

| Localités | D i s t . | C u m u l | Routes (pour s'y rendre) | Remarques |
|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------------|---|
| Castanet – Salle de VIC | 0 | 0 | | à droite en partant de la salle (D79 vers Escalquens) |
| X D79 – D16 (Escalquens) | 2 | 2 | D79 | Feux de signalisation en face puis a droite |
| X D2 – D31 | 6,3 | 8,3 | D79, VC(D!) D2(D!) | Prendre à gauche sur D31 (Direction Préserville, Lanta) |
| X D31 – Ch. De Barthe Cave | 2,3 | 10,6 | D31 | Prendre à droite |
| Ch. de Barthe Cave – D54d | 2,2 | 12,8 | Ch. de Barthe Cave | Prendre à gauche |
| X D54d – D54 | 0,7 | 13,5 | D54d | Au stop à droite, direction Tarabel |
| X D54 – D38 (Tarabel) | 2,2 | 15,7 | D54 | Au stop en face, direction Caragoudes |
| X D54 – D11 | 2,2 | 17,9 | D54 | Au stop en face (interdit +6 tonnes) |
| X VC – D79c | 2,2 | 20,1 | VC | Au cédez le passage, prendre a gauche |
| X D79c – D54 (Falgayrac) | 0,6 | 20,7 | D79c | Prendre à droite la D54 |
| X D54 – D25 (Ségreville) | 1,7 | 22,4 | D54 | Prendre a gauche la D25 |
| X D25 – D18 | 1,5 | 23,9 | D25 | Prendre à droite |
| X D18 – VC | 5,6 | 29,5 | D18 | Prendre a gauche |
| X VC – D18c (Montcalvel) | 1 | 30,5 | VC | Prendre à droite |
| X D18c – D20 (Le Falga) | 3,4 | 33,9 | D18c | Prendre à droite (Dtion St Félix Lauragais) |
| Saint Félix Lauragais | 5 | 38,9 | D20, D72(G!), D20(D!) | Contourner le village |
| X D67 – D622 | 0,3 | 39,2 | D67 | Au feu, prendre en face |
| X D67 – D43 | 2 | 41,2 | D67 | Au stop, prendre à droite (Dtion Les Cassés, Avignonet) |
| X D1117 – D191 (Les Cassés) | 2,3 | 43,5 | D43, D1117 | Prendre a droite D191, traverser le village |
| X D72 – D79 (Mourvilles H.) | 4,9 | 48,4 | D191, D72d (G!), D72 | Prendre à droite (Dtion Vallègue, Villefranche) |
| X D79 – VC | 2,7 | 51,1 | D79 | Prendre à droite en direction du village |
| Lux | 1,6 | 52,7 | VC | Ravitaillement |
| X D79 – D622 | 0,3 | 53 | VC (D!), D79 | Prendre à gauche (Dtion Vallègue, Villefranche) |
| X D622 – Ch. de Viterbe | 1,3 | 54,3 | D622 | Prendre à droite (Dtion Viterbe) |
| X Ch. De Viterbe – D80 | 1,1 | 55,4 | Chemin de Viterbe | A droite |
| X D80 – D79 | 0,3 | 55,7 | D80 | Continuer tout droit |
| X D79 – D25 | 1,9 | 57,6 | D79 | Continuer tout droit |
| Trébons sur Lagrasse | 1,3 | 58,9 | D79 | Traverser le village |
| X D79 – D79h | 0,5 | 59,4 | D79 | Prendre à gauche direction Varennes |
| X D79h – VC | 3,2 | 62,6 | D79h | Prendre à gauche |
| X VC – D38 | 3,9 | 66,5 | VC | Prendre a gauche |
| X D38 – VC | 0,6 | 67,1 | D38 | Prendre à droite |
| X VC – D38g | 0,8 | 67,9 | VC | Prendre à droite |
| X D38g – VC | 0,8 | 68,7 | D38g | Prendre à gauche |
| X VC – D95 | 1,6 | 70,3 | VC | Prendre a droite |
| X D95 – D31 | 1,9 | 72,2 | D95 | A droite sur D31, puis 1ere a gauche (D95) : Direction Montlaur |
| Montlaur (Saint Lautier) | 2 | 74,2 | D95 | A gauche sur D16, 1ere a droite (D95) |
| X D95 – Piste canal du midi | 2,1 | 76,3 | D95 | Prendre a droite la piste du canal |
| X Piste du Canal – D79 | 6 | 82,3 | Piste du canal | A l'écluse de Vic prendre à droite sur D79 vers Escalquens |
| Castanet – Salle de VIC | 1,6 | 83,9 | D79 | Parking et salle à droite après usine Coca-Cola |

En cas d'urgence, selon l'endroit où 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.