

PARCOURS MERCREDIS OCTOBRE 2025

MERCREDI 1er OCTOBRE N°JOEL 111

Grand parcours : <https://www.openrunner.com/r/15543012>

Grabels-Montarnaud-Murviel-Pignan-Cournonterral-Montbazin-Villeveyrac centre-côte de Cantagal-entrée Plaissan-Vendémian (ravito eau km 58)-Aumelas-La Taillade-St Paul-Bel Air-Grabels. Environ 82 km.

Petit parcours :

A Cournonterral, côte de Fertalière-La Taillade-La Boissière-Argelliers (ravito eau km 58)-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 76 km.

MERCREDI 8 OCTOBRE N°JOEL 141

Grand parcours : [Grabels - Joel N°141 | OpenRunner](#)

Grabels-St Gély-Le golf-St Clément-Prades-St Vincent-Assas-St Croix de Quintillargues-St Mathieu-Pic St Loup-ND de Londres-St Martin de Londres par piste cyclable puis route de Biranques (ravito eau km 49)-Viols-le-Fort-Les Matellettes-Argelliers-La Boissière- St Paul-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 87 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Viols-le-Fort puis Saugras-Vailhauquès-Montarnaud-Bel Air-Grabels. Environ 77 km.

MERCREDI 15 OCTOBRE N°JOEL 142 départ 8h30

Grand parcours : [Grabels - Joel N°142 | OpenRunner](#)

Grabels-St Gély-Les Matelles-St Mathieu-Lac de Cécélès-St Croix de Quintillargues-Fontanès-Babara-Vacquières-Sauteyrargues-Claret-Les Embruscalles-Le plateau-Valflaunès-St Mathieu-Les Matelles-St Gély-Grabels. Environ 83km

MERCREDI 22 OCTOBRE N°JOEL 143 départ 8h30

Grand parcours : [Grabels - Joel N°143 | OpenRunner](#)

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-La Boissière-Aniane-Pont du Diable-Montpeyroux (ravito eau km 35)-Jonquières-St Félix-Rabieux-rond-point de Sallèles du Bosc-Lacoste-Clermont-Ceyras-St André-Gignac (ravito eau km 65)-La Taillade-St Paul-Bel Air-Grabels. Environ 88 km.

Petit parcours : A Montpeyroux direction Arboras puis St Saturnin-Jonquières-St Felix-Ceyras-St André-Gignac-La Taillade-St Paul-Bel Air-Grabels. Environ 77 km.

MERCREDI 29 OCTOBRE N°JOEL 144 départ 8h30

Grand parcours : [Grabels - Joel N°144 | OpenRunner](#)

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-Argelliers-Puéchabon-Viols-le-Fort-Viols en Laval-Cazevieille-St Jean de Cuculles-St Mathieu-St Croix de Quintillargues-Assas-Prades-St Gély-Mas de Pierrette-Combaillaux-Grabels. Environ 80 km.

Petit parcours : A St Mathieu direction lac de Cécélès puis Assas-Prades-St Gély-Grabels. Environ 77 km.