



Parcours ROUTE JUILLET 2025



ACTUELLEMENT EN ALERTE CANICULE, le programme du mois ci-dessous est donc suspendu.

Les départs se font à 7h00, pour un parcours unique vers la mer, à la recherche de la fraîcheur, et ce, jusqu'à nouvel ordre, lorsque l'alerte sera levée, et des conditions plus favorables.

PARCOURS CANICULE 65 km : St Jean- Lavérune -Fabrègues- Le Golf- Vic la Gardiole- Les Aresquiers- Frontignan- Le Poggio- Balaruc les Bains- Poussan- Montbazin- Cournon – St Jean .(Pause à Vic ou à Balaruc, au choix)

Départ du Terral 7h30.

**Le café est offert par le club :
Tous les dimanches pour les "Musculaires"
Tous les mercredis pour les " V.A.E "**



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



Ce programme est suspendu en période d'ALERTE canicule.

Mardi 01/07

86 km D+ 909 m Openrunner N° 21757771

St Jean - Lavérune – Pignan – Cournonterral - Fertalières - Cardonnet - **Cabrials (Pause-Café)** - Vendémian - St Bauzille de la Sylve - Gignac - Aniane - La Boissière - St Paul - Murviel - St Georges - St Jean

Ou 71 km D+ 772 m Openrunner N° 16031622

St Jean - Lavérune - Pignan - Cournonterral – Fertalières - Cardonnet - **Cabrials (Pause-Café)** - Vendémian - Aumelas - St Paul - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Jeudi 03/07

82 km D+ 843 m [Openrunner N° 16436698](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-Café)** - Gignac - St André de Sangonis – Brignac - Canet - Le Pouget - Aumelas - Cardonnet - Cournonterral - Pignan - St Jean

Ou 68 km D+ 584 m [Openrunner N° 17605720](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - Gignac - St Paul - Murviel - Pignan – Lavérune - St Jean

Cyclomontagnarde de Limoux 2025 en Pyrénées en Audoises

5 et 6 Juillet 2025

Des circuits découvertes sont proposés avec une découverte des Corbières sur 97 km (1650m de D+) et le lendemain un circuit dans la Haute-Vallée de l'Aude 145 km (2500 m D+) avec en option la montée du mythique Port de Pailhères (170 km et 3575 D+=).

[Lien pour le bulletin d'inscription](#)

Dimanche 06/07

79 km D+ 766 m [Openrunner N° 16395191](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Gély - **Les Matelles (Pause-café)** - St Jean de Cuculles - St Mathieu - Assas - Prades - St Clément - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Ou 70 km D+ 605 m [Openrunner N° 16031341](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Gély - **Les Matelles (Pause-café)** - Le Relais de Chênes - Viols le Fort - Argelliers - Montarnaud - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Mardi 08/07

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

Ou 68 km D+ 512 m [Openrunner N° 17008126](#)

St Jean - Lavérune - Pignan – Montbazin - Cournonterral - **Villeveyrac (Pause-café)** - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

Jeudi 10/07

SORTIE JOURNEE

126 km D+ 1477 m [Openrunner N° 21556568](#)

St Jean - Lavérune - St Georges – Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - Pont du Diable - St Jean de Fos - Montpeyroux - Arboras - St Saturnin - St Guiraud - Rabieux - Cartels - Mas d'Alary - St

Privat - Les Salces - Arboras - **Montpeyroux (repas)** - Lagamas - Gignac - La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 88 km D+ 861 m [Openrunner N° 16606216](#)

St Jean - Lavérune - St Georges – Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - Pont du Diable - St Jean de Fos - Montpeyroux - Arboras - St Saturnin - St Guiraud - St Félix de Lodez - St André de Sangonis - Gignac – La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 74 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

Dimanche 13/07

83 km D+ 786 m [Openrunner N° 17239448](#)

