



Parcours ROUTE

Mai 2023



Départ 8h00 du Château du Terral

Lors des sorties à la journée, la " Mousse " est offerte le Midi.

1^{er} Mai Col de la Pierre Plantée : Inauguration Stèle Velocio, ascension sur route privatisée.

Mardi 02/05 – 79 km

Openrunner N° 16436618

St Jean – Lavérune – Bel Air – St Gely – **Les Matelles (Pause-café)** – Saint Jean de Cuculles – Saint Mathieu de Treviers – Assas – Prades le Lez – Montferrier le Lez – Grabels – Bel Air – Lavérune – St Jean

Ou 70 km Openrunner N° 16031341

A partir les Matelles (Pause-café) – Viols le Fort – Argeliers – Montarnaud – Bel Air – Lavérune – St Jean

Jeudi 04/05 – 88 km

Openrunner N° 16466906

St Jean - Cournonterral - Montbazin – **Villeveyrac(Pause-café)** - Montagnac - D32 - Bélarga - Plaissan - Vendémian - Aumelas - La taillade - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 77 km Openrunner N° 15987362 **A partir de Villeveyrac (Pause-café)** – St Pons de Monchiens – Vendémian – Aumelas – St Paul et Valmalle – Murviel les Montpellier – Pignan – Lavérune – St Jean

Dimanche 07/05 (4 possibilités)

Randonnée des 7 Cols en Cévennes

Rendez-vous à 7h au Terral, pour covoiturage le 7 mai 2023. Les départs se feront à partir de 6 h 30 jusqu'à 9 h 30 à la salle des fêtes de Ganges.

Ou..... 200 km Audax Club de Fabrègues.

OU – 90 km Openrunner N° 16465696

St Jean - Cournonterral - La Taillade – **Gignac (pause-café)** - St. André de S. - Jonquières - Arboras - Montpeyroux - St Jean de Fos - Aniane - La Boissière - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 79 km Openrunner N° 16436491

A partir de Gignac (Pause-café) – Lagamas – St Jean de Fos – Aniane – La Boissière – St Paul – Murviel les Montpellier – Pignan – Laverune – St Jean

Lundi 08/05 70 km

Openrunner N° 16466423

St Jean – Cournonterral - Montbazin – Poussan – **Balaruc les Bains (Pause-café)** - Frontignan – Vic la Gardiole – Tortue - Golf de Fabrègues - Fabrègues – St Jean

Mardi 09/05 – 125 km

Sortie journée déportée à Gignac 123 km D+ 1650

Rendez-vous au Terral pour covoiturage à 7h 15 ou 8h à Gignac sur le parking sortie Village direction Lagamas au rond-point à gauche.

Gignac – Lagamas – Montpeyroux – Joncquière – St Félix – Rabieu – Cartels – Les Hémies – **Lodève (pause-café)** – Col du Perthus – Roqueredonde – avant Ceilhe-Roquecels à gauche – Col de l'Homme mort – Joncels – **Lunas (repas Bouchon d'Or ou base nautique ou au Bousquet d'Orb 78 km)** - Col de Dio – Col de la Merquière – Salasc – Mourèze – Clermont l'Hérault – Brignac – St André – Gignac

Raccourci possible de 13 km à partir du col du Perthus à gauche D 142 sur 3, 5 km – à droite D 138 E2 sur 4 km - à gauche Joncels retour sur parcours

Ou Matinée – 80 km: Départ du Terral -St Jean – Pignan - Murviel, - Montarnaud – Argelliers - La Boissière - **Aniane,(pause-café)** – Puechabon - Viols le Fort – Vailhauquès - Bel-Air- St Jean

Jeudi 11/05 – 86 km

Openrunner N° 16366852

Saint Jean –Bel-Air – Grabels - **St Gély (Pause-café)** – Prades – Assas- Sainte Croix de Quintillargues – Saint Mathieu de Trévires – Saint Jean de Cuculles - les Matelles - source du lez - Saint Clément - Grabels, Saint

Ou 78 km **Openrunner N° 15987336** ***A partir de St Gély (Pause-café)*** – Les Matelles – Saint Jean de Cuculles – Saint Mathieu de Treviers – Assas – Prades le Lez – Montferrier le Lez – Grabels – Bel Air – Lavérune – St Jean

Séjour Italie Riccione Du 13 au 20 Mai

Dimanche 14/05 – 90 km

Openrunner N° 16466423

Lavérune – Bel Air – Grabels – St Clément – Prades – Assas – St Croix – St Mathieu de Trévires(**Pause-café**) – Pic Saint Loup – Mas de Londres – St Martin de Londres - Viols le Fort – Vailhauques – Bel Air – Lavérune

