



**Parcours**

**Août 2019**



**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)

**Tous les vendredis (matins) sortie VAE**

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

**Jeudi 01/08 – 87 km**

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

---

**Dimanche 04/08**

**Randonnée à Montblanc ( pour 100 km )**

**Rendez-vous 6h30 au Terral . (Covoiturage : Contacter Alain 06 48 30 46 42)**

**Frais Inscriptions + déplacements pris en charge par le club .**

Ou sur St Jean :

**Groupe 1 - 88 km D+ 720 m :** St Jean — Bel Air — Grabels — St Gély — **(Les Matelles pause-café)** — 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 06/08**

**Sortie déportée à Ganges**

L'Aigoual par la Luzette - 116 km D+ 2260 m – Openrunneur N° 8618104

**Rendez-vous à 6h30 au Terral pour covoiturage**

Ganges – Sumène – **Pont d'Hérault (pause-café)** – Le Mazel – Taleyrac - Col des Vieilles (782 m) – **La LUZETTE (1351m)** – L'Espérou – Col Serreyrède (1299 m) – **Mont Aigoual (1567 m) repas** - Col Serreyrède – X D986/986A - Col de Faubel (1285m) – avant Espérou Col du Minier (1264 m) – Le Vigan – Pont d'Hérault – Ganges

**Boissons offerte par le club à l'arrivée**

**Variante D+ 1500 m** : Ganges - Pont d'Hérault direct – Le Mazel – Valleraugue – Espérou - regroupement – retour sur parcours

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

**Jeudi 08/08 – 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

---

**ATTENTION C'est le Samedi 10 août Randonnée MAUGUIO** Départ à vélo du Terral à 7h30.  
Inscription prise en charge par le club .

---

**Mardi 13/08**

**Groupe 1- 88 km – D+ 1000 m** Jean – Pignan — Murviel — Montarnaud - La Boissière – **Aniane (pause café)** St Jean de Fos – Montpeyrroux – Pied Arboras – St Saturnin – Jonquières - St André de Sangonis – Gignac — St Paul – Bel Air – St Jean

**Groupe 2 – 75 km** : à partir d'Aniane – St Jean de Fos – Lagamas - Gignac — St Paul – Bel Air – St Jean

**Jeudi 15/08 –**

**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 18/08

**Groupe 1 - 95 km D+ 850 m** St Jean –St Georges- Bel Air – Montarnaud – Argeliers – Les Matelettes – **Viols le Fort (pause : 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 20/08 –

### 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 **boisson offerte par le club à l'arrivée .**

**Départ du Terral à 6h30**( Contacter : Pierre B. pour Covoiturage

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

**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 22/08 - 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 sylvie – Aumelas - La Taillade – St Paul – Bel Air – St Jean

---

## Dimanche 25/08 –

### Groupe 1 - 92 km D+ 800 m –

St Jean – St Georges -Bel Air – Montarnaud – Argeliers – Les Matelettes **Viols le Fort (pause : 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 27/08 – 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

---

**Mercredi 28 Août : Réunion mensuelle du CTV**

**Jeudi 29/08 - 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 01/09**

**Forum des associations / Parc du château du Terral**

Matinée pour les membres du bureau.

**Présence souhaitée des adhérents** après la sortie de Fabrègues pour partager un **Pique-nique offert par le club**

**et Dimanche 01/09 .**

**Randonnée Fabrègquoise**

Organisée par le Cyclo Club de Fabrègues . **( Frais inscriptions pris en charge par le club )**

**Présence souhaitée d'un maximum de membres .**

**Route ( 70 km ou 90 km ) Pour la route : Départ 7h30 du Terral**

**VTT 20 km et 40 km ( Consignes données par PP)**