

# Parcours de Novembre 2010

Départ le dimanche à 8h30

## Dimanche 7

- 40 km : Vailhauquès – Saint Gély du Fesc – Les matelles – Sources du lez – Prades – Saint Clément – Grabels – Vailhauquès ( D : 400m)
- 64 km : Vailhauquès – Montarnaud – St Paul – La Boissière – Aniane – St jean de Fos – Gignac – popian – St Bauzille – Aumelas – St Paul – Montarnaud – Vailhauquès ( D : 650m)
- 82 kms : Vailhauquès- montarnaud – st paul – la taillade – aumelas – vendemian – plaisan – belarga – campagnan – st pargoire – villeveyrac – montbazin – cournonterral – murviel – bel air – grabels – vailhauquès

## Dimanche 14

- 40 km : Vailhauquès – Saugras – Viols le Fort – Puechabon – Argeliers – Montarnaud – Chevaux de Laur – Fenouillède- Vailhauquès ( D : 530m)
- 63 km : Vailhauquès – St Gély – Les Matelles – Viols en laval – Viols le fort – Puechabon – Aniane – La boissière – St Paul - Montarnaud Vailhauquès ( D : 735m)
- 77 km : Vailhauquès – Fontfroide – St clément – Prades – Assis – Montaud – St Bauzille – St Mathieu – Pic St loup – Mas de londres – St Martin – Viols le fort – Saugras – Vailhauquès

## Dimanche 21

- 40 km : Vailhauquès – Montarnaud – Murviel – Pignan – Laverune - St Georges - Bel Air – Grabels – Murles - Mas Perry – Vailhauquès ( D : 530m)
- 64 km : Vailhauquès – Saugras – Viols le fort – Viols en laval – Cazevielle – St jean de Cucules – Prades – St clément – Grabels – Murles – Saugras – Vailhauquès
- 82,3 km : Vailhauquès- Montarnaud- St paul – La taillade – Vendémian – Le pouget – Cahet – Aspiran – Cabrières – Nébian – Brignac – St André – Lagamas – St jean de Fos – Aniane – La boissière – St Paul – Montarnaud – Vailhauquès

## Dimanche 28

- 40 km : Vailhauquès –Bel air – St georges – Laverune – Pignan – Cournonterral – la Taillade – St paul – Montarnaud – Vailhauquès
- 60 km : Vailhauquès – Montarnaud – Bel air – Murviel – Cournonterral – la Taillade – mas d’armen – La boissière – Argeliers – Vailhauquès
- 76 km : Vailhauquès- Grabels- Bel Air- St Georges- Laverune- Fabregues- Villeuneuve les Maguelone- Mireval- Vic la Gardiolle- Cournonterral - La Taillade- Mas d’Alhen- Mas St Martin- La Boissière- Argeliers- Vailhauquès (D=890m)