

Localités (Contrôles en gras)	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>Castanet – Salle des Fontanelles</b>	0	0		a gauche en partant (Rue des Fontanelles)	<b>05:00</b>	<b>06:00</b>
X Fontanelles – Bld des Genêts	0,5	0,5	Rue des Fontanelles			
X Bld des Genêts – D57	0,5	1	Boulevard des Genêts	au rond-point de la gendarmerie, prendre 1ere sortie		
X Rue de Labège – D813	0,7	1,7	D57, Rue de Labège	face à l'église, prendre a gauche la D813		
Pompertuzat	3	4,7	D79	Au feu, tout droit		
X D813 – D16	8	12,7	D813	a droite vers Ayguesvives		
Ayguesvives	1,3	14	D16	traverser Ayguesvives		
Gardouch	9	23	D16	traverser Gardouch		
X D625-D72	3,1	26,1	D622, D625	à gauche vers Renneville		
X D72-D72h	1,7	27,8	D72	Prendre à droite au rond-point		
Molleville	11,9	39,7	D72h, D43i, D517			
Mas Saintes Puelles	4,7	44,4	D33			
Laurabuc (proximité)	11,3	55,7	D33, D218			
X D218-D213	3,1	58,8	D218	a gauche		
<b>Bram</b>	9,4	68,2	D218, D623, D218	à droite sur la D623 et a gauche D218	<b>07:00</b>	<b>09:32</b>
Villesequelande	10,1	78,3	D33			
Pezens	3,4	81,7	D35			
Ventenac Cabardès	2,8	84,5	D35			
Conques sur Orbier	9,8	94,3	D35	via Villegailhenc		
X D35-D620	3	97,3	D35	prendre a gauche vers Villegly, Villeneuve Minervois		
X D620-D112	4,7	102	D620	A gauche vers Villeneuve Minervois		
<b>Villeneuve Minervois</b>	1,9	103,9	D112		<b>08:04</b>	<b>11:56</b>
X D111-D620	2,7	106,6	D111			
Laure Minervois	4,9	111,5	D111			
Aigues Vives	5	116,5	D57			
Marseillette	3,5	120	D57			
X D57 – D457	0,8	120,8	D57			
Barbaira	2,5	123,3	D457			
Monze	9,7	133	VC			
Pradelles en Val	5	138	D3			
Montlaur	4,3	142,3	VC			
X D114 – VC	7,7	150	D114	a droite vers Ribaute		
Ribaute	1,5	151,5	VC			
<b>Lagrasse</b>	4,3	155,8	D212		<b>09:35</b>	<b>15:24</b>
Servies en Val	12,3	168,1	D3, D110	via Rieux en Val		
Mas des Cours	13,2	181,3	D42, D60	via Arquettes en Val, Fajac en val (proximité)		
Saint Hilaire	12,1	193,4	D60, D56, D110	via Villefloure, Laderm sur Lauquet (proximité)		
Col du Loup (285m)	2,6	196	D104			
Col dal Bosc (250m)	4,5	200,5	D104			
Pieusse	2,7	203,2	D104			
Limoux	3	206,2	D104			
X D620-D626	6	212,2	D620			
Peyrefitte du Razès	13,6	225,8	D626			
Moulin Neuf	7	232,8	D626			
<b>Mirepoix</b>	6,2	239	D626		<b>12:06</b>	<b>20:56</b>
Plaigne (proximité)	13,7	252,7	D119, D625			
Salle sur l'Hers	16,5	269,2	D625			
X D625-D622	13,8	283	D625	a droite vers Villefranche de Lauragais		
X D622-Piste Canal	0,2	283,2	D622	apres le pont sur le canal, prendre la piste du canal a gauche		
X Piste Canal – D79	21,5	304,7	Piste canal	Ecluse de Vic		
Ecluse de Castanet	1,5	306,2	Piste canal			
X Rte de Labège – Ave Jean Moulin	0,8	307	Rte de Labège			
X Ave Jean Moulin – Rue des Fontanelles	0,8	307,8	Avenue Jean Moulin			
<b>Castanet – Salle des Fontanelles</b>	0,2	308	Rue des Fontanelles		<b>14:00</b>	<b>01:00</b>

OpenRunner : <http://www.openrunner.com/index.php?id=5393248>  
 Soleil : Lever->07h21, Coucher->20h30

Dénivelée : 2334m

**Le respect du code de la route est une obligation**

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 : SAMU, 17 : POLICE, 18 : POMPIERS ou le Centre Médical Louis DELHERM (Castanet) au 05 62 71 71 71.

Pour tout autre information, ou en cas d'abandon, contactez l'organisation : 07 63 30 35 47.