



## Départ 9 h du Château du Terral

Responsable : Michel COMES - Port : 06 13 15 58 03

---

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

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

---

### Jeudi 01/12 – 70 km

St Jean – Cournonterral – Cournonsec – SPA - **Vic la Gardiole ( pause café )** – Frontignan – Balaruc les Bains – Poussan – Fabrègues par voie Romaine – St Jean

---

### Dimanche 04/12 - 67km

#### **Point Café organisé par le club de Mèze à l'Abbaye de Valmagne**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – Villeveyrac- **Abbaye de Valmagne Point Café** – Loupian - Poussan par piste cyclable – Fabrègues par voie romaine – St Jean

**Groupe 2 - 55 km**: A partir de **Villeveyrac (pause café)** – Loupian - Poussan par piste cyclable – Fabrègues par voie romaine – St Jean

---

### Mardi 08/12 – 65km

St Jea – Bel Air – **St Paul ( pause café )** – La Boissière - Montarnaud – Vailhauquès – Grabels – Bel Air – St jean

---



### **Jeudi 08/12 – 67km**

St Jean – Bel Air – Montarnaud – Argeliers – Puéchabon – **Aniane ( Pause café )** – La Boissière – St Paul – Bel Air – St Jean

---

### **Dimanche 11/12 – 68 km**

St Jean - St Georges – Murviel – **St Paul (pause café)** – Gignac – Aniane – La Boissière – Montarnaud - Bel Air – St Jean -

**Groupe 2 – 52 km** : A partir de St Paul – La Boissière – Argeliers - Montarnaud - Bel Air – St Jean -

---

### **Mardi 13/12 – 68 km**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause café)** – Abbaye de Valmagne – Loupian - Poussan – Montbazin – Fabrègues par voie romaine – St Jean

---

### **Jeudi 15/12 – 66 km**

St Jean – St Gorges – Murviel – Les 4 pilas - Bel Air – Grabels – St Gély (pause café) – Les Matelles – Source du Lez – St Clément – Grabels – Bel Air St Jean.

---

### **Dimanche – 18/12- 70 km**

#### **Point Café organisé par le club de Frontignan à Montbazin**

St Jean – Cournonterral – **Montbazin (Point café)** – Poussan – Balaruc les bains – Frontignan – Vic la Gardiole – Cournonterral – Fabrègues - St Jean

**Groupe 2 – 60 km** : A partir de Montbazin - Poussan – Balaruc les usines – Frontignan – Vic – Mireval – Villeneuve – St Jean

---



### **Mardi – 20/12 - 67 km**

St Jean – Bel Air – Montarnaud – Argeliers – Puéchabon – **Aniane (pause café)** – La Boissière – St Paul – Bel Air – St Jean

### **Jeudi 22/12 – 65 km**

St Jean – Bel Air – Grabels – **St Gély (pause café)** – Les Matelles – Source du Lez – St Clément – Grabels - Bel Air – St Jean

---

### **Samedi 24/12 – 60 km**

St Jean – Cournonterral – Counonsec – à gauche dirction RN113 – SPA - Golf de Fabrègues – **Vic la gardiole (pause café)** – Villeneuve – Maurin – St Jean

---

### **Mardi 27/12 – 63 km**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – Poussan – **Balaruc (pause café)** – Frontignan – Vic – Cournonterral – St Jean

---

### **Jeudi 29/12 – 63 km**

St Jean — Bel Air — Grabels — **St Gély (pause café)** — Les Matelles — Le Triadou — Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean

---

### **Samedi /12 – 65 km**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – Poussan – **Balaruc (pause café)** – Frontignan – Vic – Golf de Fabrègues – Fabrègues – St Jean

