

Localités (Contrôles en gras)	D i s t .	C u m u l	Routes (pour s'y rendre)	Remarques	O u v e r t	F e r m é
Castanet – Salle de Vic	0	0			07:00	08:00
X D79-Rue Cavalie	0,8	0,8	D79	a gauche		
X Rue Cavalie-D813	0,9	1,7	Rue Cavalie	a gauche vers Montgiscard		
Pompertuzat-XD813-D94	1,3	3	D813	Au feu a droite, puis à gauche vers Deyme		
Deyme	1,8	4,8	D94, D74	traverser Deyme		
X D74-D24	2,7	7,5	D74	à gauche vers Montbrun		
X D24-D24f	2,2	9,7	D24	Prendre la route au milieu de la fourche		
X D24f-D31	3,4	13,1	D24f	a droite vers St Léon, Nailloux		
X D31-D19	3	16,1	D31	a gauche vers Nailloux, village des marques		
Nailloux	7,7	23,8	D19	Traverser le village. Au stop, en face		
Montgeard	2,3	26,1	D19	Traverser le village		
X D19-D16	5,9	32	D19	a droite vers Mazères		
Mazères	9,3	41,3	D16	franchir pont sur l'Hers, contourner par la gauche : G !, D !, G !	08:12	10:03
X D611-D11	8,9	50,2	D11, D611	a droite vers Gaudiès		
X D11-D30	4,1	54,3	D11	a gauche vers La Bastide Lordat		
La Bastide Lordat	0,8	55,1	D30	traverser le village		
St Amadou	3,8	58,9	D30	Sur la place St Amat, ne pas oublier son chapelet		
X D30-Chemin du Pujoulet	0,3	59,2	D13	A gauche, ancienne voie ferrée		
Font Communal	1,4	60,6	Chemin du Pujoulet	par ancienne voie ferrée		
La Barthe d'en Haut	1,75	62,35	Avenue de la gare	croisement D119 (route Mirepoix-Pamiers), prendre en face		
Dun	9,85	72,2	D12	via Arvigna, Vira		
Lieurac	5,9	78,1	D12	prendre D1 a gauche vers Laroque d'Olmes		
Sautel	1,7	79,8	D1	traverser le village		
Laroque d'Olmes	5,5	85,3	D1, D620	au feu en face	09:30	12:40
Sainte Colombe sur l'Hers	9,4	94,7	D620	A la sortie de Ste Colombe, prendre D18 a gauche vers Montbel		
X D18-D28b	2,7	97,4	D18			
Chalabre	2,9	100,3	D18			
X D16-D63	4	104,3	D16	Traverser Sonnac sur l'Hers – Prendre D63 a droite		
Col de la Flotte – 556m	4,3	108,6	D63	Prendre le panneau du col en photo avec le vélo	10:12	14:16
Courtauly	5	113,6	D63, D30			
X D30-D620	2,2	115,8	D30	prendre D620 a gauche		
Peyrefitte du Razès	0,8	116,6	D620			
Bellegarde du Razès	6,7	123,3	D63			
X D63-D263	1,9	125,2	D63	Poursuivre D63		
Fanjeaux	9,4	134,6	D63, D102		10:58	16:00
X D102-D213	5,2	139,8	D102			
La Cassaigne	3,4	143,2	D213	a la sortie de la Cassaigne, prendre D15 à gauche		
Puy du Faucher (381m)	4,1	147,3	D15	profiter de la vue sur la plaine, la montagne Noire		
Payra sur l'Hers	11,1	158,4	D15	a l'entrée de Payra, prendre D517 a droite vers Cumies		
Molleville	6,6	165	D517, D217	via Cumies		
X D217-D517	1,8	166,8	D217	prendre D517 (route de crête) à gauche		
Majesté	5,8	172,6	D517, D43i			
Renneville (Rond Point)	4,2	176,8	D72h	au rond-point a droite		
XVC	0,7	177,5	D72h	a droite en descente vers le canal		
X Piste Canal-XD622	3,1	180,6	D622	!Danger ! Traversée de la D622, route circulante		
X Piste Canal – D79	21,5	202,1	Piste canal	Ecluse de Vic, à droite vers Escalquens		
Castanet – Salle de Vic	1	203,1			12:53	20:30

Nous recommandons aux participants de respecter le code de la route.

Chaque participant doit se conformer au règlement: Règlement des Brevets Randonneurs Mondiaux de l'Audax Club Parisien. Si vous ne le connaissez pas, demandez nous en une copie.
En cas d'urgence, selon l'endroit ou vous vous trouvez appeler les secours au 18 ou 112 ou le Centre Médical Louis DELHERM (Castanet) au 05 62 71 71 71.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=4128522>