

JUIN 2025
Stade MAZET
Le dimanche : 7h30



01/06/2025 - 7h30

LABRESPY

103 km	1572 m de D+
http://www.openrunner.com/route-details/9987612	
Carcassonne, Conques-sur-Orbiel, Lastours, Les Ilhes, Roquefère, Saint-Julien, Cubserviès, à Gauche D1009 -route des cîmes, D118 vers Mazamet, Labrespy, D54 vers Fournès, Pradelles-Cabardès, Bourdials, Cabrespine, Villeneuve-Minervois, Villarzel-Cabardès, Bagnoles, Malves-en-Minervois, Villedubert, Carcassonne.	

08/06/2025 - 7h45

ROC DU BOUGRE - SAISSAC
Abb. de VILLELONGUE

100 km	1280 m de D+
https://www.openrunner.com/route-details/11042347	
Carcassonne, Saint-Jean, Conques-sur-Orbiel, Lastours, Les Ilhes, Mas-Cabardès, Miraval-Cabardès, Le Roc du Bougre, Les Martys, Cuxac-Cabardès, Saint-Denis, Saissac, Abb. de Villelongue, Montolieu, Route de Fraisse-Cabardès, Carrefour D148-D48, Ventenac-Cabardès, Pennautier, Carcassonne.	

Dimanche 15 juin 2025

Parcours du Cœur 2025

Halle Nicole ABAR

De 7h45 à 12h00

Participation 1€ solidaire (Fédération de Cardiologie)

Parcours du Cœur 40 km

40 km	452 m de D+
http://www.openrunner.com/route-details/14304729	
Carcassonne, Lavalette, La Malepère, Montclar, Pomas, Cornèze, Ravitaillement , Couffoulens, Auriac, Carcassonne, Pont Garigliano, Berges de l'Aude / Nicole Abar .	

Parcours du Cœur 80 km

82 km	1030 m de D+
http://www.openrunner.com/route-details/14304633	
Carcassonne, Lavalette, Arzens, D911 puis D43, Montréal, Pinsaguel, Col de la Malepère, Villarzel-du-Razès, Saint-Martin-de-Villeréglan, Limoux, Pieusse, Pomas, Cornèze Ravitaillement , Couffoulens, Leuc, Villefloure, Cazilhac, Camping de la Cité, Mayrevielle, Carcassonne, Berges de l'Aude / Nicole Abar .	

22/06/2025 - 7h30

SAINT-FERREOL

107 km	1244 m de D+
https://www.openrunner.com/route-details/1226344	
Carcassonne, Pennautier, Aragon, Fraisse-Cabardès, Brousses-et-Villaret, Saint-Denis, Saissac, Les Cammazes, Saint-Ferréol, Labécède-Lauragais, Saint-Papoul, Villespy, Saint-Martin-le-Vieil, Raissac-sur-Lampy, Moussoulens, Ventenac-Cabardès, Pennautier, Carcassonne.	

29/06/2025 - 7h30

LE PIC DE NORE

109 km	1628 m de D+
http://www.openrunner.com/route-details/902538	
Carcassonne, Conques-sur-Orbiel, Bafrancou, Villeneuve-Minervois, Cabrespine, Bourdials, Pradelles-Cabardès, Pic de Nore, Les Jouys, D1009 route des cîmes, Les Martys, 118 vers Cuxac-Cabardès, Villanière, Lastours, Conques-sur-Orbiel, Carcassonne.	