



Parcours

Août 2020



Départ 7h30 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)

En août, tous les dimanches, le café est offert par le club .

Dimanche 02/08

Groupe 1 - 88 km D+ 720 m : St Jean — Bel Air — Grabels — St Gély — **(Les Matelles café offert par le club)** — St Jean de Cuculles — St Mathieu de Trévières — St Bauzille — Montaud — Assas — Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean

Groupe 2 - 78 km : à partir St Mathieu – Assas - Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean.

Mardi 04/08

Sortie journée déportée à Ganges Le Tour du Saint Guiral
127 km / 1766 m D+ Départ 6h du Terral
Pas de covoiturage – voitures individuelles
Boissons offertes par le club à l'arrivée .

Ganges – Pont d'Hérault – **Le Vigan (pause-café)** – Molières Cavailhac – Alzon – Sauclières – St Jean du Bruel – Dourbies – **l'Espérou (repas 82 km)** – Valleraugue – Pont d'Hérault – Ganges

Ou Matinée sur St Jean 87 km : St Jean – Pignan- Murviel – St Paul – La Boissière – **Aniane (pause-café)** – St Jean de Fos – Montpeyroux - Lagamas - Gignac – St Bauzille - Aumelas – Cournonterral – St Jean

Jeudi 06/08 – 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

Dimanche 09/08

Groupe 1 - 86 km – D+ 1000 m

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

Groupe 2 – 75 km : a partir d'Aniane – Puéchabon – Viols le Fort – Les Matelettes – Argeliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Mardi 11/08

Sortie journée côte de Valmascle, Mourèze 121 km, 1380 m D+

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause-café)** – Côte de Cantagal - St Pargoire – Campagnan – Paulhan – Adissan – Fontès – Cabrières – Valmascle – Salasc – Mourèze – Villeneuve – **Clermont (80 km repas)** – Brignac – Canet – le Pouget – St Paul – Bel-air - St Jean

Matinée 73 km : à partir de St Pargoire – Vendémian – Aumelas – St Paul – Murviel – Pignan – Saint Jean

Jeudi 13/08 –

85 km D+ 1000 m - St Jean – Pignan - Murviel, - Montarnaud – Argeliers - La Boissière - **Aniane, (pause-café)** – Puechabon - Viols le Fort – Vailhauquès - Bel-Air- St Jean

Dimanche 16/08

Groupe 1 - 95 km D+ 850 m St Jean –St Georges- Bel Air – Montarnaud – Argeliers – Les Matelettes – **Viols le Fort (café offert par le club)** – St Martin de Londres – Pic St Loup – St Mathieu - St Jean de Cuculles – Les Matelles – Source du Lez – St Gély – Grabels – Bel Air – St Jean

Groupe 2 – 78 km : à partir de Viols le fort – Viols en Laval - Les Matelles – Source du Lez – St Gély – Bel Air – St Jean

Mardi 18/08 –
Sortie journée déportée : Monts de l'Espinouse
119 km D+ 2000 m
Départ 6h30 du Terral

Openrunner N° 111741

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

Boissons offertes par le club à l'arrivée .

Ou Matinée - 88 km D+ 925 m : St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Prades – **Assas (pause café)** – St Mathieu – Pic St Loup – St Martin – Viols le Fort – Vailhauquès – Côte des Pompiers – Bel Air St Jean

Jeudi 20/08 - 88 km D+ 980 m

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

Dimanche 23/08 –

Groupe 1 - 92 km D+ 800 m –

St Jean – St Georges -Bel Air – Montarnaud – Argeliers – Les Matelettes – **Viols le Fort (café offert par le club)** – St Martin de Londres – Pic St Loup – St Mathieu- St Gely – Grabels – St Jean.

Groupe 2 –82 km - Variante à partir de Viols le Fort – Viols en Laval – St Jean de Cuculle –St Mathieu – St Gely – Grabels – St Jean.

Mardi 25/08
Sortie Journée : les Lavagnes – Gorges de l'Hérault
119 km, 1425 m D+

St Jean - St Georges – Murviel – St Paul – **Gignac (30 km pause-café)** – Lagamas – Montpeyroux – avant Arboras à droite – **Les Lavagnes – Pégairolles** – avant St Jean de Buèges à droite – **Causse de la selle** – St Guilhem – **Aniane (85 km repas)** - La Boissière – St Paul – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Matinée 75 km : A partir de Montpeyroux : Aniane – Puéchabon – Argeliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Jeudi 27/08 - 85 km D+ 875 m

St Jean – Pignan Murviel – St Paul – La Boissière – **Aniane (Pause café)** - St Jean de Fos –
Lagamas - St André – Brignac – Canet – Le Pouget – Aumelas – St Paul – bel air – St Jean

Dimanche 30/08

Groupe 1 : 87 km D+ 920 m

St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Prades – **Assas (pause-café)** – St Mathieu – Pic St Loup
– St Martin – Viols le fort – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air - St Jean

Groupe 2 : 79 km

A partir de St Mathieu – St Jean de Cuculles – Les Matelles – St Gély – Bas de Combaillaux –
Bel-Air – Saint Georges – Saint Jean

Mardi 01/09 : 81 km

81 km : Saint-Jean - Cournonterral - Montbazin - **Villeveyrac (pause-café)** - abbaye de Valmagne
- Saint-Pons-de-Mauchiens - Saint-Pargoire - Campagnan - Bélarga – Plaissan – Cabrials –
Cardonnet – Cournonterral - route de Saussan - Saint-Jean par route de Béziers

Jeudi 03/09

Etape du Tour de France
Mont Aigoual – La Luzette