

Parcours dimanches janvier 2023

PARCOURS N° 400

Secteur : **EST** DATE: **Dimanche 1^{er} janvier 2023**

Dénivelé : **706** Kms : **80**

Lien Openrunner : <http://www.openrunner.com/index.php?id=5416102>

Grabels-St Gély-le golf-St Clément-Prades-St Vincent-Assas centre-Rond point citerne
D26 puis D26E3-Castries D610-Le Bèrange D106 puis D105- St Geniès des Mourgues-St
Christol D118-Beaulieu-St Drézéry-Montaud-St Bauzille -St Mathieu- Les Matelles-St
Gély-Grabels(80Kms) (Parcours court 61kms)*

**départ circuit long,Circuit court par St Drézéry Montaud et Bauzille de Montmel-St Mathieu-Les Grabels(61kms)*

PARCOURS N° 402 Point Café Sud Vélo Valflaunès

Secteur : **NORD OUEST** DATE: **Dimanche 8 janvier 2023**

Dénivelé : **874** Kms : **79**

Lien Openrunner: <http://www.openrunner.com/index.php?id=6676928>

*Grabels-Murles-Viols-St Martin(D986 et D1E6)-Notre Dame(D1puis D122E6),côte des
vaches*D17E7 Lauret-sortie Lauret à droite -Valflaunès Point café (DE9)St Mathieu-Les
Matelles St Gély-Grabels(79kms) (Parcours court 62kms)*

**départ circuit long,Circuit court par Valflaunès puis jonction avec grand parcours(62kms)*

PARCOURS N° 407 Point Café VC Montferrier (Le Dévezou)

Secteur : **EST** DATE: **Dimanche 15 janvier 2023**

Dénivelé : **772** Kms : **72Kms**

Lien Openrunner : [Grabels - N°407 | OpenRunner](http://www.openrunner.com/index.php?id=5475114)

*Grabels-Fontfroide-La Lironde-Montferrier Point café-Prades le Lez-Teyran-St Drézéry
Montaud-St Bauzille de Montmel-Sainte Croix-Assas-St Vincent-Prades-St Gély mas de
pierette-Combailaux*Vailhauquès-Côte des pompiers-Bel air-Grabels(72Kms) (parcours
court 60kms)*

**départ circuit long,Circuit court Direct Grabels (60kms)*

PARCOURS N° 415 Ou parcours commun avec le Vélo Club Vailhauquois ? (non confirmé)

Secteur : **NORD** DATE: **Dimanche 22 janvier 2023**

Dénivelé : **756** Kms : **76Kms**

Lien Openrunner : <http://www.openrunner.com/index.php?id=5475114>

*Grabels-Murles-Viols le Fort-Viols en Laval-Cazevieille-St Jean de Cuculles-St
Mathieu*(D1-D109)- Sainte Croix de Quintillargues(D26)-Lac de Cécéles-St Mathieu-Les
Matelles- Source du Lez-St Clément-Le golf-St Gély-Grabels(76Kms) (Parcours court
65kms)**

Départ circuit long,Circuit court Direct Les Matelles-St Gély-Grabels (65kms)

PARCOURS N° 421

Secteur : **NORD OUEST** DATE: **Dimanche 29 janvier 2023**

Dénivelé : **740** kms : **73Kms**

Lien Openrunner : <http://www.openrunner.com/index.php?id=5407402>

*Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-St Paul-La Taillade-Gignac-Lagamas Montpeyroux-St
Jean de Fos-Pont du Diable(le mur)Puéchabon*-Viols le fort Murles-Grabels(73kms) St
Clément-Le golf-St Gély-Grabels(76Kms) (Parcours court 65kms)*

**départ circuit long, Circuit court Direct Argelliers-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels(65kms)*

