



## Parcours ROUTE Mai 2024



Départ 8h00 du Terral.

Le café est offert par le club, tous les dimanches.



Mousse et café offerts par le CTV le midi pour les sorties journées.



Mercredi 01/05 – 103 km D+ 1548 m

SORTIE JOURNÉE DEPORTÉE A GANGES / MONT AIGOUAL PAR LE COL DU MINIER

Rendez-vous 7h00 au Terral pour covoiturage

Openrunner N° 16557462

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

Jeudi 02/05 – 86 km D+ 1000 m.

St Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud - La Boissière – Aniane (pause-café) St Jean de Fos – Montpeyroux – Pied Arboras – St Saturnin – Jonquières - St André de Sangonis - Gignac — St Paul – Bel Air – St Jean

Ou : 73 km à partir de Saint Jean de Fos – Gignac – Saint Paul – Bel Air – Saint Jean

**Samedi 04/05 – 96 km D+ 1054 m Départ 8h00 du Terral**

Openrunner N° 17024821

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Montarnaud - Argelliers - **Viols le Fort (Pause-Café)** - Cazevieille - St Jean de Cuculles. - St Mathieu - Cécèles - Assas - Prades - St Gély - Vailhauquès - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

**CC FABREGUES ORGANISE LE 04/05 AUDAX 150 km.  
COMPLEXE SPORTIF T. BARONCHELI**

**Dimanche 05/05**

**Concentration Nationale Velocio organisée par le CODEP34 :**

Avec grimpée Col de Pierre Plantée, Départ Théâtre Avenue Charcot à Lamalou-Les-Bains, pour inscription à l'ascension, Apéritif et Casse-Croûte au sommet à partir de 12h

**Pour les inscrits au casse-croûte :**

**Départ en covoiturage 7h30 du Terral, Départ vélo 8h30 de Pézenas**

Openrunner N° 18719699 – 92km D+ 1150 m

**Ou .....Dimanche 05/05 – 83 km D+ 786 m**

Openrunner N° 17239448

St Jean - Lavérune – Saint Georges - Bel Air - Grabels - St Clément - **Prades (Pause-Café)** - Assas - St Croix-de-Quintillargues - St Mathieu de Trévières - Saint Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - Saint Georges - Lavérune - St Jean

Openrunner N° 17485940

**Ou 76 km D+ 732 m** ***A partir de Prades*** - Assas - St Mathieu de Trévières - Saint Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - Saint Georges - Lavérune - St Jean

**Mardi 07/05 – 75 km D+ 644 m**

Openrunner N° 17675561

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-Café)** - Pont du Diable - St Jean de Fos - Gignac - La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

**Jeudi 09/05 – 83 km D+ 864 m**

Openrunner N° 16266499

Saint Jean - Lavérune - Pignan - Cournonterral - Montbazin - **Villeveyrac (Pause - café)** - abbaye de Valmagne - Saint-Pons-de-Mauchiens - Saint-Pargoire – Vendémian - Aumelas - La Taillade - Cournonterral - Pignan - Lavérune – Saint Jean

Openrunner N° 16058373

**Ou 75 km D+ 664** *A partir de Villeveyrac* - D2 - Plaissan - Le Pouget - Vendémian - Aumelas – St Paul-et-Valmalle - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

**Dimanche 12/05**

**CC GANGES ORGANISE LES 7 COLS EN CEVENNES**  
RENDEZ VOUS 7H au TERRAL POUR COVOITURAGE  
DEPART SALLE DES FÊTES BLD PASTEUR 6H30 ET 9H00

Parcours N°1 72 km D+ 1480 m Openrunner 17941088

Parcours N°2 121 km D+ 2450 m Openrunner 17933205

Parcours N°3 151 km D+ 3200 m Openrunner 17941213

**OU Dimanche 12/05**

**SEJOUR Ardèche-Vogué 12-15 mai, Domaine Lou Capitelle**  
Pour les inscrits.

Openrunner N° 16395191

**Ou 79 km D+ 766** St Jean - Lavérune - Bel Air - Grabels - **Les Matelles (Pause-café)** - Saint Jean de Cuculles - St Mathieu - Assas - Prades - St Clément - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

**Mardi 14/05 – 73 km D+ 556 m**

Openrunner N° 17605604

St Jean - Lavérune – Pignan - Cournonterral – Montbazin - **Villeveyrac (Pause-Café)** - Abbaye de Valmagne - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

**Jeudi 16/05 – 87 km D+ 636 m**

**Openrunner N° 17004017**

St Jean - Lavérune - Fabrègues - Vic la Gardiole - Frontignan - **Balaruc les Bains (Pause-Café)** - Bouzigues - Mèze - Villeveyrac – Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

