



## Parcours

Mars 2018



### Départ 8 h 30 du Château du Terral

Responsable : Patrick ROBERT – Port : 06 47 82 23 56  
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 souhaitez faire un essai sur ces parcours c'est avec plaisir que nous vous accueillerons. Pour cela il vous faut contacter notre responsable (voir coordonnées plus haut)

---

#### Dimanche 04/03

##### Randonnée du Salagou à Clermont l'Hérault - Campotel en bordure du lac.

3 parcours sont proposés : 81 – 66 – 43 km - Saucisse grillée à l'arrivée

Inscriptions prises en charge par le club

Rendez-vous 7 h 15 au Terral pour covoiturage ou 8 h sur place

Ou départ du Terral 8 h 30 - 80 km

ST Jean – St Georges – Murviel – St Paul – Gignac – **Aniane (pause café)** – Puéchabon – Argeliers – Vailhauquès – Côte des pompier – Bel Air – St Jean

---

#### Mardi 06/03

##### Sortie journée – 125 km D+ 1200m

St Jean – Cournonterral – **Villeveyrac – (pause café)** – Abbaye de Valmagne – St Pons – St Pargoire – Campagnan – Paulhan - Adissan – Nizas – Caux – Roujan – Margon – Alignan du Vent – Tourbes – **Pézenas (75 km repas)** – Castelnau de Guers – Pinet – Loupian- Poussan- Montbazin – Fabrègues – St Jean

**Matinée – 70 km** : A partir de Villeveyrac – Mèze – Balaruc – Frontignan- Vic la Gardiole – Golf de Fabrègues – St Jean

---

## **Jeudi – 08/03 - 78 km**

St Jean – St Georges – Murviel – Montarnaud – Argeliers – Puéchabon – **Aniane (pause café)**  
– Gignac – La Taillade – Cardonet – Cournonterral – St Jean

---

## **Dimanche 11/03 – 80 km**

St Jean - St Georges – Murviel – **St Paul (pause café)** – Gignac – Montpeyrroux – St Jean de  
Fos – Mur d’Aniane - Puéchabon – Argeliers – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St  
Jean

**Groupe 2 - 70 km** : A partir de St Paul – La Boissière – Aniane – Puéchabon - Argeliers –  
Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

---

## **Mardi 13/03**

### **Sortie journée -125 km D+ 1100 m**

St Jean – Murviel – Montarnaud – Cantagrils – **Viols le Fort (pause café)** – Puéchabon – St  
Jean de Fos- Gignac – St Bauzille – Vandémian – **Villeveyrac ( 75 km repas - prévenir  
Natalie)** – Mèze Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

**Matinée - 75 km** : A partir de Gignac – St Paul – Bel Air – St Jean

---

## **Jeudi 15/03 – 80 km**

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

---

## **Dimanche 18/03 – 80 km**

St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Direction Prades – Source du Lez – **Les Matelles  
(pause café)** – Viols en Laval – Viols le Fort – Puéchabon – Argeliers – Montarnaud – Bel Air –  
St Jean

**Groupe 2 : 60 km** : A partir des Matelles – St Gély – Bas de Combaillaux – Côte des  
Pompiers – Bel Air – St Jean

---

## **Mardi 20/03**

### **Sortie journée -125 km D+ 1300 m**

St Jean – cournonterral – Cardonet – **Cabrials (pausecafé)** – St Pargoire – Campagnan –  
Paulhan – Cabrière – Villeneuvevete – Mourèze – Salasc – Lieusson – **Clermont l’Hérault  
(repas)** Brignac – Canet – Le Pouget – Aumelas – St Paul – Bel Air – St Jean.

**Matinée – 70 km** : A partir de St Pargoire – Villeveyrac – Montbazin – Cournonsec – SPA - Golf de Fabrègues – St Jean

---

### **Jeudi 22/03 – 80 km**

St Jean – St Georges – Bel Air – Grabels – St Gély – direction Prades – Source du lez – **les Matelles (pause café)** Viols le Fort – Les Matelettes – Argeliers – Vailhauquès – Bel Air – St Jean

---

### **Samedi 24/03**

**200 km AUDAX à Pézenas ( Contact Jean Marie Cayuela )**

**Stade municipal Avenue de Plaisance.**

---

### **Dimanche 25/03 – 80 km**

St Jean – Murviel – St Paul (pause café) – La Boissière – Aniane – Gignac – St Bauzille – Vendémian – Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

**Groupe 2 – 70 km** : A partir de St Paul – La Taillade – Vendémian - Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

---

### **Mardi 27/03 - Départ 8 h**

**Sortie journée - 130 km D+ 1300 m**

St Jean – Cournonterral – Cardonet – Aumelas – **Le Pouget (pause café)** – Canet – Aspiran-Fontès – avant Cabrières à gauche – La rouquette – Néffiès – Caux – Castelnaud de Gers – Pinet – Loupian – **Bouzigues ( 97 km repas)** Loupian – Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

**Possibilité de raccourcir le matin et l'après midi à 107 km**

A partir du Pouget - Plaissan – St Pargoire – St Pargoire – St Pons – Montagnac - Castelnaud de Gers – Pinet – Loupian – **Bouzigues (72 km repas)** – Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

**Matinée – 75 km** : A partir du Pouget – Plaissan – Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

---

### **Jeudi 29/03 – 80 km**

St Jean – Pigan – Murviel – Montarnaud – Argeliers – La Boissière – Aniane (pause café) – Puéchabon – Viols le Fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean