

**Départ** : **Zone Artisanale 7H30** sauf pour les départs extérieurs

**MARDI 02** : **Fressac ( 104,46 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9740675>, ( **dén 963m** )

**Teyran**, à gauche D21, Rpt à gauche D26, **Guzargues**, à droite D109, à gauche D26 **route de Cécélès**, **St-Mathieu-de-Trévières**, Rpt de la Chartre, D1, à droite D1E9 vers **Valflaunès**, à gauche D17E6, sommet de la côte à droite D17E6, D25, **Pompignan**, tout droit D25 **St-hippolyte-du-Fort**, à droite D133, à droite D185, à gauche D213, **Fressac**, D213, à gauche D21, à droite D285, **St-Martin-de-Sossenac**, à droite D285, à gauche D982, **Durfort**, à gauche D117, **Sauve**, prendre la voie verte // à D999, **Quissac**, D35, à droite D168, **Carnas**, D168 puis D21, **St-Bauzille-de-Montmel**, D21, **Montaud**, D21, Z.A. **Teyran**.

**JEUDI 04** : **Cazevieille ( 87,89 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9740804>, ( **dén 957 m** )

**Teyran**, D21, D26, **Malarive**, à gauche D26E3, à droite D21, à droite D118 **St-Drézéry**, D54, **Montaud**, D21, **St-Bauzille-de-Montmel**, D21, **Mas-de-Martin**, D21, sommet de la côte à gauche D107, **Babara**, à droite D109, **Vaquières**, à gauche D107, **Sauteyrargues**, **Les Rives**, D17E9, **Lauret**, D17E7, Sommet de **côte Lauret**, à gauche D17E6, à droite D122 descendre côte des Vaches, **Pont-de-Januq**, D122E6, à gauche D1, à droite D122E6, **Biranques**, D122E6, **St-Martin-de-Londres** ( la Fontaine ), à droite D32, à gauche D113 **Viol-en-Laval**, Rpt D113, **Cazevieille**, D113, **St-jean-de-Cuculles**, D113E3, à droite D17E3, **Les Matelles**, à Gauche D112, à gauche D145, **Prades-le-Lez**, à gauche puis à droite D109E2 **St-Vincent-de-Barbeyrargues**, **Assas**, à droite D109 – à gauche D145 - **Teyran**.

**MARDI 09** : **Départ de Ganges à 8 H00 ( 108 km, 1807 m dénivelé )**,

<https://www.openrunner.com/r/8821342>

Prévoir l'après-midi, repas tiré du sac.

**Rendez vous 7H00** à la zone artisanale pour covoiturage

Voir pièce jointe sur le site.

**MARDI 09** : **Quissac ( 91,57 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9740865>, ( **dén + 849 m** )

**Teyran**, à gauche D21, Rpt à gauche D109E1, **Assas**, D109, D26, **Route de Cécélès**, **St-Mathieu-de-Trévières**, D109E4 **chemin-de-la-Vieille**, **Fontanès**, D109, à gauche D107E2, **Sauteyrargues**, à droite D107, **Vacquières**, D109, D234, près de Corconne, à droite D118, à gauche D208, **Aigubelle**, D208, **La Rouvière**, D208, **Brouzet-les-Quissac**, D208, **La Rouvière**, à droite D45, à gauche D999, **Quissac**, à droite D35, à droite D27, à droite D27C puis D188, **Bragassargues**, à droite D188, **Orthoux-Sérignac-Quilhan**, D178, **Sardan**, à droite D250, à gauche D35, à droite D118, à gauche D168 **Carnas**, D21, à gauche D21, **Mas-de-Martin** à gauche D120, **Garrigues**, à droite D120E5, **Galargues**, D120, **St-Hilaire-de-Beauvoir**, à droite D118E1, **St-Jean-de-Cornies**, à droite D118E1, **St-Drézéry**, D118, à gauche D21, à gauche D26E3, à droite D26, **Malarive**, D21 à gauche, **Teyran**.

