

Mai 2022
07h45 G3&G2 - 8h00 G1
Le dimanche - Stade MAZET



01/05/2022 - 07h45 G3&G2 - 8h00 G1

FONTBRUNO

100 km	1252 m de D+
http://www.openrunner.com/r/1891649	
Carcassonne, Villemoustaussou, Conques-sur-Orbiel, Lastours, Mas-Cabardès, Le roc du bougre, Les Martyrs, Laprade, Fontbruno, Laprade, Saint-Denis, Saissac, Montolieu, Fraisse-Cabardès, Aragon, Pennautier, Carcassonne.	

08/05/2022 - 07h45 G3&G2 - 8h00 G1

LA GAROUILLERE - LA MALEPERE

97 km	1050 m de D+
http://www.openrunner.com/r/2237158	
Carcassonne, Villedubert, Trèbes, Fontiès-d'Aude, Monze, Pradelles-en-Val, Arquettes-en-Val, Labastide-en-Val, Col-de-La-Garouillère, Clermont-sur-Lauquet, Ladern-sur-Lauquet, Saint-Hilaire, Pomas, Montclar, La Malepère, Lavalette, Carcassonne.	

Samedi 14/05/2022

Sortie Longue CVC :

8h:00 Tous les groupes

Corbières-Villardebelle-Soulatgé-Rennes le château
153 km

2041 m D+

<https://www.openrunner.com/r/782609>

15/05/2022 CARCASSONNE

Halle Nicole ABAR de 8h00 à 12h00

PARCOURS DU CŒUR 80

80 km	851 m de D+
http://www.openrunner.com/r/14304633	
Carcassonne Halle Nicole ABAR, Lavalette, Arzens, Chemin de l'Horte, D43 vers La Malepère, La Malepère, Villarzel-du-Razès, Saint-Martin-de-Villereglan, Limoux, Pieuze, Pomas, Ravitaillement au km 47, D04 vers Saint Hilaire, Saint-Hilaire, Villefloure, Mas-des-Cours, D60 vers Lac des Corbières, Col du Poteau, Palaja, Cazilhac, Camping de la Cité, Mayrevielle, Carcassonne Halle Nicole ABAR.	

PARCOURS DU CŒUR 40

40 km	453 m de D+
http://www.openrunner.com/r/14304729	
Carcassonne Halle Nicole ABAR, Lavalette, Arzens, La Malepère, Montclar, Pomas, Ravitaillement au km 28, Cornèze, Couffoulens, Auriac, Carcassonne Halle Nicole ABAR.	

Mai 2022
07h45 G3&G2 - 8h00 G1
Le dimanche - Stade MAZET



SUITE

22/05/2022 - 07h45 G3&G2 - 8h00 G1

SAINT-BENOIT

92 km	1064 m de D+
https://www.openrunner.com/r/8533934	
Carcassonne, Lavalette, Roulens, La Malepère, Cailhau, Belvèze-du-Razès, Bellegarde-du-Razès, Monthaut, Courtauly, Saint-Benoît, La Bezole, Limoux, Pieusse, Pomas, Cornèze, Couffoulens, Carcassonne.	

29/05/2022 - 07h45 G3&G2 - 8h00 G1

LE PIC DE NORE

106 km	1540 m de D+
http://www.openrunner.com/r/902538	
Carcassonne, Conques-sur-Orbiel, Bafrancou, Villeneuve-Minervois, Cabrespine, Pradelles-Cabardès, Pic de Nore, Les Jouys, D1009 route des cîmes, Les Martyrs, 118 vers Cuxac-Cabardès, Villanière, Lastours, Conques-sur-Orbiel, Carcassonne.	