

Sorties du JEUDI

Juillet 2024

Départ 8h30 - Parking Monti

Jeuudi 4 juillet

CRQ 70 – 52 KM - 687m <https://www.openrunner.com/r/9578733>

Martel D96 – Les Quatre-Routes D32 – Saillac VC – La Bertine – Puy Boubou D38 – Croix du Buis D38E2 2^{ème} à droite – La Rougerie D 38 – Lagardelle – après le haut de la côte prendre à droite vers Maranzac – puis droite 50m gauche vers Montplaisir, D38 – Au rond-point en face D8 – Jugeals-Nazareth D8 puis 2km à droite D19 puis gauche la Vaysse – D150E3 – La gironie – D23 L'Hôpital-St-Jean D23 – Murlat – Martel

Jeuudi 11 juillet

CRQ 73 – 55 KM - 636m <https://www.openrunner.com/r/9598922>

Martel D96, D23, Murlat, l'Hôpital-St-Jean D87 – Cressensac VC direction Neyragues, Baudran – Estivals VC tout droit après le pont – Nadaillac D63, D87, Gignac D15, VC – Pech Lambert – Le Sireyjols – Lacisque tout droit VC – Le Pilou intersection D820, D34 – Cuzance D33, D34 – Malastrèges D34 – Intersection D840 – Martel

Jeuudi 18 juillet

CRQ 107 - 60 KM – 423m <https://www.openrunner.com/r/10528162>

Martel, D840 – D32, St Denis-Prés-Martel, Pontou, D43 – Carennac, D30 – Granou D43 – Pauliac – Bretenoux D803 – Puybrun – Bétaille – Vayrac D720-D116 sortie de Vayrac - Route de St Félix – Quinsou – La Fondial – D96 – Auriol - Les Quatre-Routes, D96, Martel.

Jeuudi 25 juillet

CRQ 125 – 55 KM - 748m <https://www.openrunner.com/r/11017958>

Martel – D803 – Baladou – D33 – puis à gauche VC – Rignac – VC Peyrefiche, sous l'autoroute A20 – VC – Blagour – D15 – La Forge – Bourzolles – D15 –Borrèze – VC – vallée d'Enval – Beaumont – Pechmézel – La Toussadie – Le Poux – St Bonnet – dans St Bonnet redescendre vers la D15 – D15 puis à droite Pech Nègre, Pech Lambert – Sireyjols – Lacisque – VC à droite dans Lacisque – Les Places – La Plagne – le Bournissard – Espargelous – D840 – Martel