



Parcours Juillet 2017



Départ 7 h 30 du Château du Terral

Dimanche 02/07 – 88 km D+ 925 m

St Jean – Bel Air – Grabels – St Clément – Prades – Assas (pause café) – St Mathieu – Pic St Loup – St Martin – Viols le Fort – Vailhauquès – Côte des Pompiers – Bel Air St Jean

Mardi 04/07 – 85 km

St Jean – Bel Air – St Paul – La Boissière – Aniane (pause café) – Gignac – St Bauzille de la Sylve – Vandémian - Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

Jeudi 06/07 – 88 km D+ 800 m

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

Du Vendredi 07 au dimanche 09/07

Stage dans les Alpes avec les cols avec le col de la Bonnette.

Dimanche 09/07 - 86 km – D+ 1000 m

Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud - La Boissière – Aniane (pause café) St Jean de Fos – Montpeyroux – Pied Arboras – St Saturnin – Joncquières - St André de Sangonis - Gignac — St Paul – Bel Air – St Jean

Mardi 11/07 – 88 km D+ 700 m

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause café)** – Abbaye de Valmagne -
Mèze - Bouzigues – Balaruc – Frontignan – Vic la gardiole – Villeneuve – St Jean

Jeudi 13/07 – 93 km D+ 1015 m

St Jean – Bel Air – Vailhauquès – Viols le Fort – St Martin (pause café) – Pic S t Loup – Le
Rouet – Valflaunès – St Mathieu – St Jean de Cuculles – St Gély – Grabels – Bel Air St Jean

Dimanche 16/07 - 90 km

St Jean – cournonterral – **Villveyrac (pause café)** – Abbaye de Valmagne – Montagnac –
Castelnaud de Guers – Pinet – Mèze – Poussan (piste cyclable) – Montbazin – St Jean par voie
Romaine

Mardi 18/07 – Mont Aigoual 115 km – D+ 1620 m

Openrunner N° : 6267937

Sortie journée déportée à St Bauzille de Putois

Départ du Terral à 6h30

St Bauzille – Ganges – Pont d’Hérault – **Le Vigan (pause café)** – Col du Minier – L’Espérou –
Mont Aigoual (60 km repas) – Valraugues – Pont d’Hérault – Ganges St Bauzille

Jeudi 20/07 85 km D+ 1000 m

St Jean – Pignan - Murviel, - Montarnaud – Argelliers - La Boissière - **Aniane,(pause café)** –
Puechabon - Viols le Fort – Vailhauquès - Bel-Air- St Jean

Dimanche 23/07- 90 km D+ 800 M

St Jean – Bel Air – Montarnaud – Argelliers – Les Matelletes – **Viols le Fort (pause café)** – St
Matin de Londres – Pic St Loup – St Mathieu - St Jean de Cuculles – Les Matelles – Source du
Lez – St Clément – Grabels – Bel Air – St Jean

Mardi 25/07 – Mont de l’Espinouse – 119 km D+ 2000 m

Sortie journée déportée à BEDARIEUX avec Croix de Mounis et le lac du Laouzas. –

Openrunner N° 111741

Départ du Terral à 6h30

Bédarieux – Hérépian – Villemagne – **St Gervais sur mare (pause café)** – Croix de Mounis (808 m) – Murat – lac du Laouzas – col de Frajure (957m) – **Fraise sur Agout (67 km repas)** – col de Fonfroide (972 m) – Cambon – Salvergues – Sommet de l’Espinouse (1119 m) – col de l’ Ourtigas – (988m) – Col de Mazdale (691 m) – Le Pujol sur Orb – Hérépian - Bédarieux

Jeudi 27/07 – 82 km

St Jean – St Georges – Murviel – Montarnaud – Argeliers – Puechabon – **St Jean de Fos (pause café)** – Lagamas - Gignac- St Bauzille de la sylve – Aumelas - La Taillade – St Paul - Bel Air – St Jean

Dimanche 30/07 – 92 km

St Jean –Pignan – Murviel – St Paul – La Boissiere – **Aniane (pause café)** – Puechabon — Viols le Fort—St Martin — Pic St Loup — St Jean de Cuculles — les Matelles - St Gély - Grabels – Bel Air – St Jean