



## Parcours Route Mai 2019



**Départ 8 h du Château du Terral**

**Responsable : Pierre Barbezier  
Tel : 06 82 95 58 99**

---

Pour les débutants : des sorties encadrées par des cyclos confirmés, sont organisées en fonction de la demande, le mercredi et le samedi. Contacter les responsables pour participer. Les départs ont 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 un de nos responsables (voir coordonnées plus haut)

---

**Tous les vendredis (matin) sortie VAE**

**Départ du Terral à 9h – Parcours 50 km environ**

---

**Jeudi 02 Mai 84 km**

St Jean — Bel Air— Grabels — St Gély — **Les Matelles (pause-café)** - St Jean de Cuculles — St Mathieu-de-Trévières — St Bauzille – Montaud — Assas — Prades — St Gély— Grabels - Bel-Air— St Jean

---

**Dimanche 05 Mai**

**Brevet Audax 200 km – CC Fabrègues** Départ 7h – Inscription site CC Fabrègues

**OU Groupe 1 - 80 km** St Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud – Argeliers – Puéchabon - **Aniane (pause-café)** - Gignac – Lagamas – St André de Sangonis - Gignac — St Paul – Bel Air r – St Jean

**Groupe 2 – 64 km** St Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud – Argeliers – Puéchabon - **Aniane (pause-café)** – La Boissière – Montarnaud – Bel-Air – Murviel – Pignan – Saint Jean

**Mercredi 08/05 Jour férié**

*(déplacement du mardi au mercredi pour permettre la participation des cyclos qui travaillent )*

**A l'arrivée , boisson offerte par le club.**

**Sortie journée déportée à Gignac 123 km D+ 1650 - Openrunner N° 8532242**

**Rendez vous au Terral pour covoiturage à 7h 15 ou 8h à Gignac sur le parking sortie Village direction Lagamas au rond point à gauche.**

Gignac – Lagamas – Montpeyroux – Jonquières – St Félix – Rabieux – Cartels – Les Hémies – **Lodève (pause café)** – Col du Perthus – Roqueredonde – avant Ceilhes-Rocozels à gauche – Col de l'Homme mort – Joncels – **Lunas (repas base nautique ou au Bousquet d'Orb 78 km)** - Col de Dio – Col de la Merquièrre – Salasc – Mourèze – Clermont l'Hérault – Brignac – St André – Gignac.

**Raccourci possible de 13 km** à partir du col du Perthus à gauche D 142 sur 3,5 km – à droite D 138 E2 sur 4 km - à gauche Joncels retour sur parcours

**Ou**

**Matinée – 75 km :**

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

---

**Jeudi 09/05 -**

**88 km – 1000 m** St Jean – St Georges – Murviel – **Montarnaud (pause-café)** – La Boissière – Argelliers – Puéchabon – St Jean de Fos – Gignac – St Bauzille – Aumelas – La Taillade – St Paul – Bel Air - St Jean

---

**Dimanche 12/05 – café offert par le club**

**Groupe 1 - 79 km- 890 m de dénivelé avec la côte de Cabrials**

Saint-Jean, Lavérune, Cournonterral, Montbazin, **Villeveyrac (café)**, abbaye de Valmagne, Saint-Pons-de-Mauchiens, Saint-Pargoire, Campagnan- Bélarga – Plaissan - **Cabrials**, Cardonnet, Cournonterral, route de Saussan, Lavérune, retour Saint-Jean par route de Béziers

**Groupe 2 : 73 km** A partir de Villeveyrac – Route de Plaissan - **Cabrials**, Cardonnet, Cournonterral, route de Saussan, Lavérune, retour Saint-Jean par route de Béziers

**Mardi 14/05**

**Sortie journée - 119 km, 1330 m de dénivelé**

Saint-Jean, Saint-Georges, Bel-air, Grabels, Saint-Gély, Prades, **Assas (café)**, Saint-Drézéry, Carnas, Vacquières, Claret, côte des Embruscades, Valflaunes, **Saint-Mathieu (repas)**, Saint-Jean-de-Cuculles, les Matelles, Saint-Gély, Grabels, Bel-air, Saint-Jean :

**Raccourci possible :** Rejoindre Saint-Mathieu à partir de Vacquières en évitant les Embruscades.

**Matinée 78 km**

---

A partir d'Assas – St Mathieu – St Jean de Cuculles – St Gély – Bas de Combaillaux – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

