



Circuits des Vendredis courts *(Les Tamalous)*

Mars 2026

Départ à 13h00



7 **D+** **764 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9441624> **64 Km**

Magrie, Bouriège, La Serpent, Antugnac, Espéraza, Fa, Rouvenac, Les Tougnets, Col de Festes, Festes et St André, Bouriège, Magrie, Limoux.

14 **D+** **520 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9441735> **62 Km**

Loupia, Col St Pierre, Caudeval, Escueillens, Belvèze, Gramazie, Ferran, D21, Cailhau, Brugairolles, St Martin, Limoux.

21 **D+** **537 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9441641> **64 Km**

Pieusse, Pomas, Verzeille, Cavanac, Auriac, Pont Garigliano, Lavalette, La Malepère, Cailhau, Cambieure, Brugairolles, St Martin, Limoux.

28 **D+** **712 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9597378> **56 Km**

Malras, Routier, Alaigne, Bellegarde, Escueillens, Caudeval, Peyrefitte, Courtauly, St Benoit, Col du Dieudé, St Couât, Castelreng, Les Dignes, Limoux.

