

Localités	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
<b>(Contrôles en gras)</b>						
<b>Castanet – Salle de Vic</b>	0	0			<b>04:00</b>	<b>05:00</b>
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		
Ayguesvives	10,6	12,3	D813, D16	traverser Ayguesvives		
Gardouch	9	21,3	D16	traverser Gardouch		
X D625-D72	3,1	24,4	D622, D625	a gauche vers Renneville		
X D72-D72h	1,7	26,1	D72	Prendre à droite au rond-point		
Molleville	11,9	38	D72h, D43i, D517			
Mas Saintes Puelles	4,7	42,7	D33			
Laurabuc (proximité)	11,3	54	D33, D218			
X D218-D213	3,1	57,1	D218	a gauche		
<b>Bram</b>	<b>9,4</b>	<b>66,5</b>	<b>D218, D623, D218</b>	<b>a droite sur la D623 et a gauche D218</b>	<b>05:58</b>	<b>08:28</b>
Villesequeleude	10,1	76,6	D33			
Pezens	3,4	80	D35			
Ventenac Cabardes	2,8	82,8	D35			
Conques sur Orbiel	9,8	92,6	D35	via Villegailhenc		
X D35-D620	3	95,6	D35	prendre a gauche vers Villegly, Villeneuve Minervoix		
X D620-D112	4,7	100,3	D620	A gauche vers Villeneuve Minervoix		
<b>Villeneuve Minervoix</b>	<b>1,9</b>	<b>102,2</b>	<b>D112</b>	<b>A gauche vers Villeneuve Minervoix</b>	<b>07:00</b>	<b>10:48</b>
X D111-D620	2,7	104,9	D111			
Laure Minervoix	4,9	109,8	D111			
Aigues Vives	5	114,8	D57			
Capendu	6,5	121,3	D57	via Marseillette		
Col du Fer a cheval (317m)	4,8	126,1	D57			
Montlaur	4,3	130,4	D57			
Camplong d'Aude	9,3	139,7	D114			
X D114-D212	1,4	141,1	D114			
<b>Lagrasse</b>	<b>6,6</b>	<b>147,7</b>	<b>D212</b>		<b>08:21</b>	<b>13:52</b>
Servies en Val	12,3	160	D3, D110	via Rieux en Val		
Mas des Cours	13,2	173,2	D42, D60	via Arquettes en Val, Fajac en val (proximité)		
Saint Hilaire	12,1	185,3	D60, D56, D110	via Villefloure, Ladern sur Lauquet (proximité)		
X D104-D43	3,9	189,2	D104			
Pieusse	9,4	198,6	D43, D504	via Pomas		
Limoux	3	201,6	D104			
X D620-D626	6	207,6	D620			
Peyrefitte du Razes	13,6	221,2	D626			
Moulin Neuf	7	228,2	D626			
<b>Mirepoix</b>	<b>6,2</b>	<b>234,4</b>	<b>D626</b>		<b>10:57</b>	<b>19:36</b>
Plaigne (proximité)	13,7	248,1	D119, D625			
Salle sur l'Hers	16,5	264,6	D625			
X D625-D622	13,8	278,4	D625	a droite vers Villefranche de Lauragais		
X D622-Piste Canal	0,15	278,55	D622	apres le pont sur le canal, prendre la piste du canal a gauche		
X Piste Canal – D79	21,5	300,05	Piste canal	Ecluse de Vic, à droite vers Escalquens		
<b>Castanet – Salle de Vic</b>	<b>1</b>	<b>301,05</b>			<b>13:00</b>	<b>00:00</b>

*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 112, 15, 18 ou le Centre Médical Louis DELHERM (Castanet) au 05 62 71 71 71.

<http://www.openrunner.com/index.php?id=4058792>