

**AOUT 2024**  
**Stade MAZET**  
**Le dimanche : 7h15 G3-G2 - 7h30 G1**



**04/08/2024 - 7h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**ARQUES**

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

**11/08/2024 - 7h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**Caunes-Minervois - Castans - La Tourette**

107 km	1555 m de D+
<a href="https://www.openrunner.com/route-details/19236283">https://www.openrunner.com/route-details/19236283</a>	
Carcassonne, Villedubert, Malves-en-Minervois, Villarzel-Cabardès, Villeneuve-Minervois, Caunes-Minervois, Citou, Lespinassière, Col de La Croix de Sous, Castans, Labastide-Esparbairénque, Roquefère, Mas-Cabardès, La Tourette-Cabardès, Villanière, Lastours, Conques-sur-Orbiel, Carcassonne.	

**18/08/2024 - 7h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**Lagrasse - Col de La loubière**

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

**25/08/2024 - 7h15 G3-G2 - 7h30 G1**

**Miramont - La Garouillère  
Verzeille - Montclar**

100 km	1382 m de D+
<a href="https://www.openrunner.com/route-details/18654867">https://www.openrunner.com/route-details/18654867</a>	
Carcassonne, Berriac, Trèbes, Rustiques, Badens, Marseillette, Barbaira, Les-ruines-de-Miramont, Monze, Pradelles-en-Val, Arquettes-en-Val, Labastide-en-Val, La Garouillère, Ladern-sur-Lauquet, La traverse de Verzeille, Pomas, Montclar, Roullens, Lavalette, Carcassonne.	