



Road book stage itinérance 9-13 juillet

Numéros utiles :
Thibault : 06 42 78 18 02
Aline : 06 71 73 81 48
Florian : 06 72 02 71 31

Etape 1 : lundi 9 juillet matin

La gorge

Objectif de l'étape : parking l'Hérault depuis Gignac SR CL

0,7 km : à D dir St Jean de Fos

5,2 km : ds St Jean à D puis à D au rond-point

5,6 km : à G

6,4 km : **/!** à G dir St Guilhem le Désert

7 km : à G dir St Guilhem le Désert

10,3 km : tout droit

21 km : **/!\ descente !**

24,4 km : tout droit puis tt droit dir Brissac

27-30 km : **/!\ cool**

31 km : parking **terminus !**

Etape 2 : lundi 9 juillet après-midi

La grillée

Objectif : col des Lavagnes depuis l'Hérault SR SK-CL

3,8 km : à G dir Ganges puis tt D dir Brissac

5 km : à G dir St André de Buèges

7,5 km : tout droit dir St André de Buèges

9 km : **/!\ descente**

10 km : tout droit dir St Jean de Buèges

13,5 km : **/!\ descente village !!!**

Dans village à D dir Pegairolles de Buèges puis G

16 km : tout D dir Pegairolles de Buèges

19 km : classique ! Tt D puis tt D (tout schuss !)

25,5 km : col des Lavagnes **terminus !**

Etape 3 : mardi 10 juillet matin

La viaduc

Objectif : Millau depuis les Raspes du Tarn SR CL

0,5 km : à D dir St Rome du Tarn

4 km : tout droit dir Millau

8,5 km : à D puis à D dir Millau

21,5 km : tout droit

24,5 km : avant voie ferrée **terminus !**

Etape 4 : mardi 10 juillet après-midi

La vallonnée

Objectif : gorges de la Jonte depuis Millau SR SK

6 km : à D dir la Cresse

10 km : tout droit **/!\ descente !**

14 km : **/!\ descente !!!**

18 km : **/!\ descente ! Tout doux !**

19 km : à G dir le Rozier

Dans le Rozier à D dir Meyrueis

28km : les Douzes **terminus !**

Etape 5 : mercredi 11 juillet matin

La tarnaise

Objectif : St Enimie depuis le Rosier SR SK

10 km : tout droit dir St Enimie

12 km : ne vous en faites pas !

21,7 km : **/!\ cool !** Tout D dir St Enimie

35 km : à D dir Florac

36 km : camping **terminus !**

Etape 6 : mercredi 11 juillet après-midi

Etape Mystère !

Etape 7 : jeudi 12 juillet matin

La désertique

Objectif : cause Méjean depuis St Enimie

8,3 km : à D dir Montbrun **/!\ descente** à G en haut après le pont

15,2 km : à D dir Florac

17,2 km : à D dir Meyrueis

23,5 km : tout droit dir Mas St Chély

28,3 km : à G dir la Buffe

34 km : **/!** entrée village route pourrie ! A D dir Meyrueis

35 km : à D dir Meyrueis

37,4 km arbre à gauche **terminus !**

Etape 8 : jeudi 12 juillet après-midi

Footing cause Méjean

Etape 9 : vendredi 13 juillet matin

La tornade

Objectif : Mont Aigoual depuis Meyrueis SR CL-SK

4,5 km : à G dir Mont Aigoual

10,2 km : à D dir Mont Aigoual (changement skis)

11 km : **/!\ descente**

16,8 km : tout droit dir Mont Aigoual puis à D dir Mont Aigoual

23,4 km : à G dir Mont Aigoual

24,5 km : Mont Aigoual alt 1565m **terminus !**

Numéros utiles :

Thibault : 06 42 78 18 02

Aline : 06 71 73 81 48

Florian : 06 72 02 71 31

En cas de doute à un croisement, arrête-toi et attends le bus du club