

PARCOURS MERCREDIS MOIS DE SEPTEMBRE 2025

Mercredi 3 septembre Joël n°137

<https://www.openrunner.com/route-details/17493103>

Grand parcours :

Grabels-St Gély-Les Matelles-St Mathieu-Valflaunès (ravito eau km 24)-Mas Gourdou-côte de Valflaunès-Le Plateau-Ferrières les Verreries-Notre Dame de Londres-Biranques-St Martin de Londres (ravito eau km 56)-Viols le Fort-Les Matellettes-Argelliers (ravito eau km 70)-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 88 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Viols le Fort puis Murles-Grabels. Environ 80 km.

Mercredi 10 septembre Joël n°138

<https://www.openrunner.com/route-details/17494704>

Grand parcours :

Grabels-St Gély-Les Matelles-St Mathieu-Fontanès par le Mas de la Vieille-Babara-côte de Carnas-Mas de Martin-Garrigues (ravito eau km 40)-Campagne-Aspères-Salinelles-Sommières-Saussines-St Hilaire-St Drézéry (ravito eau km 64)-Assas-Prades le Lez-St Clément de Rivière-Grabels. Environ 87 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Garrigues puis Galargues-St Hilaire et jonction avec le gd parcours. Environ 75 km.

Mercredi 17 septembre Joël n° 139

<https://www.openrunner.com/route-details/17494810>

Grand parcours :

Grabels-Murles-Viols le Fort-Puéchabon-Aniane-Gignac (ravito eau km 36)-St Bauzille de la Sylve par Mas de Pélican-Le Pouget-Plaissan-Vendémian (ravito eau km 53)-Aumelas-La Taillade-La Boissière-Croix de Félix-Montarnaud-Bel Air-Grabels. Environ 85 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'au Pouget puis Vendémian et jonction avec le grand parcours. Environ 80 km.

Mercredi 24 septembre

[Grabels - N°237 | OpenRunner](#)

Grand parcours :

Grabels-Vailhauquès-Montarnaud-La Boissière-Aniane-Pont du Diable-Montpeyroux (ravito eau km 35)-bas Arboras-St Saturnin-St Guiraud-St Félix-Ceyras-Brignac-Canet (ravito eau km 53)-Le Pouget-Vendémian-Aumelas-La Taillade-St Paul-Montarnaud-Vailhauquès-Grabels. Environ 90 km.

Petit parcours :

Idem que le grand jusqu'à Le Pouget puis Aumelas-La Taillade-St Paul-Bel Air-Grabels Environ 83 km.