



Parcours

Septembre 2018



Départ 8 h du Château du Terral

Responsable : Michel COMES - Port : 06 13 15 58 03

Pour les nouveaux débutants, des sorties le mercredi et samedi sont organisées en fonction de la demande et sont encadrées par des cyclos confirmés. Contacter le responsable pour participer. Les départs auront lieu depuis le château du Terral à 9H 30

Pour les visiteurs de notre site. Si vous souhaitez faire un essai avec nous sur ces parcours c'est avec plaisir que nous vous accueillerons. Pour cela il vous faut contacter notre responsable (voir coordonnées plus haut)

Samedi 01/09 – 88 km

St Jean -St Georges – Murviel – Cournonterral – Cardonet – Aumelas – **Vandémian (pause café offert par le club)** – St Pargoire – St Pons de Mauchien – Abbaye de Valmagne – Villeveyrac – Cournonterral – St Jean

Groupe 2 – 75 km : A partir de Vandémian – Villeveyrac – Cournonterral – St Jean

Dimanche 02/09

Foire aux associations dans le parc du château du Terral

Présence souhaitée de nos adhérents

Mardi 04/09

Groupe 1 - : – 80 km St Jean – Bel Air – St Paul – **Gignac (pause café)** – Lagamas – Montpeyroux – St Jean de Fos - Mur d'Aniane – Puéchabon - Argeliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

Groupe 2 – 70 km : A partir de Gignac – Aniane – Puechabon – Argeliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Jeudi 06/09 – 80km

St Jean – Cournonterral – Montbazin – Gigean - Poussan - Villeveyrac (pause café) - Abbaye de Valmagne – Mèze - Poussan – Montbazin – Fabrègues (voie Romaine) – St Jean

Dimanche 09/09

Sortie journée déportée à CARPENTRAS - Le MONT VENTOUX (1909 m)

Rendez vous au Terral à 7h pour covoiturage

Boissons offertes par le club à l'arrivée

2 parcours possibles, un par **Bédouin** pour les “costauds” et l'autre par **les gorges de la Nesque et Sault** beaucoup plus facile. Repas commun au chalet Reynard et retour groupé. Les conjoints auront la possibilité de participer à cette sortie pour visiter les environs et déjeuner avec les 2 groupes

Parcours groupe 1 : 80 km : Carpentras – Mazan – **Mormoiron (pause café)** – Bédoin – Chalet Reynard – Col des Tempêtes (1909 m)– **Chalet Reynard (repas commun avec groupe 2 et conjoints et retour avec groupe 2)** – Bédoin – Carpentras

Parcours groupe 2 : 80 km : Carpentras – Mazan – **Mormoiron (pause café)** – Ville sur Auzon – Gorges de la Nesque – Sault – **Chalet Reynard (1419 m) Repas commun avec groupe 1 et conjoints et retour avec groupe 1)** – Bédoin – Carpentras

Matinée sur St Jean : 80 km : St Jean – Cournonterral – Cardonet – Aumelas – **Vandémian (pause café)** – St Pargoire – Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – Saussan – St Jean

Mardi 11/09

Sortie journée déportée à PEZENAS - Balade dans le Biterrois

120 km – D+ 1547 m de dénivelé – openruneur N° 8661232

Rendez vous à 7h au Terral pour covoiturage

Boissons offertes par le club à l'arrivée

Pézenas : Caux - **Roujan (café)** - Vailhan – Fournols – Pader - Pézènes les mines – Poux sec - Faugères, Caussignojouls, Cabrerolles – Aigue Vives - Avant Lentheric à droite – St Narzair de Ladarez – Causse Veran – **Murviel (82 km repas)** , St Génies de Fontedit - Autignac – Laurens – Fouzillon – Pouzolle – Margon – Alignan du vent – Tourbes - Pézenas-

Matinée - 88 km D+ 925 m : St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Prades – **Assas (pause café)** – St Mathieu – Pic St Loup – St Martin – Viols le Fort – Vailhauquès – Côte des Pompiers – Bel Air St Jean

Jeudi 13/09 – 84 km D+ 898m

Saint-Jean - Pignan - Murviel – Saint Paul - La Taillade - Aumelas - Saint-Bauzille-de-la-Sylve - Carabotte - Pouzols - Le Pouget - Villeveyrac - Cournonterral - Saussan - Lavérune - Saint-Jean : 84 km, 898 m dénivelé

Dimanche 16/09 –

Randonnée de Gignac départ du Gymnase

Rendez vous au terral 7h 15 pour covoiturage ou sur place à 7h 45

OU

Matinée 80 km : St Jean – Bel Air – Grabels – Murles – **Viols le Fort (pause café)** – Les Matelettes - Puechabon – Aniane – La Boissière – St Paul - Bel Air - St Jean .

Mardi 18/09

Sortie journée 130 km D+ 1996 m

Saint Jean - Saint-Georges - Murviel - Montarnaud - Argelliers - Puéchabon - **Saint-Jean-de-Fos (café)** - Arboras - la Rouquette - Saint-Jean-de-la-Blaquière – Loiras – St Martin - Cartel - Octon - Salasc - Mourèze - **Clermont (repas)** - Le Pouget - Aumelas - Bel-Air - Saint-Georges - Saint-Jean :

Variante : A partir de Cartels – Lacoste – Clermont (repas) retour sur parcours

Matinée 80 km : St Jean – Bel Air – Grabels – Murles – **Viols le Fort (pause café)** – Les Matelettes - Puechabon – Aniane – La Boissière – St Paul - Bel Air - St Jean .

Jeudi 20/09 – 80 km

St Jean — Bel Air — Grabels — St Gély— **Les Matelles (pause café)** — St Jean de Cuculles — St Mathieu de Tréviès — St Croix de Quintillargues — Assas — Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean

Dimanche 23/09

Randonnée de Mauquios-

Rendez vous 8 h sur place ou 7h 30 au Terral

ou

Groupe 1- 92 km - D+ 1085 : Saint-Jean - Bel-air - Grabels - murles - **viols-le-fort (café offert par le club)** - Cazevielle - Saint-Mathieu - lac cécéles - Assas - Prades - Saint-Gély - Grabels - Bel-air - Saint-Jean

Groupe 2 : 75 km : A partir de Viols le fort – Viols en Laval - les Matelles – St Gély – Grabels – Bel Air St Jean

Mardi25/09

Sortie journée déportée à St Bauzille de Putois avec plusieurs cols en Cévennes - 110 km D+ 1600 m - Openrunner N° 8804054

Départ du Terral à 7h

St Bauzille de Putois – Montoulieu – St Hippolyte du Fort – Col du Rédarès (423 m) – **Lasalle (pause café)** – Col du Mercou (570 m) – L'Estréchure – Saumane – Les Plantiers – Col du Pas (833m) – **Valleraugue (69 km repas)** – Le Gasquet – Notre Dame de la Rouvière – Col de la Triballe (612 m) – St Marcial – Sumène – Ganges – St Bauzille de Putois

Boissons offertes par le club à l'arrivée.

Matinée 87 km : St Jean – Bel Air – St Paul – La Boissière – **Aniane (pause café)** – Gignac – St Bauzille de la Sylve – Vandémian - Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

Jeudi 26/09 – 80 km

St Jean – Bel Air – Valhauqués – Montarnaud – La Boissière – **Aniane (pause café)** - Puéchébon – Viols le fort – Viols en Laval – St Gély – Grabels – Bel Air – St Jean

Dimanche 30/09

Reconnaissance Randonnée de la MARQUEROSE

Parcours 90 et 70 km

