



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



3 **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.

10 **D+** **677 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9366575> **67 Km**

Pieusse, Pomas, Verzeille, Leuc, Cavanac, Auriac, Pont de l'Hopital, Maquens, Lavalette, Arzens, D911, La Malepère, Cailhau, Cambieure, Brugairolles, St Martin, Limoux.

17 **D+** **640 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9456367> **69 Km**

Loupia, Col St Pierre, Peyrefitte, Caudeval, Moulin Neuf, Mirepoix, Labastide de Bousignac, Moulin Neuf, Caudeval, Peyrefitte, Col St Pierre, Loupia, Limoux.

24 **D+** **651 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9440680> **71 Km**

Pieusse, Pomas, Montclar, La Malepère, D43, Arzens, Lavalette, Maquens, Pont de l'Hopital, Cavanac, Couffoulens, Leuc, Verzeille, St Hilaire, Le Villar, St Polycarpe, Limoux.

31 **D+** **534 m** **Open :** <https://www.openrunner.com/r/9399127> **73 Km**

St Martin, Cambieure, le Relais, Gramazie, la Courtete, Fenouillet, D19, D119, St Julien de Briola, D713, D102, Fanjeaux, la Courtete, Gramazie, Le Relais, Cambieure, Brugairolles, St Martin, Limoux.

