



## Parcours

Mars 2018



### Départ 8 h 30 du Château du Terral

**Sauf les mardis / départ 8h**

Responsable : Pierre BARBEZIER 06 82 95 58 99

---

**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 avez envie de 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)

---

### Dimanche 03 / 03

#### **Randonnée du Salagou à Clermont l'Hérault - Campotel en bord du Salagou**

**3 parcours « route » proposés : 86 – 76 – 56 km -  
Saucisses grillées à l'arrivée proposées par le club de Clermont  
Pique-nique avec nos amis du VTT  
Venez nombreux**

**Inscriptions et frais de repas pris en charge par le club**

**Rendez-vous 7 h 15 au Terral pour covoiturage ou 8 h sur place  
Ou départ du Terral 8 h 30**

#### **Groupe 1 - 80 km**

St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Direction Prades – Source du Lez – **Les Matelles**  
**(pause-café)** – Viols en Laval – Viols le Fort – Puéchabon – Argelliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

#### **Groupe 2 : 60 km**

A partir des Matelles – St Gély – Bas de Combaillaux – Côte des Pompiers – Bel Air – St Jean

---

## **Mardi 05/03 – départ 8h**

### **Sortie journée – 124 km D+ 1380 m**

Saint Jean – Saint-Georges – Grabels -Saint Gély – Prades – **Assas (pause-café)** – Montaud - Saint Bauzille de Montmel – Carnas – Vacquières – Sauteyrargues – Lauret – Cazeneuve - le Rouet - col du Fambetou - **Saint Mathieu (85 km repas)** - Saint Jean de Cuculles - les Matelles - source du lez - Saint Clément - Grabels, Saint Jean 125 km, 1384 m D+

**Possibilité de raccourcir** : A partir de Sauteyrargues, rejoindre directement Saint Mathieu de Trévières

### **Matinée – 82 km**

A partir de d'Assas – Sainte Croix de Quintillargues – Saint Mathieu de Trévières – Saint Jean de Cuculles - les Matelles - source du lez - Saint Clément - Grabels, Saint Jean

---

## **Jeudi – 07/03 - 76 km**

St Jean – St Georges – Murviel – Montarnaud – Argelliers – Puéchabon – **Aniane (pause-café)** – Gignac – La Taillade – Cardonnet – Cournonterral – St Jean

---

## **Dimanche 10/03 / Café offert par le club**

### **Groupe 1 – 81 km**

St Jean - St Georges – Murviel – **St Paul (pause-café)** – Gignac – Montpeyrroux – St Jean de Fos – Mur d'Aniane - Puéchabon – Argelliers – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

### **Groupe 2 - 66 km**

A partir de St Paul – La Boissière – Aniane – Puéchabon - Argelliers – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

---

## **Mardi 12/03 – départ 8h30**

### **Sortie journée -120 km D+ 1100 m**

St Jean – Murviel – Montarnaud – Cantagrils – **Viols le Fort (pause café)** – Puéchabon – St Jean de Fos- Gignac – St Bauzille – Vandémian – **Villeveyrac ( 75 km repas - prévenir Natalie)** – Mèze Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

### **Matinée - 84 km**

A partir de Gignac – St Paul – Bel Air – St Jean

---

## Jeudi 14/03 – 79 km

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

---

## Dimanche 17/03

### **Groupe 1 – 80 km**

St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Direction Prades – Source du Lez – **Les Matelles (pause café)** – Viols en Laval – Viols le Fort – Puéchabon – Argelliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

### **Groupe 2 : 62 km**

A partir des Matelles – St Gély – Bas de Combaillaux – Côte des Pompiers – Bel Air – St Jean

---

## Mardi 19/03 – départ 8h

### **Sortie journée -122 km D+ 1300 m**

St Jean – Cournonterral – Cardonnet – **Cabrials (pause-café)** – St Pargoire – Campagnan – Paulhan – Cabrières – Villeneuve – Mourèze – Salasc – Liausson – **Clermont l'Hérault (81 km repas)** Brignac – Canet – Le Pouget – Aumelas – St Paul – Bel Air – St Jean.

**Possibilité de raccourcir** : à partir de Villeneuve, rejoindre directement Clermont l'Hérault

### **Matinée – 73 km**

A partir de St Pargoire – Villeveyrac – Montbazin – Cournonsec – SPA - Golf de Fabrègues – St Jean

---

## Jeudi 21/03 – 76 km

St Jean – St Georges – Bel Air – Grabels – St Gély – direction Prades – Source du lez – **les Matelles (pause café)** Viols le Fort – Les Matelettes – Argelliers – Vailhauquès – Bel Air – St Jean

---

**Samedi 23/03**

**200 km AUDAX à Pézenas**

**Stade municipal Avenue de Plaisance**

---

**Dimanche 24/03 – / Café offert par le club**

**Groupe 1 – 80 km**

St Jean – Pignan - Murviel – St Paul (pause café) – La Boissière – Aniane – Gignac – St  
Bauzille – Aumelas – Cournonterral – St Jean

**Groupe 2 – 70 km**

A partir de St Paul – La Taillade – Vendémian - Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St  
Jean

---

**Mardi 26/03 - Départ 8 h**

**Sortie journée - 136 km D+ 1300 m**

St Jean – Cournonterral – Cardonnet – Aumelas – **Le Pouget (pause-café)** – Canet – Aspiran-  
Fontès – avant Cabrières à gauche – La Rouquette – Néffies – Caux – Castelnau de Gers –  
Pinet – Loupian – **Bouziques (97 km repas)** Loupian – Villeveyrac – Montbazin –  
Cournonterral – St Jean

**Possibilité de raccourci le matin et après-midi :108 km**

A partir du Pouget - Plaissan – St Pargoire – St Pargoire – St Pons – Montagnac – Castelnaud-  
de-Guers – Pinet – Loupian – **Bouziques (72 km repas)** – Poussan – Montbazin –  
Cournonterral – St Jean

**Matinée – 76 km**

A partir du Pouget – Plaissan – Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

---

**Jeudi 28/03 – 80 km**

St Jean – Pignan – Murviel – Montarnaud – Argelliers – La Boissière – **Aniane (pause-café)** –  
Puéchabon – Viols le Fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

---

**Dimanche 31/03**

**Randonnée challenge Samaniègo**  
**Vélo Club Monblanc**

**Inscriptions et frais de repas pris en charge par le club**

**Rendez-vous 7 h 15 au Terral pour covoiturage ou 8 h sur place**

**Matinée : 81 km**

Saint Jean - Pignan - Murviel - Entrée Saint Paul - **Montarnaud (pause-café)** - Argelliers -  
Puéchabon - Pont du diable - Saint Jean de Fos - Montpeyroux – Jonquières – Saint André de  
Sangonis – Gignac – la Taillade – Saint Paul – Bel-Air – Saint Georges – Saint Jean

---