---

### **Jeudi 16/05 - 84 km**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause-café)** – Abbaye de Valmagne – Mèze - Bouzigues – Balaruc – Frontignan – Vic la Gardiole – Villeneuve – St Jean

---

### **Dimanche 19/05 -**

#### **Transversale Palavas – Croix de Mounis- 240 km – départ 6h**

#### **Groupe 1 – 87 km, 950 m D+**

Saint-Jean - Saint Georges - Bel-air - Grabels - Saint Gély - Prades - **Assas (pause-café)** - Sainte Croix de Quintillargues - Saint Bauzille de Montmel - Montaud - Assas - Prades - Saint Clément - Grabels - Bel-air - Saint Jean : 88 km, 949 m D+

---

**Groupe 2 - 76 km** .Saint-Jean - Saint Georges - Bel-air - Grabels - Saint Gély - Prades - **Assas (pause-café)** Sainte Croix de Quintillargues - Saint Mathieu – Saint Jean de Cuculles – les Matelles – Saint Gély – Grabels – Bel-air – Saint Jean.

---

### **Mardi 21/05**

#### **Sortie journée 121 km D+ 1380 m -Côte de Valmascle et cirque de Mourèze.**

St Jean – Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause-café)** – St Pargoire – Campagnan – Paulhan – Adissan – Fontès – Cabrières – Valmascle – Salasc – Mourèze – Villeneuve – **Clermont (80 km Pique-nique)** – Brignac – Canet – le Pouget – St Paul – Bel-air - St Jean

#### **Matinée – 73 km**

A partir de St Pargoire – Vendémian – Aumelas – St Paul – Murviel – Pignan – Saint Jean

---

### **Jeudi 23/05 – 75 km D+ 891 m**

Saint Jean - Saint Georges - Bel-air - Grabels - Saint Gély - les Matelles (pause-café) - Saint Jean de Cuculles - Cazevieille - Viols en Laval - Viols le Fort - les Matelettes - Argelliers - Montarnaud - Bel-air - Saint Georges - Saint Jean (77 km, 891 m D+)

---

## **Dimanche 26/05 café offert par le club**

**Groupe 1 – 80 km** St Jean – Bel Air – Vailhauquès – Saugras - **Viols le Fort (pause-café)** – St Martin de Londres – Pic St Loup – St Mathieu – St Jean de Cuculles – Les Matelles – St Gély – Grabels—Bel Air—St Jean

**Groupe 2 - 64 km** A partir de Viols le Fort –Viols en Laval - Les Matelles – St Gély – Grabels—Bel Air—St Jean

---

## **Mardi 28/05 - A l'arrivée , boisson offerte par le club.** **Sortie journée déportée à Bédarieux -**

**109 km D+ 1750 m Croix de Mounis Openrunner N° 8530836**

**Rendez-vous au Terral à 7h ou parking Gare de Bédarieux route de St Pons**

Bédarieux – La Tour sur Orb – Graissesac – Col de Layrac (765m) – Col de Talis (913m) – Mélagues – Labiras – Maussac – Tauriac – Cenomes – Fayet – **Brusque (63 km repas)** – Croix de Mounis (800m) – St Gervais sur Mare – Castanet le bas – Villemagne – Hérépian – Bédarieux.

**Ou Matinée - 83 km D+ 870 m** St Jean – Bel Air – Grabels –St Gély\_– **Les Matelles (pause-café)** – St Jean de Cuculles – Cazevielle – Viols le Fort – les Matelettes – Argeliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

---

## **Jeudi 30/05.**

### **Randonnée la Teyrannaise** **Parcours 64, 90 et 123 km**

**Rendez-vous 7h au Terral ou 7h45 à Teyran**

**Ou 84 km** : St Jean – St Georges – Murviel – Montarnaud – Argelliers – Puéchabon – **St Jean de Fos (pause-café)** – Lagamas - Gignac- St Bauzille de la sylve – Aumelas - La Taillade – St Paul - Bel Air – St Jean

---

## **Dimanche 02/06**

### **Groupe 1 : 87 km D+ 920 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

### **Groupe 2 : 79 km**

A partir de St Mathieu – St Jean de Cuculles – Les Matelles – St Gély – Bas de Combaillaux – Bel-Air – Saint Georges – Saint Jean