**Openrunner N° 17017807**

**Ou 70 km D+ 398 m** ***A partir De Balaruc les Bains*** - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

**Samedi 18/05 – 101 km D+ 1160 m Départ 8h00 du Terral**

**Openrunner N° 17004104**

St Jean - Lavérune - Pignan - Murviel - St Paul - Gignac - **Aniane (Pause-Café)** - St Guilhem - Causse de la Selle - St Martin de Londres – Viols Le Fort - Vailhauquès - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

**Dimanche 19/05 – 82 km D+ 491 m**

**Openrunner N° 17486012**

St Jean - Lavérune - Pignan - Montbazin - Cournonterral - Villeveyrac (Pause-café) - Mèze - Bouzigues - Balaruc le Vieux - Frontignan - Vic la Gardiole - La Tortue - Fabrègues - Lavérune - St Jean

**Lundi 20/05**

**SORTIE JOURNEE COL DU VENT 130 km D+ 1500 m**

**Openrunner N° 17004370**

St Jean - Lavérune - St Georges - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - St Jean de Fos - Montpeyrroux - Arboras - Col du vent - La Vacquerie - Saint Etienne de Gourgas - **Lodève (Repas)** - Ceyras - St André de Sangonis - Gignac - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

**Openrunner N° 16606216**

**Ou 87 km** ***A partir Arboras*** - St Felix de Lodez - St André de Sangonis - Gignac - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

**Mardi 21/05 – 88 km D+ 636 m**

**Openrunner N° 17004017**

St Jean - Lavérune - Pignan - Cournonterral – Montbazin - **Villeveyrac (Pause-café)**  
- Mèze - Bouzigues - Balaruc les Bains - Frontignan - Vic la Gardiole - Fabrègues -  
Lavérune - St Jean

**Openrunneur N° 17008126**

**Ou 68 km D+ 512 m** *A partir de Villeveyrac* - Mèze - Bouzigues - Poussan -  
Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

**Jeudi 23/05 – 84 km D+ 929 m**

**Openrunner N° 18365382**

St Jean - Lavérune - Pignan - Cournonterral - La Taillade - Cardonnet - **Cabrials**  
**(Pause-Café)** - Vendémian - Aumelas - La Boissière - Argelliers - Montarnaud - Bel  
Air - St Georges - Lavérune - St Jean

**Openrunner N° 16031622**

**Ou 71 km d+ 772 m** *A partir de Cabrials* - Vendémian - Aumelas - St Paul - Bel Air -  
St Georges - Lavérune - St Jean

**Samedi 25/05 – 93 km D+ 984 m Départ 9h00 du Terral**

**Openrunner N° 16813068**

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

**Dimanche 26/05**

**CC FABREGUES ORGANISE LE 26/05 AUDAX 200 KM**  
**COMPLEXE SPORTIF T. BARONCHELI**

**Ou Dimanche 26/05 – 86 km D+ 819 m**

**Openrunner N° 16366852**

St Jean - Lavérune - St Georges – Bel Air - Grabels - St Gély - **Prades (Pause-Café)**  
- Assas - Sainte Croix de Quintillargues - Saint Mathieu de Trévières - Saint Jean de  
Cuculles - Les Matelles - Source du Lez - Saint Clément - Grabels - Bel Air - St  
Georges - Lavérune - St Jean

**Openrunner N° 15987336**

**Ou 78 km D+ 764 m** *A partir de Prades* - Assas - Saint Mathieu de Trévières - Saint  
Jean de Cuculles - les Matelles - Source du Lez - Saint Clément - Grabels - Bel Air -  
St Georges - Lavérune - St Jean

**Mardi 28/05 – 88 km D+ 843 m**

**Openrunner N° 16436698**

St Jean - Lavérune - Pignan - Murviel - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-Café)**  
- Gignac - St André de Sangonis - Canet - Le Pouget - Aumelas - La Taillade -  
Cournonterral - Lavérune - St Jean

**Openrunner N° 18577855**

**Ou 74 km D+ 786 m** *A partir de Gignac* - La Taillade - Cournonterral - Lavérune -  
St Jean

**Jeudi 30/05**

**Sortie journée – 123 km D+ 1380 m**

**Avec la côte de Valmasque et cirque de Mourèze**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause café)** – St Pargoire –  
Campagnan – Paulhan – Adissan – Fontès – Cabrière – Valmascle – Salasc –  
Mourèze – Villeneuve –  
**Clermont (80 km Pique-nique)** – Brignac – Canet – le Pouget – St Paul – Bel Air St  
Jean

**Matinée 80 km** : A Partir de St Pargoire – Vandemian – Aumelas – Cournonterral –  
St Jean

---