>				
Col de la Barrière	<a href="#">FR-30-0809</a>	809	191.8	4950
La Couvertoirade		782	207.6	5200
<b>Le Caylar</b>		<b>746</b>	<b>218.5</b>	<b>5330</b>

Trace : [Openrunner n° 15375580](#)

## Partie 4 – Du Caylar à Montpellier – 203 km -3.050 m D+ - 18 cols

Points remarquables	Code	Altitude	km cumul	Dénivelé cumul		
<b>Le Caylar</b>		<b>746</b>				
Pas des Gavaches	<a href="#">FR-34-0745a</a>	747	1.8	10		
Pas de la Livre	<a href="#">FR-12-0859</a>	858	8.8	160		
<b>Les Monts d'Orb</b>	Col de l'Engayresque	<a href="#">FR-34-0828</a>	828	14.6	235	
	Col du Perthus	<a href="#">FR-34-0700b</a>	678	17.8	235	
	Col Rouge	<a href="#">FR-34-0785b</a>	754	23.9	400	
	Col du Roube	<a href="#">FR-34-0434</a>	433	30.4	435	
	Joncels		387	33.6	500	
	Lunas		275	39.8	600	
	Col de Dio	<a href="#">FR-34-0338</a>	338	48.5	930	
	Col des Baumes	<a href="#">FR-34-0384</a>	383	51.2	1040	
	Col de la Merquièrè	<a href="#">FR-34-0372</a>	369	52.9	1080	
	<b>Lac du Salagou</b>	Col des Détroits	<a href="#">FR-34-0156</a>	153	67.2	1230
		Col de Gageot	<a href="#">FR-34-0200a</a>	200	74.5	1335
	Clermont-L'Hérault		116	77.3	1350	
Le Trescol	<a href="#">FR-34-0245b</a>	243	89.3	1690		
Col du Terme	<a href="#">FR-34-0316</a>	316	100.2	2030		
Col de la Fieyre	<a href="#">FR-34-0145</a>	145	106.7	2100		
Pézenas		20	132.6	2370		
Pas d'Estang	<a href="#">FR-34-0070</a>	70	152.7	2620		
<b>Montagne de la Gardiole</b>	Col de Gigean	<a href="#">FR-34-0145a</a>	145	171.2	2810	
	Col de la Tortue	<a href="#">FR-34-0082</a>	82	178.6	2900	
	Col de Montméjean	<a href="#">FR-34-0114</a>	112	184.2	2980	
<b>Montpellier</b>		<b>18</b>	<b>203.3</b>	<b>3050</b>		

Trace : [Openrunner n°15376350](#)