



Circuits cours Samedi

Avril 2018

Départ : 8 h ou 13 h 30

07 **67 km**

DV 781 m **Open** www.openrunner.com/index.php?id=7142536

*St Polycarpe – Buc – La Soulane – Missègre – Col de l'Espinas
Terrolles – Alet – Limoux – **GRILLADES** – Magrie – Toureille
Castelreng – Les Dignes – Limoux .*

15
Randonnée des Terroirs

21 **75 km**

DV 850 m **Open** www.openrunner.com/index.php?id=7142364

*Pieusse – Pomas – Leuc – Cavanac – Auriac – Palaja – Le Poteau
Mas des Cours – Villefloure – St Hilaire – Villebazy – Buc
St Polycarpe – Limoux.*

OU

Randonnée de Bram

28 **69 km**

DV 1072 m **Open** www.openrunner.com/index.php?id=7142807

*Les Dignes – St Couat – Col du Dieudé – St Benoit – Col du Bac
Chalabre - Rivel – Puivert – Les Tougnets – Col de Festes
Bouriège – Magrie – Limoux.*