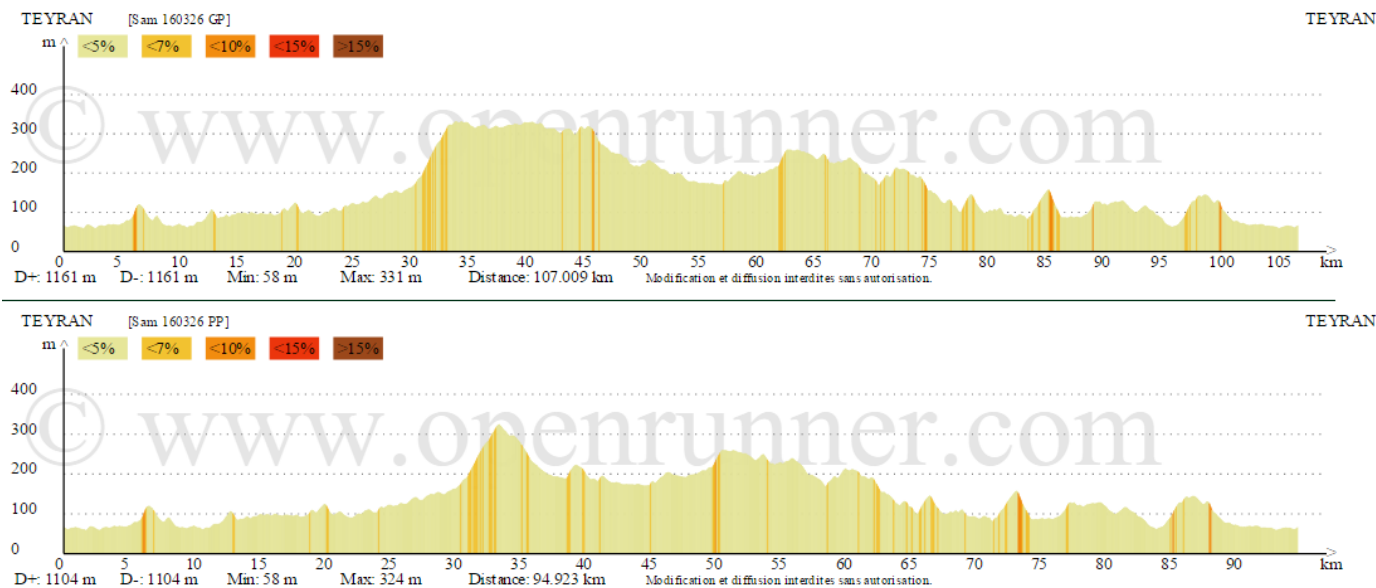


Samedi 18 mars 2017

**Samedi 26 : Ferrières-les-Verreries ( 107,00 km ) ou Notre-Dame-de-Londres ( 94,92 km )**  
**identifiant OpenRunner : 4438797, nom du parcours : Sam 160326 GP = 107,00 km ( dén 1161 m )**  
**identifiant OpenRunner : 4438817, nom du parcours : Sam 160326 PP = 94,92 km ( dén 1104 m )**

**Teyran**, D145, au Rpt tout droit rue du Pont-Neuf, rue de la Ramognère, à gauche Ave d'Assas, à gauche rue des Jonquières, à droite D145, Prades-le-Lez, D145, D17 à droite, à gauche D145, à droite D112 Source-du-Lez, Les Matelles, à droite D17E3, à gauche D113E3, Les Cazarels, St-Jean-de-Cuculles, D113, à gauche D113E4, La Salade, D26E6, St-Mathieu Centre, à gauche D1, à droite D1E9, Valflaunès, à gauche D17E6, sommet de la cote, ( point de séparation D17E6 à droite-D122 à gauche ) Le Capucin, D17E6, D107E4, à gauche D107E4, Ferrières-les-Verreries à gauche D1E6 Le Pous, à gauche D1E6, Notre-Dame-de-Londres, ( retour sur circuit commun embranchement D1E6-D1 ) à droite puis à gauche D1E5, à gauche D986, Pont de Masclac, D986, à droite D32, St-Martin-de-Londres, D32, Viols-le-Fort, à gauche D127, à gauche Murles, D127, attention dans virage (~ 76<sup>ème</sup> km) prendre à droite Mas de Perri, Vailhauquès, à gauche D111, à gauche D127E6, Montlobre, D127E6, à gauche puis à droite Combaillaux, à droite D127E6, à gauche D127E5, St-Gély-du-Fesc, à gauche D102, à droite D145, Prades-le-Lez, à gauche D17 puis à droite D109E2, St-Vincent-de-Barbeyrargues, Assas, à droite D109, à gauche D145, Teyran.

