



## **SORTIES MOIS DE JUILLET 2023**

### **DIMANCHE 2 JUILLET 2023**

Départ : 8h 00

Circuit 1 : 86 km - dénivelé : 1072 m : Villeneuve – Asprières – Bouillac – Cuzac – Felzin – St Jean de Mirabel- Lunan- Capdenac – Gelles – Villeneuve

Circuit 2 : 100km - dénivelé: 1309 m : Villeneuve – Asprières – Les Albres – Viviez – Penchot – Plancat – D2 - St Jean de Mirabel- Lunan- Capdenac – Gelles – Villeneuve

### **DIMANCHE 9 JUILLET 2023**

Départ : 8h00

Circuit 1 : 75 km - dénivelé : 741 m : La Capelle Balaguier – Saujac – Cajarc – Larnagol – Calvignac – Limogne – Marroule – Marin – Toulonjac

Circuit 2 : 91 km - dénivelé : 1016 m : La Capelle Balaguier – Saujac – Cajarc – St Chels – Larnagol – Cenevières – Calvignac – Limogne - Marroule – Marin – Toulonjac

### **VENDREDI 14 JUILLET 2023**

Départ : 8h00

Circuit 1 : 79 km - dénivelé : 1430 m : Sanvensa- Laguépie – St Martin – Montirat – Pont de la Vicasse – Bar – Bor – Moulin de Martre – Sanvensa

Circuit 2 : 89km - dénivelé : 1594m : Sanvensa- Laguépie – St Martin- Le Ségur – D80 – Les Gazets – D73 – Les Quatres Routes – D9 – Pont de la Vicasse - Bar – Bor – Moulin de Martre Sanvensa

### **DIMANCHE 16 JUILLET 2023**

Départ : 8h00

Circuit 1 : 87 km - dénivelé : 1186 m : Trigodinas – Parisot – Cornusson – Verfeil – Laguépie – Notre Dame de Laval – St André de Najac – Najac – Monteils

Circuit 2 : 109km - dénivelé : 1522 m : Trigodinas – Parisot- Caylus – St Antonin – Laguépie par la D958 - Notre Dame de Laval – St André de Najac – Najac – Monteils

### **DIMANCHE 23 JUILLET 2023**

Départ : 8h00

Circuit 1 : 77 km - dénivelé : 1065 m : Le Mauron – La Trivale – Pomarède – Riguetorte – Le Pont Neuf – Montillas – Puech Blanc – Colombiès – Rieupeyroux – La Bastide l'Evêque

Circuit 2 : 91km - dénivelé : 1367 m : Le Mauron – Rignac – Goutrens – Le Buenne – Mayran – Pont de Valès – Talespues - Colombiès – Rieupeyroux – La Bastide l'Evêque

**DIMANCHE 30 JUILLET 2023**

Départ : 8h 30 Départ de Montbazens (centre Social du Plateau)

*Circuit 1 : 83 km - D+ 1253 m :*

Départ de Montbazens - Lugan - Rulhe - Auzits - La Clède - Le Coustalou - La Bruellie -  
Noailhac - Conques - St Cyprien - Pruines - Estaing - Nauviale - Marcilhac - St Christophe -  
Bournazel - Roussennac - Montbazens.

*Circuit 2 : 92,5 km - D+ 1615 m :*

Départ de Montbazens - Lugan - Rulhe - Auzits - La Clède - Le Coustalou - La Bruellie -  
Noailhac - Conques - Guillebastres - Fontromieu - Sénergues - Lunel - Pruines - Estaing -  
Nauviale - Marcilhac - St Christophe - Bournazel - Roussennac - Montbazens.