



Parcours VAE

AOUT 2026



Départ du Terral 8h00

Le café est offert par le club : Tous les Mercredis pour les "VAE". Offert : Mousse et café pour le midi des sorties journées au programme.

Ce programme peut être suspendu en période d'ALERTE canicule.



Dimanche 02/08

69 km D+ 663 m [Openrunner N° 17487310](#)

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

Mercredi 05/08

64 km D+ 691 m [Openrunner N° 16062243](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - Vailhauques - **Viols le Fort (Pause-Café)** - Argelliers - La Boissière - St Paul - Murviel - Pignan - St Jean

Dimanche 09/08

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

Mercredi 12/08

74 km D+ 800 m [Openrunner N° 16031622](#) (variante)

St Jean - Lavérune - Pignan - Murviel - Plateau Peyssine - Cournonterral - La Taillade - Cardonnet - **Cabrials (Pause-Café)** - Vendémian - Aumelas - St Paul - Bel Air - Lavérune - St Jean

Dimanche 16/08

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

Mercredi 19/08

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

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

Dimanche 23/08

Départ 7h30 avec les musculaires, pour le Point fraîcheur au domaine de BESSILLES, organisé par le club de Vias.

Aller à Bessilles direct, retour au choix, par Loupian ou Mèze.

Ou départ 8h00 pour 69 km D+ 512 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

Mercredi 26/08

78 km D+ 739 m [Openrunner N° 15780965](#)

St Jean - Lavérune - St Georges - Bel Air - St Paul (pause-café) - Gignac - Aniane - Puéchabon - Argeliers - La Boissière - Argeliers - St Paul - Murviel - Pignan - Lavérune - St Jean

Dimanche 30/08

Randonnée du club de Fabrègues : 70 km ou 90 km. Départ du Terral

à 7h30 à vélo pour se rendre sur place : Centre culturel José Janson.

Frais inscription pris en charge par le club (Pensez à prendre vos licences)

Ou à 8h00 pour 69 km D+ 740 m [Openrunner N° 15964506](#)

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

3 Propositions parcours Aline

Sortie de 118 km pour aller au Causse de la Selle :

ST Jean, Laverune, `St Georges, Bel Air, Grabels, St Gely, St Mathieu, la Salade, Mas de Londres, st Martin, Frouzet, Causse de la Selle (pique-nique)

Retour par St Guilhem, st Jean de Fos, Aniane, La Boissière, Montarnaud, Bel air, St Georges, Laverune, st Jean.

Sortie de 126 km (plat)

Voie verte du Pays de l'Or jusqu'à Valergues - D105 vers St Genies des Mourgues, St Christol (piste cyclable), Boisseron, Saussine (D135), Sommières, Villevieille, (piste cyclable au château), Calvisson, St Dionysis, Langlade, Caveirac

Retour par la piste cyclable jusqu'à Cargenies - Aubais, St Series, St Christol, Piste cyclable St Genies , Valergues, St Jean de Veda

90 km environ : à faire un mercredi, le but étant de déjeuner au café d'Aspiran qui fait de bons petits plats du terroir ! (Fermé le week-end)

St Jean, Cournonterral, Cardonnet, Cabrials, D2, St Pargoire, Campagnan (D30), Paulhan, Aspiran
Retour par Canet, Plaissan, Le Pouget, Mas d'Arnaud, La Taillade, St Paul et Valmalle, Bel Air, St Georges, St Jean.