



Parcours de Décembre 2012

Départ le dimanche à 9h00



Dimanche 2 décembre

40 kms D : 530m	Vailhauquès – Montarnaud - St Paul - La Boissière – Aniane – Puechabon – Argelliers - Montarnaud – Vailhauquès
74 kms	Vailhauquès - Montarnaud - St Paul - La Boissière - Aniane - Puechabon - Viols le Fort - Viols en Laval - Cazevielle - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély – Montlobre - Vailhauquès
82,5 kms D : 660m route = 389891	Vailhauquès - Montarnaud - St Paul - La Boissière - Aniane - Puechabon - Viols le Fort - Viols en Laval - Cazevielle - St Jean de Cuculles - Les Matelles – Source du Lez - St Clément de Rivière - Grabels - Vailhauquès

Dimanche 9 décembre

40 kms D : 400m	Vailhauquès – Saint Gély du Fesc – Les matelles – Sources du lez – Prades – Saint Clément – Grabels – Vailhauquès
61 kms	Vailhauquès – Saugras – Viols en Laval – Mas de Londres – Le Rouet – ND de Londres – St Martin – Viols le Fort – Les Matelettes – Argeliers – Vailhauquès
77 kms	Vailhauquès – Fontfroide – St clément – Prades – Assas – Montaud – St Bauzille – St Mathieu – Pic St loup – Mas de Londres – St Martin – Viols le fort – Saugras – Vailhauquès

Dimanche 16 décembre

44 kms	Vailhauquès – Saugras – Murles – Grabels – Bel Air – Murviel – Montarnaud – Chevaux de Laur – Fenouillède – Vailhauquès
64 kms D : 650m	Vailhauquès – Montarnaud - St Paul - La Boissière – Aniane - St Jean de Fos – Gignac – Popian – St Bauzille – Aumelas - St Paul - Montarnaud – Vailhauquès
82 kms	Vailhauquès – Montarnaud - St Paul – La taillade – Vendémian – Le pouget – Canet – Aspiran – Cabrières – Nébian – Brignac – St André – Lagamas – St Jean de Fos – Aniane – La Boissière – St Paul – Montarnaud – Vailhauquès

Dimanche 23 décembre

45 kms	Vailhauquès – Montarnaud – St Paul – La Taillade – Cournonterral – Pignan – St Georges – Bel air – Montarnaud - Vailhauquès
68 kms	Vailhauquès - GraBels - Bel Air - St Georges - Laverune - Fabregues - Villeuneuve les Maguelone - Mireval - Vic la Gardiolle - Cournonterral - Murviel - Vailhauquès
77 kms	Vailhauquès – Saugras – Viols le fort – Puechabon – Aniane – St Jean de Fos – Lagamas – Gignac – Popian - St Bauzille – Aumelas – La Taillade – St Paul – Bel air – Grabels – Vailhauquès

Dimanche 30 décembre

40 km	Vailhauquès – Montarnaud – Murviel – Pignan – Laverune - St Georges - Bel Air – Grabels – Murles - Mas Perry – Vailhauquès (D : 530m)
64 kms	Vailhauquès – Saugras – Viols le fort – Viols en laval – Cazevielle – St Jean de Cucules – Prades – St clément – Grabels – Murles – Saugras – Vailhauquès
70 kms	Vailhauquès – St Gely – les Matelles – St Jean de cuculles – Cazevielle – Viols en laval – Viols le fort – Puechabon – Argelliers – la Boissière – St Paul – Montarnaud - Vailhauquès