



## Départ 9 h du Château du Terral

Responsable : Michel COMES - Tél : 04 67 69 35 89  
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)

---

### Mardi 03/01 – 70 km

St Jean – Cournonterral – Cournonsec – SPA - Golf Fabrègues - **Vic la Gardiole (pause café)** – Frontignan - Balaruc – Poussan – Montbazin – Cournonterral – St Jean

---

### Jeudi – 05/01 – 68 km

St Jean - Bel Air – Grabels – **Murles** - Viols le Fort - Les Matelettes – Argelliers – Montarnaud - Bel Air - St Jean

---

### Dimanche 08/01– 69 km

#### Point Café organisé par le MUC au château de Pignan

**Groupe 1 – 69 km** : St Jean – **Pignan (point café)** - Cournonterral – Montbazin – Villeveyrac – Mèze - Poussan par piste cyclable – Fabrègues par voie romaine – St Jean

**Groupe 2 – 60 km** : à partir de Cournonterral – Vic la Gardiole – Frontignan – Balaruc le vieux - Poussan par piste cyclable – Fabrègues par voie romaine – St Jean

---



## **Mardi 10/01 – 66 km**

St Jean — Bel Air — Grabels — **St Gély (pause café)** — Les Matelles — Le Triadou — Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean

---

## **Jeudi 12/01 – 68 km**

St Jean - Bel Air – Grabels – Murles - **Viols le Fort (pause café)** - Les Matelettes – Argelliers – Montarnaud - Bel Air - St Jean

---

## **Dimanche 15/01 – 68 km**

**Groupe 1 – 68 km :** St Jean – Pignan - Cournonterral – Montbazin – **Villeveyrac (pause café)** – Abbaye de Valmagne – Loupian - Poussan par piste cyclable – Montbazin - Fabrègues par voie romaine – St Jean

**Groupe 2 -63 km:** à partir de Villeveyrac – Loupian - Poussan par piste cyclable – Montbazin - Fabrègues par voie romaine – St Jean

---

## **Mardi 17/01 – 65km**

St Jean – Bel Air – Montarnaud – Argelliers – Puéchabon – **Aniane ( Pause café )** – La Boissière – St Paul – Bel Air – St Jean

---

## **Jeudi 19/01 – 68 km**

St Jean - St Georges – Murviel – St Paul ( pause café) - La Boissière – **Aniane ( pause café)** - Gignac - St Paul - Bel Air – St Jean -

---

## **Dimanche 22/01 – 66 km**

**Groupe 1 – 66 km :** St Jean - St Georges – Murviel – **St Paul (pause café)** – Gignac – Aniane – La Boissière – Montarnaud – Bel Air – St Jean

**Goupe 2 - 58 km:** à partir de St Paul – La Boissière – Argelliers - Montarnaud – Bel Air – St Jean

---

## Mardi 24/01 – 68 km

St Jean – Cournonterral – Montbazin – Villeveyrac (pause café) – Abbaye de Valmagne – Loupian - Poussan – Montbazin – Fabrègues par voie romaine – St Jean

---

## Jeudi 26/01 – 66 km

St Jean – St Gorges – Bel Air – Grabels – St Gély (pause café) – Les Matelles – Source du Lez – St Clément – Grabels – Bel Air St Jean.

---

## Dimanche – 29/01- 65 km

Groupe 1 – 65 km : St Jean – Bel Air – Montarnaud (pause café) – Argeliers – Puéchabon – Aniane – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

Groupe 2 : 58 km à partir d'Ageliers – la Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean

---

## Mardi – 31/01 - 67 km

St Jean – Cournonterral – Counonsec – à gauche dirction RN113 – SPA - Golf de Fabrègues – Vic la gardiole (pause café) – Villeneuve – Palavas – Carnon – Pérols – Lattes – Maurin – St Jean

---

