



Parcours Septembre 2020



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)

A partir de Septembre, tous les mercredis et Dimanches (matins)

Sorties VAE

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

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

Départ 7h du Terral : voitures personnelles

A confirmer selon ouverture ou non au public de la route vers la Luzette

Contacteur : Pierre Barbezier Tel : 06 82 95 58 99.

Ou Jeudi 03: 85 km D+ 1000 m - St Jean – Bel Air - Montarnaud – Argelliers - La Boissière - **Aniane, (pause-café)** -- St Jean de Fos – Lagamas - St André – Brignac – Canet – Le Pouget – Aumelas – St Paul – bel air – St Jean

Vendredi 04 / Samedi 05 / Dimanche 06

Le Pal 2020 organisation CTV , 21 participants .

Ou sur St Jean : Dimanche 06 : 85 km

Groupe 1 : 85 km : St Jean — Bel Air— Grabels — St Gély — **Les Matelles (pause-café)** - St Jean de Cuculles — St Mathieu-de-Trévières — **St Bauzille de Montmel – Montaud** — Assas — Prades — **St Gély**— Grabels - Bel-Air— St Jean

Groupe 2 : 75 km A partir de St Mathieu – Assas-Prades – St Gély – Grabels – Bel Air – St Jean

Mardi 08/09, 88 km

Groupe 1 : 88 km : St Jean -St Georges – Murviel – Cournonterral – Cardonnet – Aumelas – **Vendémian (pause-café)** – St Pargoire – St Pons de Mauchiens – Abbaye de Valmagne – Villeveyrac – Cournonterral – St Jean

Groupe 2 : 75 km : à partir de Vendémian : Villeveyrac – Cournonterral – Saint Jean

Jeudi 10/09 – 80 km

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

Dimanche 13/09

Café offert par le club)



Groupe 1 - 83 km D+ 1000m : St Jean – Pignan – Murviel – **Montarnaud (pause-café)** – Argeliers – La Boissière – Aniane – Puéchabon – Viols le fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air - St Jean

Groupe 2 - 72 km A partir de Argeliers – Puéchabon – Viols le Fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

Mardi 15/09

Sortie déportée à Bédarieux : On enchaîne les cols autour d'Avène

109 km D+ 1511 m

Départ Bédarieux : RV 7h au Terral

Strava

Bédarieux - la Tour sur Orb - Truscas – **Avène (pause-café)** - Servies - Col du Layrac - Col de Thalys - Mélagues - Tauriac de Camares - Cénomes - Col de Notre Dame – Ceilhes **(repas – 73 km)** - Col de l'Homme Mort - Joncels - Lunas - Caunas - Col de Dio - Le Mas Blanc – Bédarieux

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

Matinée sur St Jean - 81 km : St Jean – Cournonterral – Cardonnet – **Cabrials (pause-café)** – Villeveyrac - Abbaye de Valmagne –Loupian – Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

Jeudi 17/09 – 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 - St Jean

Dimanche 20/09

Café offert par le club



Groupe 1 – 82 km, 890 D+ avec côte de Cabrials : Saint-Jean, Lavérune, Cournonterral, Montbazin, **Villeveyrac (café)**, abbaye de Valmagne, Saint-Pons-de-Mauchiens, Saint-Pargoire, Campagnan- Belarga – Plaissan - Cabrials, Cardonnet, Cournonterral, route de Saussan, Lavérune, retour Saint-Jean par route de Béziers

Groupe 2 : 73 km - A partir de St Pargoire – Vandémian – Aumelas – Cardonnet – Cournonterral - route de Saussan, Lavérune, retour Saint-Jean par route de Béziers

Mardi 22/09

Sortie journée depuis St Jean : 130 km D+ 1996 m

Saint Jean - Saint-Georges - Murviel - Montarnaud - Argelliers - Puéchabon - **Saint-Jean-de-Fos (pause-café)** - Arboras - la Rouquette - Saint-Jean-de-la-Blaquière – Loiras – St Martin - Cartel - Octon - Salasc - Mourèze - **Clermont (repas – 87 km)** - Le Pouget - Aumelas - Bel-Air - Saint-Georges - Saint-Jean :

Variante : 121 km : 1551 m D+ : A partir de Cartels – Lacoste – **Clermont (repas78 km)** retour sur parcours.

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

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.

Jeudi 24/09 – 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 27/09

Groupe 1 – 80 km : St Jean – Bel Air – St Paul – **Gignac (pause-café)** - 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 29/09 - 84 km

St Jean – Bel Air – St Gély - **Les Matelles (pause café)** – St Jean de Cuculles – St Mathieu – Pic St Loup - St Martin de Londres – Viols le Fort – Les Matelettes – Argelliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Jeudi 01/10 – 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

Dimanche 04/10

Groupe 1 : 80 km Saint-Jean - Bel-air - Grabels - Murles – Vailhauques - **Viols-le-Fort (pause-café)**– Viols en Laval - Cazevielle – St Jean de Cuculles – Les Matelles - Saint-Gély - Grabels - Bel-air - Saint-Jean

Groupe 2 : 73 km : A partir de Viols en Laval - les Matelles – St Gély – Grabels – Bel Air –St Jean