



05/01/2020 - 8h15 G1 - 8h30 G2

Capendu (point café)

84 km	919 m de D+
http://www.openrunner.com/r/785107	
Carcassonne, Trèbes, Rustiques, Badens, Marseillette, Capendu (Point café), Fer-à-Cheval, Montlaur, Camplong-d'Aude, Ribaute, Lagrasse, Pradelles-en-Val, Trèbes, Berriac, Carcassonne.	

12/01/2020 - 8h15 G1 - 8h30 G2

RIEUX-MINERVOIS (point café)

82 km	978 m de D+
http://www.openrunner.com/r/1356847	
Carcassonne, Villedubert, Malves-en-Minervois, Bagnoles, Villarzel-Cabardès, Villeneuve-Minervois, Caunes-Minervois, Trausse, Peyriac-Minervois, Rieux-Minervois, Saint-Frichoux, Aigues-Vives, Marseillette, Barbaira, Miramont, Monze, Trèbes, Villedubert, Carcassonne.	

19/01/2020 - 8h15 G1 - 8h30 G2

ALAIRAC (point café)

85 km	1095 m de D+
http://www.openrunner.com/r/3302060	
Carcassonne, Couffoulens, Leuc, Verzeille, Pomas, Montclar, Roullens, Lavalette, Alairac, Arzens, La Malepère, Cailhau, Cambieure, Brugairolles, Saint-Martin-de-Villereglan, Villarzel-du-Razès, La Malepère, Lavalette, Carcassonne.	

26/01/2020 - 8h15 G1 - 8h30 G2

CONILHAC (point café)

84 km	725 m de D+
http://www.openrunner.com/r/3014067	
Carcassonne, Berriac, Trèbes, Rustiques, Badens, Blomac, Douzens, Moux, Fontcouverte, Conilhac-Corbières, Montbrun-des-Corbières, Roquecourbe-Minervois, Puichéric, Laure-Minervois, Gibaloux, Trèbes, Villedubert, Carcassonne.	