

**JUILLET 2023**

**Stade MAZET**

**Le dimanche : 07h15 G3-G2 - 7h30 G1**



**CARCASSONNE**

**02/07/2023 - 07h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**SAINT-PANCRASSE**

103 km	1410 m de D+
<a href="https://www.openrunner.com/route-details/1115885">https://www.openrunner.com/route-details/1115885</a>	
Carcassonne, Cazilhac, Villefloure, Laderne-sur-Lauquet, Clermont-sur-Lauquet, Lairière, Montjoi, Lanet, Pont-d'orbieu, Saint-Pancrasse, Villardebelle, Buc, Villebazy, Saint-Hilaire, Carcassonne.	

**09/07/2023 - 07h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**SAINT-BENOIT - FESTES**

106 km	1437 m de D+
<a href="https://www.openrunner.com/route-details/13095783">https://www.openrunner.com/route-details/13095783</a>	
Carcassonne, Lavalette, La Malepère, Villarzel-Cabardès, Saint-Martin-de-Villeréglan, Lauraguel, Donazac, Villelongue-d'Aude, La Bezole, Saint-Benoît, Traverse col d'el Tuquet, Festes-et-Saint-André, Bourière, Castelreng, La Digne-d'Amont, La Digne-d'Aval, Limoux, Pieusse, Pomas, Couffoulens, Carcassonne.	

**16/07/2023 - 07h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**SORÈZE**

103 km	1538 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/route-details/903436">http://www.openrunner.com/route-details/903436</a>	
Carcassonne, Pennautier, Ventenac-Cabardès, Aragon, Fraise-Cabardès, Brousses-et-Villaret, Saint-Denis, Saissac, Arfons, Sorèze, Les Cammazes, Saissac, Montolieu, Moussoulens, Ventenac-Cabardès, Pennautier, Carcassonne.	

**23/07/2023 - 07h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**LES YES PAR ROQUEFÈRE**

105 km	1794 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/route-details/842642">http://www.openrunner.com/route-details/842642</a>	
Carcassonne, Conques-sur-Orbiel, Lastours, Roquefère, Les Jouys, Fournes-Cabardès, Le moulin de la Pesse, Les Yes, Le Pic de Nore, Cabrespine, Villeneuve-Minervois, Lassac, Conques-sur-Orbiel, Carcassonne.	

75

**30/07/2023 - 07h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**MINERVE**

103 km	1175 m de D+
<a href="http://www.openrunner.com/route-details/7337099">http://www.openrunner.com/route-details/7337099</a>	
Carcassonne, Conques-sur-Orbiel, Bagnoles, Villarzel-Cabardès, Villeneuve-Minervois, Caunes-Minervois, Trausse, Félines-Minervois, D182, Fauzan, Minerve, Azillanet, Olonzac, Pépieux, Azille, Rieux-Minervois, Saint-Frichoux, Aigues-Vives, Badens, Rustiques, Trèbes, Berriac, Carcassonne.	