

PARCOURS MERCREDIS MARS 2026

Mercredi 4 mars :

Grand parcours : N° j 300 <https://www.openrunner.com/r/14276699>

Grabels-St Gély-Les Matelles-St Mathieu-Fontanès par le Mas de la Vieille-Sauteyrargues-Lauret-Valflaunès-Pic St Loup-Biranques-St Martin de Londres-Viols le Fort-Saugras-Vailhauquès-Grabels. **Environ 80 km.**

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'au Pic St Loup puis St Martin direct-Viols le Fort-Viols en Laval-Murles-Grabels.

Environ 76 km.

Mercredi 11 mars :

Grand parcours : N° j 319 [Grabels - Joel N°319 OpenRunner](#)

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-Argelliers-Puechabon-St Jean de Fos-Montpeyroux-Jonquieres-St Félix-St André-Gignac-St Bauzille de la Sylve par Chemin de Pélican-Aumelas-La Taillade-St Paul-Bel air-Grabels. **Environ 82 km.**

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Gignac puis La Taillade-St Paul-Bel Air-côte des pompiers-Vailhauquès-Grabels.

Environ 70 km.

Mercredi 18 mars :

Grand parcours : N° j 301 <https://www.openrunner.com/r/14277034>

Grabels-St Gély-Le golf-St Clément-Prades-Assas-Montaud-St Hilaire de Beauvoir-Saussines-Boisseron-St Christol-St Geniès des Mourgues-Le Béranger-Sussargues-Rondpoint de la citerne-Assas-Prades-St Clément-Grabels. **Environ 80 km.**

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Assas puis St Drézéry-Beaulieu-St Geniès des Mourgues et jonction avec le grand parcours. Environ 66 km.

Mercredi 25 mars :

Grand parcours : N° j 303 <https://www.openrunner.com/r/14277127>

Grabels-Combaillaux-Route des combes-Murles-Viols le Fort-St Martin-Notre Dame de Londres direct- Ferrières les Verreries-Les Embruscalles-Claret-Sauteyrargues-Fontanès-Ste Croix de Quintillargues-Assas-St Vincent-Prades-St Clément-Grabels. **Environ 85 km.**

Petit parcours

Grabels-Murles-Viols le Fort-St Martin-Notre Dame de Londres-Ferrières les Verreries-Valflaunès-St Mathieu-Les Matelles-St Gély-Grabels. Environ 79 km.