

PARCOURS MERCREDIS DECEMBRE 2025

Mercredi 3 décembre Joël n°120

Grand parcours : [Grabels - Joel N°120 | OpenRunner](#)

Grabels-Murles-Viols en Laval-Cazevieille-St Jean de Cuculles-St Mathieu-St Bauzille de Montmel (ravito eau km 43)-Montaud-St Drézéry-Assas-Prades le Lez-St Gély du Fesc par piste cyclable du collège-Combaillaux-Grabels. Environ 74 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à St Bauzille de Montmel puis Assas-Prades le Lez-St Gély par piste cyclable du collège-Grabels. Environ 68 km.

Mercredi 10 décembre Joël n°121

Grand parcours : [Grabels - Joel N°121 | OpenRunner](#)

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-Murviel (ravito eau km 22)-Pignan-Cournonterral-côte de Fertalière-La Taillade-La Boissière-Argelliers (ravito eau km 59)-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 77 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à La Taillade-St Paul Valmalle-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 67 km.

Mercredi 17 décembre Joël n°122

Grand parcours : [Grabels - Joel N°122 | OpenRunner](#)

Grabels-Vailhauquès-Argelliers-La Boissière-Aniane-Gignac (ravito eau km 35)-La Taillade-St Paul et Valmalle-Murviel (ravito eau km 54)-Pignan-St Georges-Bel Air-Grabels. Environ 73 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Murviel puis St Georges-Bel Air Grabels. Environ 69 km.

Mercredi 24 décembre Joël n°123

Grand parcours : [Grabels - Joel N°123 | OpenRunner](#)

Grabels-St Gély du Fesc-Les Matelles-St Mathieu-Valflaunès (ravito eau km 24)-Lauret-côte de Lauret-Le Plateau-côte des vaches- vers ND de Londres puis Biranques-St Martin de Londres (ravito eau km 46)-Viols le Fort-Saugras-Vailhauquès-Grabels. Environ 71 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'au bas de la côte des vaches puis Biranques-St Martin de Londres-Viols le Fort-Murles-Grabels. Environ 69 km.

Mercredi 31 Décembre Joël n°141

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

Grabels-Vailhauquès-côte des pompiers-Montarnaud-Argelliers-La Boissière-Aniane-Gignac-Chemin de Pélican-St Bauzille de la Sylve-Le Pouget-Aumelas-La Taillade-St Paul-Bel Air-Grabels. Environ 74 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à St Bauzille puis Aumelas et jonction avec le grand parcours. Environ 73 km.