



Parcours ROUTE

JANVIER 2026



Départ du Terral 9h00

Le café est offert par le club: Tous les dimanches pour les "Musculaires"

Jeudi 01/01

60 km D+ 498 m [Openrunner N° 15731581](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Gély - **Les Matelles (Pause-café)** - Source du Lez - St Clément - Grabels - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Dimanche 04/01

Point café organisé par le club de Montferrier Espace culturel Devézou Chemin des Tennis

61 km D+ 615 m [Openrunner N° 18058160](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - **Montferrier (point café)** - Source du Lez - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - Lavérune - St Jean

Mardi 06/01

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

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

Jeudi 08/01

64 km D+ 757 m [Openrunner N° 17651466](#)

St Jean - Lavérune - Pignan - Murviel - St Paul - La Taillade - Gignac - **Aniane (Pause-Café)** - La Boissière - Montarnaud - Bel Air - St Georges - Lavérune - St Jean

Dimanche 11/01

65 km D+ 617 m [**Openrunner N° 16058806**](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - St Gély - **Les Matelles (Pause-café)** - Le Triadou - Prades - St Clément - Grabels - Bel Air - St Jean

Mardi 13/01

66 km D+ 718 m [**Openrunner N° 15785984**](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - **Montarnaud (Pause-café)** - Argelliers - La Boissière - La Taillade - Cournonterral - Lavérune - St Jean

Jeudi 15/01

68 km D+ 463 m [**Openrunner N° 15742620**](#)

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

Dimanche 18/01

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

Mardi 20/01

69 km D+ 541 m [**Openrunner N° 18116005**](#)

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

Jeudi 23/01

71 km D+ 728 m [**Openrunner N° 17647229**](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - St Paul - **Gignac (pause-café)** - St Bauzille de la Sylve - Aumelas - La Taillade - Cournonterral - St Jean

Dimanche 25/01

65 km D+ 679 m [**Openrunner N° 15764458**](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Grabels - Vailhauques - **Montarnaud (Pause-café)** - Argeliers - La Boissière - St Paul - Montarnaud - Bel Air - St Jean

Mardi 27/01

68 km D+ 472 m [Openrunner N° 23025809](#)

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

Jeudi 29/01

65 km D+ 585 m [Openrunner N° 23025684](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Montarnaud - Argelliers - Les Matelettes - **Viols le Fort**
(Pause-Café) - Murles - Combaillaux - Grabels - Bel Air - St Jean