



Tous les départs se feront devant l'école
"Les ASPHODELES"

PARCOURS DATES & HORAIRES MOIS DE SEPTEMBRE 2023

		Samedi 2 Sept 8H00		Mercredi 6 Sept 8H00		Samedi 9 Sept 8H00					
		Vendargues		Vendargues		Vendargues-ZA					
		Teyran-Prades- St Gely		Teyran-Guzargues		Castries					
		Pied de Combaillaux		Treviers-Pic		St Drezero					
		Vailhauques-Montarnaud		ND Londres		Beaulieu					
		La Boissière -St Paul		Col de la Cardonnille		St Christol					
		Murviel-Pignan		X D986/D107e		Verargues-Villetelle					
		St Georges d'O-Bel Air		Ferrières-Plateau		Aubais-Congenies					
		Grabels -Fontfroide		Lauret-Sauteyargues		Nages -Langlade(sommet)					
		Montferrier- Prades		Fontanes		Clarensac-St Come					
		Teyran		X Ste Croix		St Etienne d'Escatte					
		Vendargues		St Bauzille		Souvignargues					
				Castries		Sommières-Galargues					
				Vendargues		St Hilaire-Sussargues					
						Cadenet-Castries					
						Vendargues					
		aphlc31082023		7H09 940 m 88 km		7h13 900 m 90 km					
						7h16 800 m 88 km					
Mercredi 13 Sept 8H00		Samedi 16 Sept 8H00		Mercredi 20 Sept 8H00		Samedi 23 Sept 8H00		Mercredi 27 Sept 8H00		Samedi 30 Sept 8H00	
Vendargues-Teyran		Vendargues		Vendargues		Vendargues-St Aunes		Vendargues-St Aunes		Vendargues-Teyran	
Prades-Les Matelles		Teyran-Prades		Teyran-Guzargues		Mauguio-St Bres		Mauguio		Guzargues-Ste Croix	
St Jean de Cuculles		St Gely		Treviers-Pic		St Genies-St Christol		Mudaison		Trévier-Valflaunès	
St Mathieu-Pic-Pt de Januo		Pied Combaillaud		ND de Londres		Verargues -Villetelle		Lansargues		Lauret-Mas Blanc-Claret	
Cote des vaches-Plateau		Valhauquès		Ferrières-Plateau		Pied d'Aubais-D12		LunelViel-Verargues		Vacquières-Figuier	
Claret-Vacquières		Entrée Montarnaud		Valflaunes		Junas-Aujargues		Villetelles-Aubais		Col Fanlade-Mas Mège	
Babara-Mas Martin		Argelliers-Viols en Laval		Le Rey-Treviers		4 chemins-Souvignargues		AigueVive- Calvisson		Col Croix Gailhan	
Galargues-St Hilaire		Pourcaresse		Ste Croix -St Bauzille		Fontanes-Lecques-Sardan		Nage-Langlade		Aspères-Campagne	
Sussargues-Fontmarie		Mas de Londres		Montaud -Sussargues		Col Crx Gailhan		Piste-Gare Sommières		Galargues	
Castries		Pic-Treviers-St Bauzille		Cadenet-Castries		Asperes-Galargues		Galargues-St Hilaire		St Bauzille	
Vendargues		Montaud		Vendargues		Sussargues-FontMarie		StJean de Cornies		Montaud	
		Castries				Castries		St Drezero-Sussargues		Castries	
		Vendargues				Vendargues		Cadenet-Castries		Vendargues	
								Vendargues			
7h24 840 m 90 km		7h24 740 m 90 km		7h29 750 m 87 km		7h32 700 m 89 kms		7h37 600m 88 km		7H40 750 m 81 km	