



Parcours ROUTE AOUT 2024



Départ du Terral 7h30 y compris les samedis

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



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



Jeudi 01/08

82 km D+ 834 m Openrunner N° 17010328

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Montarnaud - Argelliers - Puéchabon - **Aniane (Pause-café)** - Gignac - St Bauzille de sylvé - Aumelas - St Paul - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

Ou 70 km D+ 663 m Openrunner N° 17487310

A partir d'Aniane - Gignac - La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

Samedi 03/08

96 km D+ 1054 m Openrunner N° 17024821

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

Dimanche 04/08

93 km D+ 984 m Openrunner N° 16813068

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

Ou 78 km D+ 764 m Openrunner N° 15987336

A partir De St Mathieu - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gely - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Mardi 06/08

102 km D+ 1160 m 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

Ou 72 km D+ 759 m Openrunner N° 17647318

A partir D'Aniane - Puéchabon - Argelliers - Montarnaud - Bel Air - St Georges - St Jean

Jeudi 08/08

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 - La Tortue - Fabrègues - Lavérune - St Jean

Ou 68 km D+ 512 m Openrunner N° 17008126

A partir de Villeveyrac - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean.

Samedi 10/08

87 km D+ 820 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

Dimanche 11/08

79 km D+ 766 m Openrunner N° 16436618

St Jean - Lavérune – St Georges - Bel Air - St Gély - Les Matelles (Pause-Café) - Saint Jean de Cuculles - Saint Mathieu de Trévières - Assas - Prades le Lez - Montferrier-sur-Lez - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Ou 70 km D+ 605 m Openrunner N° 16031341

A partir Les Matelles – Le Relais des Chênes - Viols le Fort - Argelliers - Montarnaud - Bel Air – St Georges - Lavérune - St Jean

Mardi 13/08

83 km D+ 636 m Openrunner N° 17004017

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

Ou 70 km D+ 512 m Openrunner N° 17008126

A partir de Villeveyrac - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

Jeudi 15/08

Ou 94 km D+ 984 m Openrunner N° 16813068

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

Ou 79 km D+ 764 m Openrunner N° 15987336

A partir De St Mathieu - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gely - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Samedi 17/08

102 km D+ 1160 m 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 18/08

88 km D+ 861 m Openrunner N° 16606216

St Jean - Lavérune - St Georges - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-Café)** - St Jean de Fos - Montpeyroux - Arboras - St Félix de Lodez - St André de Sangonis - Gignac - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 74 km D+ 644 m Openrunner N° 17675561

A partir De St Jean de Fos - Gignac - La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

Mardi 20/08

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 – La Tortue - Fabrègues - Lavérune - St Jean

Ou 68 km D+ 512 m Openrunner N° 17008126

A partir de Villeveyrac - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean.

Jeudi 22/08

89 km D+ 864 m Openrunner N° 19251989

St Jean – Lavérune - Saussan – Voie des Romains - Montbazin - **Villeveyrac (Pause-café)** - Abbaye de Valmagne - Montagnac - Belarga - Plaissan - Vendémian - Aumelas – Fertalières - Cournonterral - St Jean

Ou 68 km D+ 521 m Openrunner N° 19520638

A partir de Villeveyrac - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean.

Samedi 24/08

101 km D+ 992 m Openrunner N° 19018569

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Clément - **Prades(Pause-Café)** - St Vincent de Barbeyrargues - Assas - Montaud - St Bauzille de Montmel - Babara - Vacquières - Fontanes - St Mathieu - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Dimanche 25/08

87 km D+ 636 m Openrunner N° 17239620

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

Ou 73 km D+ 398 m Openrunner N° 17017807

A partir De Balaruc les Bains - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Laverune - St Jean

Mardi 27/08

96 km D+ 1310 m Openrunner N° 19019398

St Jean - Lavérune - St Georges -- Vailhauquès - **Viols le Fort (Pause-café)** - St Martin de Londres - Causse de la Selle - St Guilhem - Aniane - La Boissière - Montarnaud - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Ou 64 km D+ 691 m Openrunner N° 16062243

A partir de Viols - Argelliers - La Boissière - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Jeudi 29/08

106 km D+ 1170 m Openrunner N° 19245225

St Jean - Lavérune - Saussan - Cournonterral - Montbazin – **Villeveyrac (Pause-café)** - St Pons de Mauchiens - St Pargoire - Plaissan - Vendémian - St Bauzille de la Sylve - Gignac - Aniane - Puechabon - Argelliers - La Boissière - Montarnaud - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 70 km D+ 510 m Openrunner N° 19520897

A partir de Villeveyrac - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean.

Dimanche 1^{er} Septembre.

RANDONNEE DE FABREGUES . L'occasion d'une sortie cohésion (Route et VAE), avec repas sur place à l'arrivée (Inscriptions avant le 15 août auprès d' Alain C). 3 parcours : 32 km, 70 km et 90 km. **Frais inscriptions et repas pris en charge par le Club.**

Séjour Annuel le PAL
LE MALZIEU-VILLE DU 30 AU 1 SEPTEMBRE