Ou 78 km **Openrunner N° 15987336** ***A partir de St Mathieu (Pause-café)*** – Saint Jean de cuculles – Les Martelles – St Gely –Bel Air – Lavérune –St Jean

Mardi 16/05 - 82 km

Openrunner N° 16266499

Saint Jean - Cournonterral - Montbazin - **Villeveyrac (Pause - café)** - abbaye de Valmagne - Saint-Pons-de-Mauchiens - Saint-Pargoire – Vandemian – Aumelas – La Talliade – Cournonterral - Saint-Jean

Ou 75 km **Openrunner N° 16058373** ***A partir de Villeveyrac (Pause - café)*** – D2 - Plaissan – Le Pouget - Vendemian – Aumelas – St Paul et Valmalle - Bel Air – St Georges d’Orques – St Jean

Jeudi 18/05 – 108 km

Openrunner N° 16557405

St Jean - Pignan - Murviel - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause - café)** - St Jean de Fos - Montpeyroux - Arboras - **Col du Vent** - Mont St Baudille - Arboras - Montpeyroux - Lagamas - Gignac - St Paul - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

Dimanche 21/05 – 88 km

Openrunner N° 16466423

Saint Jean – Bel Air – Grabels – Montferrier **(Pause-café)** – Prades – Assas – St Mathieu de Trévières – Fambetou – Mas de Londres – St Martin de Londres – viol en Laval - Vailhauques – Bel Air – St Georges – St Jean

Ou 78 km – Openrunner N° 15987336 **A partir De St Mathieu** – Saint jean de cuculles – Les Martelles –

– St Gely – Grabels – Bel Air – Lavérune – St Jean.

Mardi 23/05 – 87 km

Openrunner N° 16299747

St jean - Laverune - St Georges - **St Paul (pause-café)** - Gignac - Clermont l'Hérault - Brignac - Canet - Le Pouget - Aumelas - Taillade - Cournonterral - Pignan - St jean

Ou 78 km – Openrunner N° 15798282 **A Partir de St Paul (pause-café)** – Gignac – Aniane – Puéchabon – Argeliers – La Boissière – St Paul – Murviel Les Montpellier – Pignan – Lavérune - St Jean

Jeudi 25/05 – 87 km

Openrunner N° 16299760

St Jean - Bel Air - Grabels - St Gély - **Les Matelles (pause-café)** - St Jean de Cuculles - Cazevielle. - Viols le Fort - Argeliers - La Boissière - Montarnaud - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 70 km – Openrunner N° 16031341. **A partir Des Matelles (Pause-café)** – Viols le Fort – Les Matelettes - Argeliers – Montarnaud – Bel Air – Lavérune – St Jean.

Dimanche 28 /05 – 103 km

Sortie journée déportée à Ganges / Mont AIGOUAL par le Col du Minier

Openrunner N° 16557462 ..Rendez-vous 7h pour covoiturage

Ganges – Pont d'Hérault – **Le Vigan (Pause - café)** - Col du Minier – Espérou
Mont Aigoual (repas à l'observatoire) – Espérou – Valleraugue – Pont d'Hérault
– Ganges

Ou matinée 81 km D+ 900 m openrunner N°14430033

St Jean - St Georges- Bel Air- **Montarnaud (Pause-café)**- Argelliers - La Boissiere
- Les granges- La taillade - Aumelas- Vendemian - Cabrials - Cournonterral - St
Jean

Lundi 29/05 70 km

Openrunner N° 16466423

St Jean – Cournonterral - Montbazin – Poussan – Balaruc les Bains **(Pause-café)**
- Frontignan – Vic la Gardiole – Tortue - Golf de Fabrègues - Fabrègues – St Jean

Mardi 30/05 109 km

Sortie journée 109 km D+ 1130 m Openrunner N° 14566741

St Jean – St Georges – Bel Air – St Paul -La Boissière- **Aniane (Pause-
Café)** - Pont du Diable – St Jean de Fos – **Montpeyroux** – Pied d'Arboras
– St Saturnin – St Giraud - St Félix – Ceyras – Combou – Brignac – Canet -
Aspiran – Paulhan - Campagnan – St Pargoire – Villeveyrac **(84 km repas)** –
Cournonterral – St Jean

Ou Matinée - 78 km : **** A partir de Montpeyroux** – Belarga – Gignac – La
Taillade – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean.

Jeudi 01 Juin . 82 km

Saint-Jean - Cournonterral - Montbazin - **Villeveyrac (pause-café)** - Abbaye de
Valmagne - Saint-Pons de Mauchiens - Saint-Pargoire - Campagnan - Bélarga –
Plaissan – Cabrials – Cardonnet – Cournonterral – St Jean

Du 02 au 04 Juin : Séjour Vaison la Romaine.

