

## Parcours dimanches septembre 2025

### PARCOURS N° 202

Secteur : **EST** DATE : **Dimanche 7 Septembre 2025**

Dénivelé : **886** Km : **98**

Lien Openrunner : <http://www.openrunner.com/index.php?id=6968245>

Grabels-St Clément-Prades-St Vincent-Assas centre D109E1-St Drézéry-Beaulieu entrée à gauche-Saussines-Sommières\*-Villevieille D40 puis D440 Souvignargues D22-Fontanes D107-Lecques D164-Salinelles D178-Aspères D254-Campagne-Garrigues D120-Côte de Carnas-Babara-Fontanes-Les Matelles St Gély-Grabels(98kms) (parcours court 81kms)

\*Départ circuit long.Retour circuit court par Salinelles Aspères

### PARCOURS N° 208

Secteur : **OUEST** DATE : **Dimanche 14 Septembre 2025**

Dénivelé : **1123** Km : **100**

Lien Openrunner : <http://www.openrunner.com/index.php?id=5707218>

Grabels-St Georges-Pignan-Cournonterral-Montbazin-Villeveyrac D2 (direction clermont)D30-St Pargoire-D30E10 puis D131E11-Plaissan, D2-Le Pouget St Bauzille de la Sylve-Gignac\*-Aniane-Puiéchabon-Viols le Fort-Murles-Grabels(100kms) (parcours court 85kms) \*Départ circuit long.Retour circuit court par St Paul-Bel air-grabels (85kms)

### PARCOURS N° 226

Secteur : **EST** DATE: **Dimanche 21 Septembre 2025**

Dénivelé : **830** Km : **93**

Lien Openrunner : <https://www.openrunner.com/r/8945637>

Grabels-St Gély-Les Matelles-Les Cazarels-St Mathieu-St Bauzille-Galargues Sommières\*-Aubais-Villetelle-Saturargues-St Christol-St Génies des Mourgues Sussargues D26E4-Teyran-D145-Prades le Lez-Montferrier centre Grabels(94kms) (parcours court 78kms)

\*Départ circuit long,Retour circuit court par Saussines-St Drézéry-Teyran et jonction avec grand parcours(78kms)

### PARCOURS N° 209

Secteur : **NORD OUEST** DATE : **Dimanche 28 Septembre 2025**

Dénivelé : **887** Km : **94.5**

Lien Openrunner : <https://www.openrunner.com/r/8945830>

Grabels-Vailhauquès-Argelliers-Puéchabon-Pont du diable-St Jean de Fos Montpeyrroux-Jonquières-St Félix de Lodez-Rabieux-D 609- D140-Lacoste Clermont L'hérault-Brignac-Canet\*Plaissan-Vendémian-Aumelas-St Paul et Valmalle-Bel air-Grabels(94.5kms) (parcours court 86kms)

\*Départ circuit long Retour circuit court par le Ceyras-Gignac-La Taillade et jonction avec circuit long (86kms)