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

Ou 75 km D+ 735 m [Openrunner N° 17485940](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Clément - Prades (Pause-Café) - St Vincent de Barbeyrargues - Assas - Cécélès - St Mathieu - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Mardi 15/07

88 km D+ 636 m [Openrunner N° 17017695](#)

St Jean - Lavérune - Fabrègues – La Tortue - 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](#)

St Jean - Lavérune - Fabrègues – La Tortue - Vic la Gardiole - Frontignan - **Balaruc les Bains (Pause-Café)** - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

Jeudi 17/07

SORTIE JOURNEE DEPORTEE A BEDARIEUX - MONT DE L'ESPOUSE

120 km D+ 1760 m [Openrunner N° 19260062](#)

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 Fonfroide (972 m) - Cambon - Salvergues - Sommet de l'Espinouse (1119 m) - Col de l'Ourtigas - (988m) - Col de Mazdale (691 m) – Le Poujol sur Orb - Hérépian - Bédarieux

Ou 88 km D+ 861 m [Openrunner N° 16606216](#)

St Jean - Lavérune - St Georges – Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - Pont du

Diable - St Jean de Fos - Montpeyroux - Arboras - St Félix de Lodez - St André de Sangonis - Gignac – La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 74 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

Dimanche 20/07

88 km D+ 1072 m [Openrunner N° 16299760](#)

St Jean – Lavérune – St Georges - Bel Air - Grabels - St Gély - **Les Matelles (pause- café)** - St Jean de Cuculles - Cazevieille - Viols le Fort - Argelliers - La Boissière - Montarnaud - Murviel - Pignan - St Jean

Ou 78 km D+ 766 m [Openrunner N° 16395191](#)

St Jean - Lavérune – St Georges -Bel Air - Grabels – St Gély - **Les Matelles (Pause-café)** - St Jean de Cuculles - St Mathieu - Assas - Prades - St Clément - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Mardi 22/07

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

Ou 69 km D+ 512 m [Openrunner N° 17008126](#)

St Jean - Lavérune - Pignan - Cournonterral - **Villeveyrac (Pause-café)** - Mèze - Bouzigues – Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

Etape 16 Tour de France Montpellier - Mont Ventoux

21 juillet journée de repos

22 Juillet 2025

Passage du tour Prades ou Saint Mathieu entre 12h30 et 13h00

(Voir tracé étape en fin de document)

Passage de la caravane 10h30 et 11h00

Définir un parcours pour voir le Tour

[Lien sur l'étape du 22 juillet](#)

Jeudi 24/07

73 km D+ 851 m [Openrunner N° 16031803](#)

St Jean – Lavérune - St Georges - Bel air - Vailhauquès - **Viols le Fort (Pause-Café)** - Cazevieille - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Ou 62 km D+ 626 m [Openrunner N° 17605799](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel air - Vailhauquès - **Viols le Fort (Pause-Café)** - Argelliers - Montarnaud - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

Dimanche 27/07

94 km D+ 984 m [Openrunner N° 16813068](#)

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

83 km D+ 786 m [Openrunner N° 17239448](#)

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

76 km D+ 735 m [Openrunner N° 17485940](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Clément - **Prades (Pause-Café)** - Assas - St Mathieu - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean.

Mardi 29/07

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

Ou 68 km D+ 512 m [Openrunner N° 17008126](#)

St Jean - Lavérune - Pignan - Montbazin - Cournonterral - **Villeveyrac (Pause-café)** - Mèze - Bouzigues - Poussan - Montbazin - Cournonterral - Pignan - Lavérune - St Jean

Jeudi 31/07

SORTIE JOURNEE COL DU VENT

129 km D+ 1497 m [Openrunner N° 17004370](#)

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

Ou 88 km D+ 861 m [Openrunner N° 16606216](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - Pont du Diable - St Jean de Fos - Montpeyroux - Arboras - St Félix de Lodez - St André de Sangonis - Gignac - La Taillade - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

