



Parcours Novembre 2019



Départ **8h 30** 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 et dimanches (matins) sortie VAE

Départ du **Terral à 9h** – Parcours entre 50 et 60 km

Vendredi 01/11 (Toussaint) – 75km

Groupe 1- 75 km : St Jean – Bel Air – St Paul (pause café) - Aniane – Gignac – Taillade - Cardonnet – Cournonterral - St Jean

Groupe 2 - 55 km : A partir de St Paul – Taillade – Cardonnet – Cournonterral - St Jean

Dimanche 03/11

Groupe 1 – 73 km : St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély– les Matelles (pause : café offert par le Club) – Viols en Laval – Viols le fort – les Matelettes – Argelliers – Montarnaud – Bel Air –

Groupe 2 - 55 km : A partir de St Gély – Combaillaux – Vailhauquès – Montarnaud – Murviel – Pignan – St Jean

Mardi 05/11 – 78 km

St Jean – Bel Air – **Montarnaud (pause café)** – Argelliers – Puéchabon - Aniane – Gignac – St Bauzille de la Sylve – Aumelas – St Paul – Bel Air - St Jean

Jeudi 07/11 - 78km

St Jean – Bel Air – **St Paul (pause café)** – La Boissière – Aniane – Puéchabon – Argelliers – Montarnaud – Vailhauquès - Grabels – Bel Air – St Jean

Dimanche 10/11

Groupe 1 – 76 km : St Jean – St Georges – Bel Air – **Montarnaud (pause café)** – La Boissière – Aniane – St Jean de Fos – Lagamas - Gignac - Taillade – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

Groupe 2 - 52 km : A partir de Montarnaud – Vailhauquès – Murles – Grabels – Bel Air – St Jean

Mardi 12/11 – 73 km

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause-café)** – Vendémian – Aumelas – St Paul – Bel Air – St Jean

Jeudi 14/11 – 75 km

St Jean – Pignan -- Murviel – St Paul - La Boissière – **Aniane (pause café)** – Gignac – Taillade – Cournonterral – St Jean

Dimanche 17/11

Groupe 1- 77 km : St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Poussan (pause café)** - Villeveyrac – Loupian - Bouzigues – Balaruc – Frontignan – Vic la Gardiole – Villeneuve – St Jean

Groupe 2 - 62 km : A partir de Poussan – Balaruc les usines – Frontignan – Vic la Gardiole – Mireval – Villeneuve – St Jean

Mardi - 19/11 – 73 km

St Jean – Pignan – Murviel – St Paul – Aumelas – **Vendémian (pause-café)** – Villeveyrac -
Montbazin – Cournonterral – Pignan – St Jean

Jeudi 21/ 11 - 75 km

St Jean - St Georges — Murviel — **Montarnaud (pause café)** - Argelliers – Puéchabon - St
Jean de Fos - Gignac — St Paul – Bel Air - St Jean

Dimanche 24/11

Groupe 1- 76 km : St Jean — Bel Air — Grabels — St Gély— **Les Matelles (pause : café)**
offert par le Club) — St Jean de Cuculles — St Mathieu de Trévières — Assas — Prades —
St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean

Groupe 2 - 60 km : A partir de St Gély – Les Matelles – Source du Lez – St Clément – Grabels
– Bel Air – St Jean

Mardi 26/11– 75 km

St Jean – St Georges – Bel Air – Grabels – **Vailhauquès (pause café)** – Argelliers –
Puéchabon - Aniane – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

Jeudi 28 /11 – 74 km

St Jean – Pignan – Murviel – Montarnaud – Argelliers – La Boissière – **Aniane (pause café)** –
Puéchabon – Argelliers – Vailhauquès – Côte ses Pompiers – Bel Air – St Jean

