

PREPARATION HIVERNALE .V.C.V.

SAISON 2019

JANVIER

Samedi 05 janvier : départ 13h30

69 km Villefranche – D72 Renneville – Baraigne - Molleville- Cumiés – D324 Montauriol – x st Hubert – D217 Mezerville – D717 La Louvière – D7 ht de Fajac – D16 ht de Gibel – D19 Mongeard – Nailloux- **rond point autoroute*** – D11 Montesquieu- Ecluse en Négra – piste canal – Gardouch - Villefranche

***variante : D19 rte st Leon – D38 Ayguevives – Ecluse sanglier – piste – Gardouch -Vche +7km**

Dimanche 06 : départ 9h circuit sens inverse



Samedi 12 janvier: départ 13h30

70 km Villefranche – Cessales – D79 haut Trébons – D2 /D2d Mourville basse – moulin Caragoudes – D54 Tarabel – D38 Maureville -**D38/D11 Caraman*** - D1/D59 Vaux – D18 Cassés – d113 st Paulet - D113 vers Soupex – D58/rte Encouch Montferrand – port lauragais – piste canal – Villefranche

***variante : D1 Auriac- D59c le Vaux +5km Dénivelé +470m**

Dimanche 13 : départ 9h circuit sens inverse



samedi 19 janvier : départ 13h30

72 km Villefranche - Gardouch – piste ecluse sanglier - Ayguevives – D38 ht st Léon – D31/24f Montbrun – d24/74 Espanés – D94 D35 Clermont le fort - Aureville – **Rebigue*** - d95a Castanet – D79 piste canal - Gardouch - Villefranche (**dénivelé 400m**)

*** variante : Rebigue – D35 Vigoulet – D95 Mervilla – D95 Castanet +6km**

dimanche 20 : départ 9h circuit sens inverse



Samedi 26 janvier: départ 13h30

73 km Villefranche – D72 st Assisclé – D72c Marés – D1117/218 st Laurent – Montferrand – après village gche Auroux – D217 Soupex – D217/28 Puginier – D28 ht Peyrens – D58 Souilhe – D113 Souilhanel – Ricaud – traversée D6113 – D818 Mas ste puelle – D33 **Molleville*** – D517 ht de Baraigne – digue ganguise – D333 Belflou – D7 st Michel – D33/43 bas Caignac – D16 Gardouch – vche (**déniv. 500m**)

*** Variante : molleville – Cumiés – d517/d624 Montauriol – d15 Salles/hers –Belflou +8hm**

Dimanche 27 : départ 9h circuit sens inverse

FEVRIER

Samedi 02: départ 13h30

72 km Villefranche – Gardouch – piste écluse sanglier – Ayguevives – ht St Léon – d31/40f
Nouvelle – d19 Venerque – d35 Grépiac – Auterive – d35 **Cintegabelle** – d25/11 Nailloux –
d622 Gardouch – Villefranche dénivelé 500m

★**Variante** : **Cintegabelle – Calmont – Nailloux + 8km**

Dimanche 03 : départ 8h30 circuit sens inverse



Samedi 09 : départ 13h30

74 km Villefranche – d72c Dax – st Assisclé – le Marés – les Cassés – d113 Le Vaux –
d72 la pastourie - **st Julia*** – d1/d67 le cabanial – d67a bas du Faget - d826 Loubens –

d11 Caraman – d11 Caragoudes – d54 Segreville – d25 Villefranche

★**Variante**: **Caraman – d11/d38 maureville – Tarabel – Caragoudes +5km**
dénivelé 700m

Dimanche 10 : départ 08h30 circuit sens inverse



Samedi 16 : départ 13h30

75 km Villefranche – Gardouch – d16 bas de Caignac – d91b Marquein – d7 st Michel –
d7 Belflou – d7/d415 Cumiés – d517 Payra – **d15 X Henrique** – d6 Fendeille –d218

Villeneuve comptal - Mas ste puelles – Ségala – d217 Baraigne – d517/72 Renneville - vche

★**Variante** : X Henrique – d15 puy de faucher – d218 bas de fendeille +8km
Dénivelé 570m

Dimanche 17 : départ 8h30 circuit sens inverse



Samedi 23: départ 13h30

80 km Villefranche – d25 Caraman –d11/20a Loubens – d826/67/67a le Faget – d42 les
Aguts – d92 Péchaudier – vers Poudis– d51 Nogaret – Montegut –d43 Roumens – les cassés –
Folcarde – Villefranche

