



Parcours Route Juin 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 8h30 – Parcours entre 50 et 60 km

Samedi 01 / 06

Fête du vélo organisé par le CODEP34
Parc départemental de Bessille (Montagnac)
Parcours 61 km et 93 km

Départ 7h30 à vélo du Terral

Dimanche 02 / 06

Groupe 1 : 86 km, D+ 1000m : St Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud - La Boissière – **Aniane (pause-café)** St Jean de Fos – Montpeyroux – Pied Arboras – St Saturnin – Jonquières - St André de Sangonis - Gignac — St Paul – Bel Air – St Jean

Groupe 2 : 73 km **Aniane (pause-café)** – Saint Jean de Fos – Gignac – Saint Paul – Bel Air – Saint Jean

Mardi 04 / 06

Sortie journée déportée à Sommières

Balade dans le gard avec le mont Bouquet 131 km D+ 1548 m

Openrunner N° 9821803

Boissons offertes par le club à l'arrivée

Départ du Terral à 7h 15

Sommières – St Mamert (D22) – Fons (D1) – Sauzet (D7) – La Régisserie (D7) St Maurice-de-Cazevielle (D7) – St-Jean-de-Ceyragues (D7) – St-Just et Vacquières (D7) – à gauche sur 1km D6 et à droite Brouzet-les-Alès –à la sortie de suite à droite le mont BOUQUET – D607 Seynes – D 115 et D218 Belvézet – **Uzès par D 979 (75 km Repas)** - Prendre la D 982 sur 2 km à droite D22 – Rester sur la D22 jusqu'à St-Mamert du Gard en passant par La Calmette – Parignargues (D1) – Clarensac (voie verte) – Sommières par D40.

Variante 115 km possible Eviter le mont Bouquet (passage à + 20%) prendre un bout de D6 et rejoindre le parcours. Raccourci 10km environ
Pour le retour à partir de St Mamert Sommières direct Raccourci 10km environ.

Ou sur St Jean , Matinée : 90 km / D+ 950 : St Jean – St Georges – Murviel – **Montarnaud (pause café)** – La Boissière – Argeliers – Puéchabon – St Jean de Fos – Montpeyroux – Lagamas – Gignac – St Bazille – Aumelas – La Taillade – St Paul – Bel Air - St Jean

Jeudi – 06 / 06 : 85 km, D+ 800m

St Jean – Bel Air – St Paul – La Boissière – **Aniane (pause-café)** – Gignac – St Bazille de la Sylve – Vandémian - Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – St Jean

Dimanche 09 / 06

On roule avec le CLV
Sortie déportée à Lodève – RV 7H au Terral
Parcours de 107 et 95 km

Groupe 1 – 91 km D+ 1011m : Café offert par le Club

Saint Jean - Grabels - Saint Gély - Prades - **Assas (Pause-café)** - Sainte Croix de Quintillargues - Saint Mathieu - Saint Martin de Londres - Viols-le-Fort - Cantagril - Vailhauques - Bel-air - Saint Jean

Groupe 2 – 78 km : à partir de Saint Mathieu – Saint Jean de Cuculles – Les Matelles – Saint Gély – Grabels – Bel-air – Saint Jean

Mardi 11 / 06

Sortie journée au départ de St Jean : 120 km avec 1350 m de dénivelé.

St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – **Les Matelles – (pause-café)** – St Jean de Cuculles – St Mathieu – Pic St Loup – St Martin de Londres – Le Frouzet – Les Causses de la selle – St Guilhem – **Aniane 83 km (Repas de midi)** – Gignac - St Paul – Murviel - Pignan- St Georges – St Jean.

Ou Matinée – 88 km : A partir de St Martin – Viols le fort – Cantagrils – Vailhauquès – Côte des Pompiers – Bel Air – St Jean

Jeudi 13 / 06 - 84 km, D+ 600M

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

Dimanche 16 / 06 – Café offert par le club

Groupe 1 – 82 km, 890 D+ avec côte de Cabrials : Saint-Jean, Lavérune, Cournonterral, Montbazin, **Villeveyrac (café)**, abbaye de Valmagne, Saint-Pons-de-Mauchiens, Saint-Pargoire, Campagnan- Belarga – Plaissan - Cabrials, Cardonnet, Cournonterral, route de Saussan, Lavérune, retour Saint-Jean par route de Béziers

Groupe 2 : 73 km - A partir de St Pargoire – Vandémian – Aumelas – Cardonnet – Cournonterral - route de Saussan, Lavérune, retour Saint-Jean par route de Béziers

Mardi 18 / 06

Sortie journée dans le Biterrois déportée à Murviel les Beziers

103 km D+ 1602m – Openrunneur N° 9652057

Départ 7h du Terral - Boissons offertes par le club à l'arrivée

Murviel – Cazedarnes – Pierrrerue – Prades sur Vernazobre - Berlou – Escagnès – Mézeilles – Boissezon – Vieussan – le Pin – le Lau - Le Poujol – Les Aires – **Faugères (70 km repas)** – Caussiniojou – Cabrérolles – Aigues Vives - St Nazaire de la Ladarrez – Causse et Veyran – Murviel

Ou Matinée sur St Jean - 84 km

St Jean – Bel Air – St Gély - **Les Matelles (pause café)** – St Jean de Cuculles – St Mathieu – Pic St Loup - St Martin de Londres – Viols le Fort – Les Matelettes – Argeliers – Montarnaud – Bel Air – St Jean

Jeudi 20 / 06 – 82 km

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

SEJOUR CHIUSA – PESIO **Du Samedi 22 au Samedi 29 juin**

Dimanche 23 / 06

Groupe 1 - 83 km D+ 1000m : St Jean – Pignan – Murviel – **Montarnaud (pause-café)** – Argeliers – La Boissière – Aniane – Puéchabon – Viols le fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air - St Jean

Groupe 2 - 72 km A partir de Argeliers – Puéchabon – Viols le Fort – Murles – Vailhauquès – Côte des pompiers – Bel Air – St Jean

Mardi 25 / 06 - 84 km

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

Jeudi 27 / 06 - 87 km

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

Dimanche 30 / 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

Mardi 02 / 07 - 91 km

Saint Jean - Pignan - chemin de Peyssine - Cournonterral - Cardonnet - **Cabrials (pause-café)** - Vendémian - Aumelas - la Taillade - Mas Bélaure - la Boissière - Argelliers - Montarnaud - Bel-air - Murviel - Pignan - Saint Jean

Jeudi 04 / 07 - 80 km

St Jean – St Georges — Murviel — Montarnaud – Argelliers – Puéchabon - **Aniane (pause-café)** - Gignac – Lagamas – St André de Sangonis - Gignac — St Paul – Bel Air r – St Jean

Dimanche 07 / 07

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

Saint-Jean, Lavérune, Cournonterral, Montbazin, **Villeveyrac (pause-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 09 / 07

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-Rocozeles 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
