



Circuits des Vendredis courts (*Les Tamalous*)



Mai 2026

Départ à 13h00

1 **D+** **537 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/10803303> **65 Km**

Pieusse, Pomas, St Hilaire, Ladern, Villefloure, Mas des Cours, Fajac-en-Val, Mas des Cours, Villefloure, Leuc, Verzeille, Pomas Pieusse, Limoux.

8 **D+** **574 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9440493> **63 Km**

Pieusse, Pomas, Montclar, D36, Roullens, Lavalette, Pont de L'Hopital, Couffoulens, Verzeille, St Hilaire, Le Villar, St Polycarpe, Limoux.

15 **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.

22 **D+** **752 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9597274> **66 Km**

Les Dignes, Castelreng, St Couât, Col du Dieudé, St Benoit, Courtauly, Peyrefitte, D18, D125, Tréziers, Moulin Neuf, Caudeval, Col de St Pierre, Loupia, Limoux.

29 **D+** **545 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9441642> **73 Km**

St Martin, Brugairolles, Cambieure, Gramazie, La Courtète, Fenouillet du Razès, D119, D19, Orsans, D213, D713, St Julien de Briola, D713, Les Bonnerys, D102, Fanjeaux, La Courtète, Gramazie, Le Relais, Cambieure, Brugairolles, St Martin, Limoux.

