



Circuits courts des Mercredis
Novembre 2018
Les TAMALOUS
Départ : 13 h

07 **69 km**
DV 792 m **Open www.openrunner.com/index.php?id=4063879**
Les Dignes – Castelreng – St Couat – Col du Dieudé – St Benoit – Courtauly -
Peyrefitte – D 320 – D 125 – Trézier – Moulin Neuf – Caudeval – Col St Pierre
Loupia – Limoux.

14 **62 km**
DV 612 m **Open www.openrunner.com/index.php?id=9225044**
Loupia – Alaigne – Bellegarde – Mazerolles – Gramazie – Le Relais – Cailhau
La Malepère – Montclar – Pomas – Pieusse – Limoux.

21 **65 km**
DV 820 m **Open www.openrunner.com/index.php?id=9225053**
Magrie – Bouriège – La Serpent – Antugnac – Espéraza – Rouvenac – Les Tougnets
Col de Festes – Bouriège – Magrie – Limoux.

28 **74 km**
DV 592 m **Open www.openrunner.com/index.php?id=9225077**
Loupia – Col St Pierre – Caudeval – Mirepoix – Moulin neuf – Caudeval – Bellegarde
Belvèze – Cambieure – Brugairolles – St Martin – Limoux.