

Sorties du JEUDI - Décembre 2025

Départ 13h30 - Parking Monti

Jeudi 4 décembre

CRQ 220 , 46 KM - 496m <https://www.openrunner.com/r/12454750>

Martel D96 , Les Quatre-Routes D32 , D97 Le Pont Neuf , Prendre à droite après le pont , Le Gué Del Sey , Laméjouis , Colongeac , St Michel-de-Bannières D100 , Uscladis prendre à gauche D10 , La Bourdie ,Branceilles D10 , Long , St Julien-Maumont, prendre à gauche (mairie) à l'entrée du bourg - traverse de la D38 puis VC vers Laumet , Meyssac (prés du stade) , à droite D38, puis D14 ,Prendre à droite VC sortie de Meyssac (face au cimetière) , Inters D28 , D28 , Bernoux , IntersD28/D32 , D32 , Aubiac , Les Quatre-Routes D96 , Martel

Jeudi 11 décembre

CRQ 194 , 48 KM - 384m <https://www.openrunner.com/r/12344854>

Martel D96, Les Quatre-Routes, Auriol , VC La Fondial, Quinsou, Dir St Félix, D116 ,La Broquetie - Sourdoire - D110 Vayrac , D803 Bétaille , Barrière du Causse , D116 Laborie , Chapou, D116 Route de Tauriac , Inters D116/D3 , dir Carennac , Cabrettes , D20 Carennac , D43 Mézels, Pont de Pontou, D80 St Denis-les-Martel , D32 , Scourtils, belvédère de Copeyre, D840 Martel

Jeudi 18 décembre

CRQ 282 - 39 KM , 466m <https://www.openrunner.com/r/20144229>

Martel, D803, Baladou, D33, Cuzance, VC, Viors, Les Genestes, Leygonie, Ginières, La Blénie, Gare de Gignac, Meyrignac, Cressensac, Sortie Cressensac, VC à droite, Martignac, Mas Del Bos, La Babourie, Malama, Le Mas Haut, Malastrèges, D840, Martel

Jeudi 25 décembre ou autre jour

CRQ 110 - 48 KM - 440m <https://www.openrunner.com/r/10659141>

Martel , D840 , Copeyre , St Denis-Prés-Martel, D803 , Vayrac, D110, La Chapelle-aux-Saints, bas de Marcilhac la Croze, La Geneste, D163, Branceilles, Quinsou, Les Quatre-Routes, D96, Martel.