**Tél Club : 06 04 45 71 23**



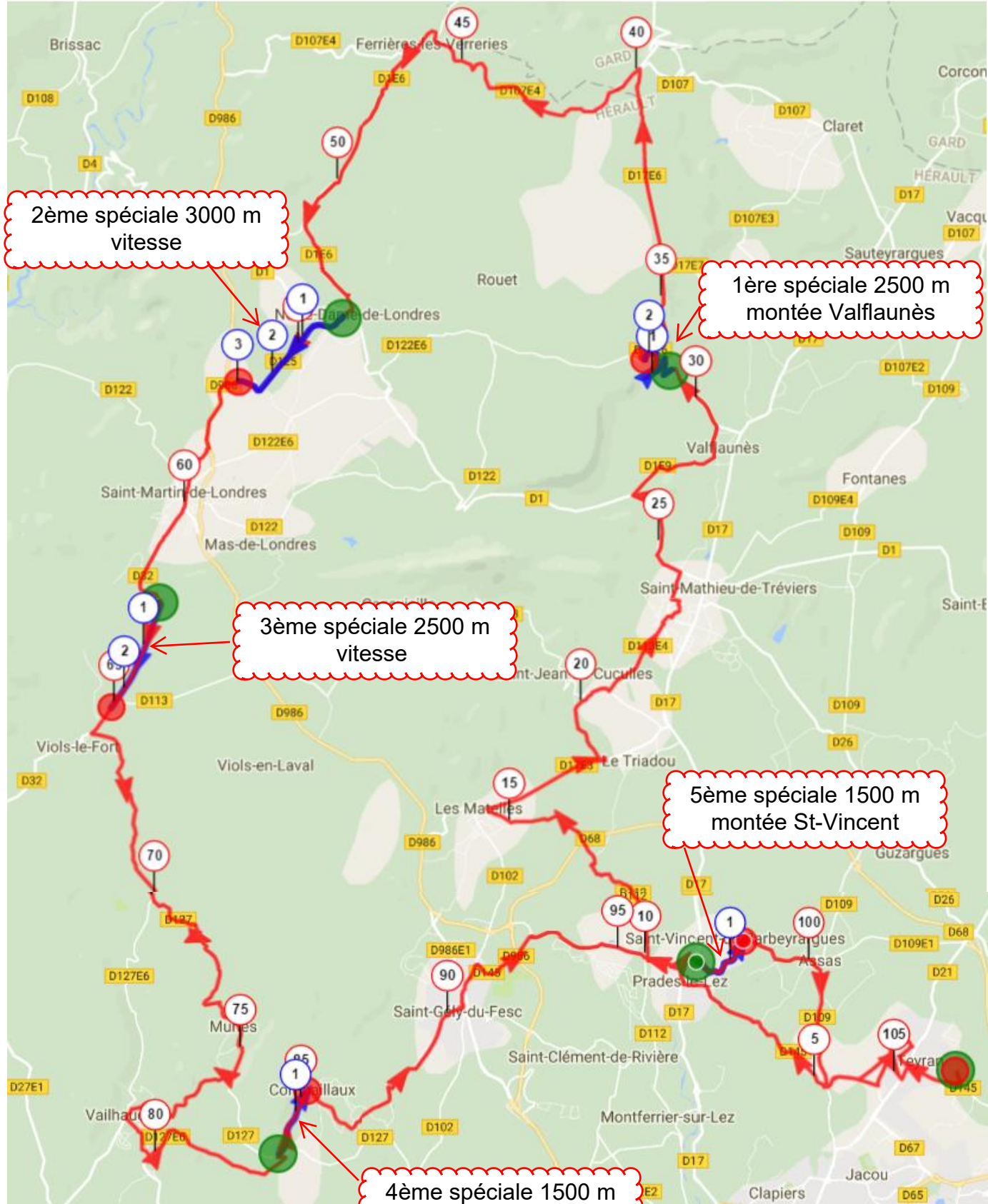
### Nota :

Nous avons décidés d'introduire des spéciales dans les sorties du Samedi pour booster la préparation des coureurs et autres rouleurs qui voudraient faire progresser leurs aptitudes physiques.

Liberté sera laissée à chacun d'y participer ou pas.

Le CLUB ne pourra être tenu pour responsable en cas d'incidents.

ID:4438797	ID:-2	ID:-3	ID:-4	ID:-5
107.009 km	2.500 km	3.005 km	2.502 km	1.502 km



2ème spéciale 3000 m vitesse

1ère spéciale 2500 m montée Valflaunès

3ème spéciale 2500 m vitesse

5ème spéciale 1500 m montée St-Vincent

4ème spéciale 1500 m montée Combaillaux

### 1<sup>ère</sup> spéciale montée 2500 m Valflaunès



### 2<sup>ème</sup> spéciale vitesse 3000 m Sortie Notre-Dame-de-Londres jusqu'à 100 m avant D986



**3<sup>ème</sup> spéciale vitesse 2500 m**  
**Sortie St-Martin-de-Londres à Viol-le-Fort**



**4<sup>ème</sup> spéciale montée 1500 m**  
**Combaillaux**



**5<sup>ème</sup> spéciale montée 1500 m**  
**ST-Vincent-de-Quintillargues**