**JEUDI 11** : **Aspères ( 86,94 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9740529>, ( **dén 793 m** )

**Teyran**, vers D145, Rpt à droite D109, **Assas**, tout droit D109, **Ste-Croix-de-Quintillargues**, à gauche D1, **St-Mathieu-de-Trévières**, Rpt de la Chartre D1, à gauche D1E9, **Valflaunès**, à droite D17E6, à gauche // à D17, vers **Lauret**, à gauche D17E9, les Rives, vers **Sauteyrargues**, à droite D107, à gauche D107, **Vaquières**, à droite D107E1, **Mas-de-Figuiér**, à droite D118, **Col de Fanlade**, à droite D118A, à droite D168, **Carnas**, D168, D21, à gauche D21, **Mas-de-Martin**, à gauche D120, **Garrigues**, D373, **Aspères**, à droite D254, D120E4, **Campagne**, à gauche D120E3, à gauche D1, vers **Sommières**, à droite D22, puis D135E2, **Saussines**, à gauche D135, tout droit, **Boisseron**, à droite D105, **St-Christol**, D105, **St-Génies-des-Mourgues**, à droite D118E2, **Beaulieu**, à gauche D118, **St-Drézéry**, D118, à gauche D21, Z.A. **Teyran**.

**MARDI 16** : **Départ de St-Mathieu Rpt de la Chartre à 8 H00 ( 118 km, 1886 m dénivelé )**,

<https://www.openrunner.com/r/8820872>

Prévoir l'après-midi, repas tiré du sac.

**Rendez vous 7H30** à la zone artisanale pour covoiturage

Voir pièce jointe sur le site.

**MARDI 16 : Puéchabon ( 92,34 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9739965>, ( dén + 824 m )

**Teyran**, à gauche D21, Rpt à gauche D26, **Guzargues**, D26, D109, **Ste-Croix-de-Quintillargues**, D109, **Fontanès**, à gauche chemin de la Vieille, **St-Mathieu-de-Trévières**, Rpt-de-la-Charte, D1, **Pic-St-Loup**, à gauche D122, **Mas-de-Londres**, **St-Martin-de-Londres**, à gauche D32, **Viols le fort**, D32, **Puéchabon**, à gauche D27E1, **Argeliers**, suivre D27E3, **La Boissière**, tout droit D27, à gauche D619, **St-Paul-et-Valmalle**, D619, à droite D27, **Murviel-lès-Montpellier**, à gauche D102, **Bel-Air**, D102, **Grabels**, D127E3, D127E8, **Montferrier-sur-Lez**, à droite D112E2, **St-Clément de Rivière**, D112, à droite D145, **Prades-le-Lez**, à droite D17, à gauche D145, **Teyran**.

**Jeudi 18 : Montoulieu ( 90,22 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9740037>, ( dén 1045 m )

**Teyran**, à gauche D21, Rpt à gauche D26, **Guzargues**, à droite D109, à gauche D26 **route de Cécèlès**, **St-Mathieu-de-Trévières**, Rpt de la Charte D1, **Pic-St-Loup**, à gauche puis à droite D1 vers **Notre-Dame-de-Londres**, D1 vers D986, à droite Col de la Cardonille, D986 vers **St-Bauzille-de-Putois**, à droite D108, **Montoulieu**, D108 puis D195, **La Cadière-et-Cambo**, à gauche D999, **St-Hippolyte-du Fort**, à droite D25, **Pompignan**, à gauche D25 puis D107, **Les Embruscalles**, **Claret**, **Sauteyargues**, à droite D107E2, « côte des Hollandais », à droite D109 **Fontanès**, **St-Croix-de-Quintillargues**, D109, **Assas**, à gauche D109E1, à droite D21, Z.A. **Teyran**.

