

## PARCOURS MERCREDIS FEVRIER 2026

**Mercredi 4 février N°Joel 128** [Grabels - N° Joel 128 | OpenRunner](#)

**Grand parcours :**

Grabels-Murles-Viols le Fort-Puéchabon-Le Pont du Diable par mur d'Aniane-St Jean de Fos-Montpeyroux-Lagamas-Gignac (ravito eau km 44)-La Taillade-St Paul et Valmalle-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels.  
Environ 74 km.

**Petit parcours :**

Idem que le grand jusqu'à St Paul et Valmalle puis Bel Air-Grabels. Environ 67 km.

**Mercredi 11 février N°Joel 129** [Grabels - N°Joel 129 | OpenRunner](#)

**Grand parcours :**

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-St Paul et Valmalle-La Taillade-Aumelas-Vendémian (ravito eau km 32)-Le Pouget-St Bauzille de la Sylve-Gignac-La Taillade-La Boissière-Montarnaud-Bel Air-Grabels.  
Environ 74 km.

**Petit parcours :**

Idem que le grand jusqu'à Aumelas puis St Bauzille de la Sylve-Gignac-La Taillade-St Paul-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 68 km.

**Mercredi 18 février N°Joel 130** [Grabels - N° Joel 130 | OpenRunner](#)

**Grand parcours :**

Grabels-St Gély-Les Matelles-St Mathieu-Valflaunès-Mas Gourdou-côte de Valflaunès-descente côte des vaches-direction ND de Londres-Biranques-St Martin de Londres (ravito eau km 41)-Route de Ganges-Cazevieille-St Jean de Cuculles-Les Matelles-St Gély-Mas de Pierrette-Grabels.  
Environ 73 km.

**Petit parcours :**

Idem que le grand jusqu'à St Martin puis Viols le Fort-Murles-Grabels. Environ 67 km.

**Mercredi 25 février N°Joel 131** [Grabels - N°131 Joel | OpenRunner](#)

**Grand parcours :**

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-Argelliers-La Boissière-Route des mas-La Taillade-Cournonterral-Pignan-Murviel (ravito eau km 57)-Bel Air direct par Mas de Bellespieres-côte des pompiers-Vailhauquès-Grabels.  
Environ 75 km.

**Petit parcours :**

Idem que le grand jusqu'à Bel Air puis Grabels direct. Environ 70 km.