



# Parcours

## Septembre 2019



### Départ 8 h du Château du Terral

Responsable : Pierre Barbezier  
Tel : 06 82 95 58 99

---

**Pour les débutants :** des sorties encadrées par des cyclos confirmés, sont organisées en fonction de la demande, le mercredi et le samedi. Contacter les responsables pour participer. Les départs ont lieu depuis le château du Terral à 9H 30

**Pour les visiteurs de notre site.** Si vous souhaitez faire un essai avec nous sur ces parcours c'est avec plaisir que nous vous accueillerons. Pour cela il vous faut contacter un de nos responsables (voir coordonnées plus haut)

### Tous les vendredis (matins) sortie VAE

Départ du Terral à 8h30 – Parcours entre 50 et 60 km

---

### Dimanche 01/09

#### **Forum des associations / Parc du château du Terral**

Matinée pour les membres du bureau.

**Présence souhaitée des adhérents** après la sortie de Fabrègues pour partager un **Pique-nique offert par le club**

**et Dimanche 01/09 . Randonnée Fabrègquoise** Organisée par le Cyclo Club de Fabrègues .

**( Frais inscriptions pris en charge par le club )**

**Présence souhaitée d'un maximum de membres .**

**Route ( 70 km ou 90 km ) Pour la route : Départ 7h30 du Terral**

**VTT 20 km et 40 km ( Consignes données par PP)**

---

### Mardi 03/09, 88 km

St Jean -St Georges – Murviel – Cournonterral – Cardonet – Aumelas – **Vandémian (pause café )** – St Pargoire – St Pons de Mauchien – Abbaye de Valmagne – Villeveyrac – Cournonterral – St Jean.

## **Jeudi 05/09 – 80 km**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – Gigean -Poussan - **Villeveyrac (pause café)** - Abbaye de Valmagne – Mèze - Poussan – Montbazin – Fabrègues (voie Romaine) – St Jean

## **Dimanche 08/09**

**Groupe 1 – 80 km** : St Jean – Bel Air – St Paul – **Gignac (pause- café offert par le club)** – Lagamas – Montpeyroux – St Jean de Fos - Mur d’Aniane – Puéchabon - Argelliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

**Groupe 2 – 70 km** : A partir de Gignac – Aniane – Puechabon – Argelliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

## **Mardi 10/09**

### **Sortie journée 123 km D+ 1260 m** **openrunner N° 6613899**

St Jean – Cournonterral – Cardonet – **Cabrials (pause-café)** – St Pargoire – Campagnan – Paulhan – Aspiran – Lieuran-Cabrières – Villeneuveville – Mourèze – Salasc – Liausson – **Clermont (78 km repas)** – Brignac – Le Pouget – Aumelas – St Paul – Bel Air – St Jean  
**Boissons offertes par le club à l’arrivée de la journée .**

**Matinée - 81 km** . Idem jusqu’à Cabrials – Villeveyrac Abbaye de Valmagne –Loupian – Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

## **Jeudi 12/09 – 84 km D+ 898m**

Saint-Jean - Pignan - Murviel – **Saint Paul ( Pause café )** - La Taillade - Aumelas - Saint-Bauzille-de-la-Sylve - Popian- Pouzols - Le Pouget - Villeveyrac - Cournonterral - Saussan - Lavérune - Saint-Jean.

## **Dimanche 15/09 –**

**Randonnée de la Tour à Gignac .....Retirée du Programme**

## **Dimanche 15/09 –**

**Matinée 80 km** : St Jean – Bel Air – Grabels – Murles – **Viols le Fort (pause-café)** – Les Matelettes - Puechabon – Aniane – La Boissière – St Paul - Bel Air – St Jean.

---

**Mardi 17/09**

**Sortie journée 130 km D+ 1996 m**

Saint Jean - Saint-Georges - Murviel - Montarnaud - Argelliers - Puéchabon - **Saint-Jean-de-Fos (café)** - Arboras - la Rouquette - Saint-Jean-de-la-Blaquière – Loiras – St Martin - Cartel - Octon - Salasc - Mourèze - **Clermont (repas)** - Le Pouget - Aumelas - Bel-Air - Saint-Georges - Saint-Jean :

**Variante** : A partir de Cartels – Lacoste – Clermont (repas) retour sur parcours.

**Boissons offertes par le club à l'arrivée de la journée .**

**Ou Matinée - 84 km .** Commun jusqu'à **Saint-Jean-de-Fos (café)** - Lagamas - Gignac - St Bauzille de la sylve – Aumelas - La Taillade – St Paul – Bel Air – St Jean

---

---

**Jeudi 19/09 – 80 km**

St Jean — Bel Air — Grabels — St Gély— **Les Matelles (pause café)** — St Jean de Cuculles — St Mathieu -de-Trévières — St Croix de Quintillargues — Assas — Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean

---

**Dimanche 22/09 - 92 km - D+ 1085**

**Rando la Cyclobordaise** Organisée par le Club d'Aubord / parcours 75 et 90 km.

**Rendez- vous chez ALAIN à 6h45 pour un Départ à 7h .**  
Covoiturage à organiser + Repas ( inscriptions )

**Frais d'inscriptions, pris en charge par le club**  
**Possibilité de repas sur place, pris en charge par le club .**

ou

**Matinée 75 km :** Saint-Jean - Bel-air - Grabels - Murles - **Viols-le-Fort (café)** - Viols en Laval - les Matelles – St Gély – Grabels – Bel Air - St Jean

---

**Mardi 24/09**

Sortie journée déportée à St Bazille de Putois avec plusieurs cols en Cévennes -  
**110 km D+ 1600 m** - Openrunner N° 8804054

### **Départ du Terral à 7h**

St Bazille de Putois – Montoulieu – St Hippolyte du Fort – Col du Rédarès (423 m) –  
**Lasalle (pause café)** – Col du Mercou (570 m) – L'Estréchure – Saumane – Les Plantiers – Col  
du Pas (833m) – **Valleraugue (69 km repas)** – Le Gasquet – Notre Dame de la Rouvière – Col  
de la Triballe (612 m) – St Marcial – Sumène – Ganges – St Bazille de Putois

**Boissons offertes par le club à l'arrivée de la journée .**

**Ou Matinée 87 km** : St Jean – Bel Air – St Paul – La Boissière – **Aniane (pause café)** –  
Gignac – St Bazille de la Sylve – Vandémian - Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St  
Jean

---

### **Jeudi 26/09 – 80 km**

St Jean – Bel Air – Vailhauques – Montarnaud – La Boissière – **Aniane (pause-café)** -  
Puéchabon – Viols le fort – Viols en Laval – St Gély – Grabels – Bel Air – St Jean

---

**Samedi 28/09** Randonnée des Bosses de Provence **56** ou **78 km**  
Ouvert aux VAE

**Départ vendredi 27/09 : 17h30 du Terral**

**Hébergement sur place**

**Frais d'inscription pris en charge par le club**

---

---

**Dimanche 29/09** Reconnaissance Randonnée de la MARQUEROSE

**Parcours 73 et 91 km**

**Pause-café à Cabrials : Café offert par le club**