



Circuits des Mardis courts (*Les Tamalous*)
Juillet 2026
Départ à 7h30



7 **D+** **818 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9441639> **65 Km**

St Polycarpe, Buc, Missègre, Valmigère, Arques, Serres, Couiza, Antugnac, La Serpent, Bourière, Magrie, Limoux.

14 **D+** **784 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9596247> **70 Km**

Pieusse, Col du Loup, Gardie, St Hilaire, Villefloure, Mas des Cours, Le Poteau, Palaja, Cazilhac, Auriac, Cavanac, Leuc, Verzeille, Pomas, Pieusse, Limoux.

21 **D+** **839 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/10795570> **68 Km**

Magrie, Bourière, La serpent, Antugnac, Espéraza, Campagne sur Aude, Brézilhou, Quillan, Saint Ferriol, Campagne sur Aude, Espéraza, Antugnac, Conilhac de la Montagne, Bourière, Magrie, Limoux.

28 **D+** **872 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9366407> **69 Km**

Magrie, Bourière, St Sernin, Castelreng, La Petite Bezole, Villelongue, Alaigne, Belvèze, Cailhau, La Malepère, Montclar, Pomas, Pieusse, Limoux.

