OCTOBRE 2016 Départ 8h30	
Samedi 1er octobre	
Dimanche 2 octobre **Groupe 1 : 87 km – 774 D+(m)** **4612212** **Groupe 2 : 81 km – 595 D+(m)** **5377461** **Groupe 3 : 72 Km**	**Groupe 1 :** St Jean – Bel Air – Grabels – St Gély – Les Matelles – St Jean de Cuculles – St Mathieu de Tréviers – Pic St Loup – St Martin de Londres – Viols le Fort – Vailhauquès – Montarnaud – Bel Air – St Jean **Groupe 2** : St Jean - Bel Air - Grabels - St Gély - Les matelles - St Jean de Cuculles - St Mathieu - Ste Croix de Quintillargue - Assas - Prades - St Clément - Grabels - Bel Air - St Jean **Groupe 3** : Saint Jean – St Georges – Murviel – La Payssine - Cournonterral – Cardonnet – La Taillade – Mas d'Alhen – La Boissière - Argelliers – Montarnaud - Bel Air – Saint Jean
Mercredi 5 octobre **Groupes 1 et 2 : 88 km – 836 D+(m)** **5322336** **Groupe 3 : 70 Km**	**Groupe 1 et Groupe 2 :** St Jean – Pignan – Murviel – St Paul – Aumelas – Vendémian– St Pargoire – St Pons de Mauchien – Abbaye de Valmagne – Loupian – Villeveyrac – Montbazin – Cournonterral – Pignan – St Jean **Groupe 3** : St Jean – Saint Jean – Fabrègues – Cournonterral – Montbazin – Villeveyrac – Abbaye de Valmagne - Loupian – Poussan par piste cyclable – Montbazin – Cournonterral - piste cyclable – St Jean
Samedi 8 octobre	
Dimanche 9 octobre **Groupe 1 : 87 km – 835 D+ (m)** **6632906** **Groupe 2 : 80 km – 643 D+ (m)** **4644571** **Groupe 3 : 75 Km**	**Groupe 1 :** St Jean – Bel Air — Grabels — St Gély — Les Matelles — St Jean de Cuculles — St Mathieu de Tréviers — St Croix de Quintillargues - St Bauzille de Montmel - Assas — Prades — St Clément — Grabels - Bel Air— St Jean **Groupe 2** : St Jean - Bel Air - Grabels - St Clément - Prades - Assas - St Bauzille de Montmel - St Mathieu - St Jean de Cuculles - Les Matelles - St Gély - Grabels - Bel Air - St Jean **Groupe 3** : Saint Jean – Cournonterral – Cardonnet – Gignac – Aniane – La Boissière - St Paul – Murviel – Pignan – piste cyclable – St Jean
Mercredi 12 octobre **Groupe 1 et 2 : 81 km – 851 D+ (m)** **6632245** **Groupe 3 : 68 Km**	**Groupe 1 et Groupe 2:** Saint Jean - Cournonterral – Cardonet – **Cabrials (pause café)** - St Pargoire – St Pons de Mauchiens – Abbaye de Valmagne – Loupian – Poussan par piste cyclable – Montbazin – Fabrègues (par voie Romaine) – St Jean **Groupe 3** : Saint Jean – Bel Air – Vailhauquès – Viols le Fort – Argelliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan – St Jean
Samedi 15 octobre	
Dimanche 16 octobre **Groupe 1 : 92 km – 957 D+ (m)**	**Groupe 1 :** Saint Jean – Pignan – Murviel – Cournonterral – La Taillade – Gignac (Pt Café) – Lagamas – Montpeyroux – St Jean de Fos –

5625173 **Groupe 2 : 79 km - 805 m D+ (m)** 5087239 **Groupe 3 : 63 Km**	Puechabon – Argeliers – Montarnaud – Murviel - St Georges – St Jean **Groupe 2** : St Jean - St Georges - Montarnaud - La Boissière - Aniane - Pt du Diable - St Jean de Fos - Gignac - La Taillade - Cournonterral - St Jean **Groupe 3** : St Jean – Fabrègues – Poussan par la voie romaine – Bouzigues Loupian par la piste cyclable – Villeveyrac – Montbazin – Counonterral - Fabrègues - St Jean
Mercredi 19 octobre **Groupes 1 et 2 : 76 km – 659 D+ (m)** 5155580 **Groupe 3 : 68 Km**	**Groupe 1** et **Groupe 2:** St Jean - Bel Air – Grabels – St Gely – Le Triadou – St Mathieu de Tréviers – Guzargues – Assas – Prades – Montferrier – Grabels – St Jean **Groupe 3** : St Jean – Saussan – Pignan – Murviel – St Paul – La Taillade - Cournonterral – St Jean
Samedi 22 octobre	
Dimanche 23 octobre **Groupe 1 : 85 km – 732 D+ (m)** 4611718 **Groupe 2 : 76 km – 775 D+ (m)** 5624975 **Groupe 3 : 63 Km**	**Groupe 1 :** Saint Jean – St Georges – Bel Air – Vailhauquès – Viols le fort – St Martin de Londres – Pic St Loup – St Mathieu de Tréviers - Le Triadou – Les Matelles – St Gély – Grabels – Bel Air – St Georges – St Jean **Groupe 2** : St Jean - Pignan - Murviel - St Paul - La Boissière - Viols le Fort - Vailhauquès - Grabels - Bel Air - St Jean **Groupe 3** : St Jean – Bel Air – Grabels – Vailhauques – Montarnaud – Argeliers – La Boissière – St Paul – Murviel – Pignan
Mercredi 26 octobre **Groupe 1** et **2 :** **80km – 651 D+ (m)** 6632486 **Groupe 3 : 66 km**	**Groupe 1** et **Groupe 2:** St Jean – St Georges – Murviel – St Paul – La Boissière – Aniane (café) – Gignac – St Bauzille de la Sylve – Aumelas – St Paul – Bel Air – St Jean **Groupe 3** : Saint Jean – Bel Air – Grabels – St Gely – Les Matelles – Le Triadou – Prades – St Clément – Grabels – Bel Air – St Jean
Samedi 29 octobre	
Dimanche 30 octobre **Groupe 1 : 97 km – 927 D+ (m)** 6632682 **Groupe 2 : 83 km - 830 D+ (m)** 5182663 **Groupe 3 : 61Km**	**Groupe 1 :** Saint Jean – Bel Air – Grabels – St Gely – Les Matelles – St Jean de Cuculles – St Mathieu de Tréviers – D1 vers St Bauzille puis à gauche Fontanès – puis à droite D 109 puis D21 – St Bauzille – Montaud – Assas – Prades – St Clément – Grabels – Bel Air – St Jean **Groupe 2** : St Jean - Cournonterral - Cabrials - Aumelas - La Taillade - La Boissière - Argeliers - Montarnaud - Bel Air - St Jean **Groupe 3** : St Jean – les hauts de Fabrègues – la Maison d'Arrêt – Villeneuve – Vic la Gardiole – Frontignan – Balaruc le Vieux - Poussan – Montbazin – la voie romaine – Fabrègues – St Jean