



Parcours ROUTE Juillet 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.



Mardi 02/07

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 04/07

SORTIE JOURNEE DEPORTEE A GANGES / MONT AIGOUAL PAR LE COL DU MINIER

Rendez-vous 6h45 du Terral pour covoiturage

103 km D+ 1548 m 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

Ou 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 sylve - 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 06/07

96 km D+ 1054 Openrunner N° 17024821

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

Dimanche 07/07

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 09/07

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 11/07

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

Samedi 13/07

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 14/07

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 - Viols le Fort - Argelliers - Montarnaud - Bel Air – St Georges - Lavérune - St Jean

Mardi 16/07

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 18/07

SORTIE JOURNEE DEPORTEE A BEDARIEUX - MONT DE L'ESPINOUSE

Rendez-vous 6h30 du Terral pour covoiturage

119 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 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 20/07

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 21/07

88 km D+ 861 m Openrunner N° 16606216

St Jean - Lavérune - St Georges - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-Café)** - St Jean de Fos - Montpeyrroux - 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 23/07

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 25/07

SORTIE JOURNEE COL DU VENT - DEPART 7H TERRAL

129 km D+ 1500 m Openrunner N° 17004370

St Jean - Lavérune - St Georges - St Paul - La Boissière - **Aniane (Pause-café)** - 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

A partir 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

Samedi 27/07

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 28/07

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

OU (Proposée par Isabelle) SORTIE JOURNEE COHESION AVEC REPAS A BALARUC (Organisation et parcours en attente)

Mardi 30/07

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 Openrunner N° 16062243

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

5 Nouveaux Parcours à tester

90 km D+ 730 m Openrunner N° 19245344

St Jean - Lattes - Perols - Mauguio - Mudaison - Saint Brès - St Geniès - Saint Christol - Beaulieu - Sussargues - Assas - Prades - St Clement - Grabels - St Georges - St Jean

91 km D+ 995 m Openrunner N° 19245280

St Jean - Cournonterral - Aumelas - Brignac - St André de S. - Lagamas - St Jean de Fos - Aniane - La Boissière - Montarnaud - Bel Air - St Georges - St Jean

106 km D+ 1170 m Openrunner N° 19245225

St Jean - Laverune - Saussan - Cournonterral - Montbazin - Villeveyrac - St Pons de Mauchiens - St Pargoire - Plaissan - Vendémian - St Bauzille de la Sylve - Gignac - Aniane - Puechabon - Argelliers - La Boissière - Montarnaud - Murviel - Pignan - St Jean

108 km D+ 2146 m Openrunner N° 19245303

Cirque de Navacelles

Ganges - Gorges de la Vis - Madière - St Maurice Navacelles - La Baume Auriol Cirque de Navacelles - Blandas - Vissec - Alzon - Bez et Esparon - Esparon - Molières et Cavailac - Aulas - Le Vigan - Roquedur le Haut - Col des Aires - St Laurent le Minier - Ganges

89 km D+ 864 m Openrunner N° 19251989

St Jean - Saussan - Cournonterral - Montbazin - Villeveyrac - Abbaye de Valmagne - Montagnac - Belarga - Plaissan - Vendémian - Aumelas - La Taillade - Cournonterral - St Jean