**MARDI 23 : La Camargue ( 103,96 km )**, <https://www.openrunner.com/r/6067008>, ( dén 552m )

**Teyran**, à gauche D21, Rpt à droite D26, **Malarive**, à gauche D26E3, à droite D21, à droite D118, **St-Drézéry**, D118, **Beaulieu**, D118, **St-Christol**, D118, à droite D34, **Lunel**, à gauche N113, à droite D6572, **Aimargues**, D6572, **Vauvert**, D6572, à droite D779, **Gallician**, D779, **Etang-du-Charnier**, D779, à droite D179, tout droit D58, à droite D46, **St-Laurent-d'Aigouze**, à gauche D46, à droite D34, **Marsillargues**, à gauche D34, **Lunel**, à gauche D61 route de la mer, à droite Ave d'Aigues-Mortes, à gauche rue du Val fleuri, à gauche puis à droite Ave d'Occitanie, Ave des Abrivados, Rpt à droite D24, **Saint-Just**, D24, **Lansargues**, D24, à droite, à gauche D189, **Mudaison**, à droite D106, **St-Brès**, à gauche D106E6, **Baillargues**, à droite D26, **Castries**, D26, **Malarive**, D26, Rpt à gauche D21, **Teyran**.

**JEUDI 25 : Cournonterral ( 91,56 km )**, <https://www.openrunner.com/r/10156454>, ( dén 972 m )

**Teyran**, vers D145, à droite D145, **Prades-le-Lez**, à droite D17, Rpt à gauche D145, à droite **Piste cyclable // à D145**, **St-Gély-du-Fesc**, à gauche D102, **Grabels**, à droite D102, **Bel-Air**, D102, **Murviel-les-Montpellier**, D102, à droite D5, **Cournonterral**, à droite D114 jusqu'à sommet **côte de la Taillade**, à droite D619, à gauche D111E1, **Montarnaud**, à gauche D111 **Vailhauquès**, à droite D111, à gauche D127E6, à droite D127, à gauche D127E5, à droite D127E5, **St-Gély-du-Fesc**, D112E1, **St-Clément-de-Rivière**, D112 à gauche, D145 à droite, **Prades-le-Lez**, à gauche D17, à droite D109E2, **St-Vincent-de-Barbeyargues**, D109E2, **Assas**, D109E1, à droite D21, **Teyran**.

**MARDI 30 : Langlade ( 93,20 km )**, <https://www.openrunner.com/r/9857962>, ( dén 790 m )

**Teyran**, à gauche D21, Rpt à droite D26, **Malarive**, à gauche D26E3, à gauche D21, **Montaud**, D21, **St-Bauzille-de-Montmel**, A droite D1, **Buzignargues**, D1, **Galargues**, à gauche D120, **Campagne**, à droite D120E4, D254, **Aspères**, à droite D35, **Sommières**, à gauche D6110, à droite D40, **Villevieille**, à gauche D22, **Souvignargues**, D22, à droite D103, **St-Etienne-d'Escattes**, à gauche D103, **Maruéjols**, D103, **St-Côme**, D1, **Clarensac**, D14 à droite D14, **Langlade**, à droite vers **La voie Verte** jusqu'à **Sommières**, à gauche D12, à droite D412, Pont sur **le Vidourle**, D110, **Villetelle**, D110 **Saturargues**, à droite D34, à gauche D118, **St-Christol** à gauche D105, à droite D171, **Restinclières**, D118E3, D118, **Beaulieu**, D118, **St-Drézéry**, D118, à gauche D21, **Teyran**.

Pour éviter toute ambiguïté lors de la sortie Club, Il est recommandé de regarder le tracé des parcours sur Openrunner ( **grand parcours en rouge** et **petit parcours en bleu** ) et si malgré mon attention il y avait une divergence entre le descriptif et le tracé veuillez être indulgent et bien vouloir m'en informer. ( [jackyvivien@orange.fr](mailto:jackyvivien@orange.fr) ).

**Rappel de Sécurité : Port du casque obligatoire,**

les cyclistes doivent respecter impérativement le code de la route (s'arrêter au stop, ne pas passer au feu rouge, ne pas prendre un rond-point par la gauche et bien tenir sa droite).

**Chaque participants se doit d'être autonome ( alimentation, boisson, réparation ).**