Dénivelé 700m

Dimanche 24 : départ 8h30 circuit sens inverse



MARS

Samedi 02 : départ 13h30

82km Villefranche –d622 Vallégue - Lux – d79 Mourville hte – d72d les Cassés – d43 Roumens – d43e/d1 Revel – d85 **pont Crouzet***- d151 st Féréol- d79 vol à voile – D624 dte vers la Pomarède puis gche Tréville – d202 Peyrens – d58 Souilhe - Soupex – d217 Airoux – Labastide/anjou – le ségale - Baraigne – port lauragais – piste - villefranche

Dénivelé 700m

Dimanche 03: départ 8h circuit sens inverse



Samedi 09: départ 13h30

87 km Villefranche – d25 Caraman –d59/42 Prunet –che des 5 coins- st Anatoly – d59 Vallesville – d94/94a St Pierre Lages – d54a Ste foy – d54c Préserville – Belberaud – d94 Pompertuzat – d74 Deyme – d24 Montbrun – d34f/31 ht st Leon – d38 Ayguevives – écluse sanglier – piste Gardouch - vche

Dénivelé 600m

Dimanche 10: départ 8h Circuit sens inverse



Samedi 16 : départ 13h30

90 km Villefranche - Gardouch – d622/16 bas Lagarde – d91 Monestrol –d91/19/16 Gibel – d43 Calmont – d11a Saverdun – d14/29 Montaut – d414 Gaudiés – d525 belpech – d25 Molandier – d624 La Louvière – d624 xst Hubert – d625 Salles/hers- d333 Belflou – St Michel de Lanés – d7 les Alix – Renneville - Vche

Dénivelé 600m

Dimanche 17 : départ 8h circuit sens inverse



Samedi 23 : départ 13h30

94 km Villefranche – d72 st Assisclé – d72c le marès - d1117 Montmaur - d58 Soupex – Souilhe - Peyrens – d726 Yssel – d126 st Papoul – Villespy – Carlipa – d526 Villepinte d271 Pexiora – d71/218 bas Laurabuc – bas Fendeille – Villeneuve comptal – d624/415 Cumiés d517 Molleville – ht de Baraigne – d72h Renneville - Villefranche

Dénivelé 700m

Dimanche 24 : départ 8h circuits sens inverse



Samedi 30 départ 13h30

97 km Villefranche – d622 Gardouch - Nailloux – d11/25 **Cintegabelle** – d41 st quirc –d25 Gaillac Toulza –St Ybars - Lézat – d19b St Sulpice – d74 Beaumont/lèze – d43 Miremont d48 Auterive –d622 Nailloux – Villefranche

Dénivelé 800m

Dimanche 31 : départ 8h circuits sens inverse

◆
AVRIL
◆

Samedi 06 : départ 13h30

101 km Vche – d25 Caraman – d59/42 Prunet – d826 Saubens - Bourg st Bernard – d39 Moncrabier – Belcastel – Lavour – d12/87 Lacougotte/cadoul – d35 Veilhes – d826/67 le Faget – d67a/106/42 Mourens – d72/d1 st Julia – d67 st Félix - les Cassés – d191 Mourville hte – d72 Rieumajou – vallégue -Vche

Dénivelé 1000m

Dimanche 07 : départ 8h circuit sens inverse

◆
Samedi 13 : départ 13h30

104 km Villefranche – Renneville – d72H/517 Ht de Baraigne - d517 Molleville – Cumiès – Pyra/hers – Mayreville - d625vers Mirepoix - d50 Manses – d6 Teillet – Lapenne – d6 Labastide de Lordat – d430 Trémoulet - d611 Mazères – d16 ht Gibel – d19/91 Monestrol d91 bas Lagarde – d16 Gardouch – Villefranche

Dénivelé 900m

Dimanche 14: départ 8h circuit sens inverse

◆
Samedi 20: départ 13h30

108 km Villefranche – gardouch –d16 bas Cagnac – d16/43 Gibel - Calmont – d11/214 Saverdun – d136 stAmans – d36 Lescousse – d626a st Martin d'Oyde – Villeneuve de latout – st Ybars – d10b/25 Gaillac/toulza – d25/12 Caujac – d12/40 Auterive – d622 Nailloux - Villefranche

Dénivelé 900m

Dimanche 21 : départ 8h circuit sens inverse

◆
Samedi 27 : départ 13h30

112 km Villefranche – d72 Folcarde - Cassés - Cadenac – d67d Vaudreuille – d79d st Féréol – d151 pont Crouzet – d85 Soréze – d45/12 Arfons – d4 Saissac – d103 st Papoul – d28/58 Souihe– Soupex – d217 Airoux – bas de Montferrand – seuil de Naurouze – port lauragais –piste canal -Villefranche

Dénivelé 1200m

Dimanche 28 : départ 8h circuit sens inverse