

**AOUT 2022**  
**07h15 G3&G2 - 7h30 G1**  
**Le dimanche - Stade MAZET**



**07/08/2022 - 07h15 G3&G2 - 7h30 G1**

**ARQUES**

102 km	1150 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/r/1144613">http://www.openrunner.com/r/1144613</a>	
Carcassonne, Couffoulens, Cornèze, Pomas, pieusse, limoux, Bouriège, Conilhac-de-la-Montagne, Antugnac, Couiza, Arques, Valmigière, Missègre, Buc, Villebazy, Saint-Hilaire, Verzeille, Leuc, Carcassonne.	

**14/08/2022 - 07h15 G3&G2 - 7h30 G1**

**SAINT FERREOL**

105 km	1520 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/r/1145115">http://www.openrunner.com/r/1145115</a>	
Carcassonne, Villesèquelande, Sainte Eulalie, Alzonne, Raissac-sur-Lampy, Carlipa, Cenne-Monestiés, Villemagne, Les Cammazes, Saint-Ferréol, Sorèze, Arfons, Ramondens, La Galaube, Lacombe, Saint-Denis, Brousses-et-Villaret, Fraisse-Cabardès, Aragon, Pennautier, Carcassonne.	

**21/08/2022 - 07h15 G3&G2 - 7h30 G1**

**Lagrasse Col de La loubière**

101 km	1256 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/r/833294">http://www.openrunner.com/r/833294</a>	
Carcassonne, Palaja, Col du Poteau, Arquettes-en-Val, Serviès-en-Val, Villemagne, Lagrasse, Saint-Pierre-des-Champs, Saint-Martin-des-Puits, Vigneveille, Lairière, Clermont-sur-Lauquet, Greffeil, Ladern-sur-Lauquet, Verzeille, Leuc, Carcassonne.	

**28/08/2022 - 07h15 G3&G2 - 7h30 G1**

**Boucles AUTOUR DE MONTOLIEU**

100 km	1292 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/r/4350127">http://www.openrunner.com/r/4350127</a>	
Carcassonne, Conques-sur-Orbiel, Salsigne, Villardonnel, Villegailhenc, Aragon, Fraisse-Cabardès, Montolieu, Abbaye-de-Villelongue, Cenne-Monestiés, Villespy, Carlipa, Saint-Martin-le-Vieil, Raissac-sur-Lampy, Montolieu, Moussoulens, Ventenac-Cabardès, Villegailhenc, Villemoustaussou, Carcassonne.	