



Tous les départs se feront devant l'école

**"Les ASPHODELES"**

## PARCOURS DATES & HORAIRES MOIS DE MAI 2023

		PARCOURS DATES & HORAIRES MOIS DE MAI 2023				
		Mercredi 3 Mai 7h30	Samedi 6 mai 7h30	Mercredi 10 Mai 7h30		
			Vendargues	Vendargues-Teyran	Vendargues- ZA	
			Teyran	Guzargues	Castries-Guzargues	
			Prades-St Gely	Treviers (zone artisanale)	Treviers-Pic	
			Pied de Combaillaux	St Jean de Cuculles	St Martin-Frouzet	
			Vailhauques-Montarnaud	Cazevielle-Viols le Fort	Causse de la Selle	
			St Paul et Valmalle	Puechabon-Aniane	Pont d'issensac	
			La Taillade	La Boissière-St Paul	ND de Londres	
			Cournonterral-Murviel	Bel Air-Grabels	Pont de Januq-Le Rouet	
			Bel Air-Grabels	Fontfroide - Montferrier	Pic	
			St Gely-Prades	Entrée Prades -Teyran	Treviers	
		Assas-Castries	Vendargues	Guzargues		
		Vendargues		Castries		
				Vendargues		
		6H33 1100 m 100 km	6H29 1100 m 98 km	6H24 1050m 100 km		
Samedi 13 Mai 7h30	Mercredi 17 Mai 7h30	Samedi 20 mai 7h30	Mercredi 24 Mai 7h30	Samedi 27 mai 7h30	Mercredi 31 Mai 7h30	
Vendargues-StAunes	Vendargues-ZA-Castries	Vendargues-ZA	Vendargues-Teyran	Vendargues-Teyran	Vendargues-Teyran-Prades	
Mauguio-Mudaison	Guzargues-Ste Croix	Castries-Fontmarie	Prades-St Gely	Guzargues	St Gely-Pied Combaillaux	
Lansargues	Treviers-Le Rey	Sussargues-St Hilaire	Pied Combaillaux	Treviers-Le Rey	Vailhauques-Montarnaud	
St Just -Lunel	Valflaunes-Plateau-Lauret	Saussines-Sommieres	Vailhauques	Valflaunes	Argeliers-Puechabon	
Marsillargues	Mas Blanc-Claret	Souvignargues	Montarnaud-La Boissiere	Pompignan-Conqueyrac	Aniane-Pont du Diable	
Route apres le Pont	Ferrières	St Mamert	Argelliers-Viols le Fort	Durfort-Villeseque	Causse de la Selle	
Le Cailar -D104	ND Londres-Pic	Fons-Montagnac	Pourcaresse	Quissac	Frouzet	
Galician	Treviers-St Bauzille	Moulezan-Cannes	Mas de Londres- Pic	Brouzet	St Martin de Londres	
Voie Verte	Montaud-St Drezero	Sardan-Lecques	Treviers-St Jean de Cuc	Carnas	Pic-Tréviers	
Tour Carbonière	Sussargues	Salinelles-Campagne	Les Matelles	St Bauzille	Guzargues	
St Laurent-Marsillargues	Font Marie	Galargues-St Bauzille	Prades	Montaud	Castries	
Lunel-Verargues	Castries	Montaud-St Drezero	Teyran	Castries	Vendargues	
St Christol-Beaulieu	Vendargues	Croix Mounié	Vendargues	Vendargues		
St Drezero-Sussargues		Castries				
Castries- Vendargues		Vendargues				
6H20 410 m 99 km	6H16 920 m 100 km	6H13 830 m 101 km	6h10 1090m 99 km	6H08 900 m 102 km	6h05 1300 m 112 km	