

PARCOURS 1 : Tour de l'étang de Thau

| LOCALITES | ROUTES | DIRECTION/OBS. | KMS P. | KMS T. |
|--------------------------|-------------|----------------|------------------|-----------|
| BALARUC les BAINS | piste | | 0 | 0 |
| Sète (port) | piste | | 9 | 9 |
| Marseillan plage | piste/D51E6 | à droite | 16,5 | 25,5 |
| Marseillan | D51 | | 6 | 31,5 |
| croisement | D51/D159 | à droite | 7,5 | 39 |
| Mèze | D18 | piste | 5 | 44 |
| Bouzigues | piste | | 5 | 49 |
| BALARUC les BAINS | piste | | 8 | 57 |
| 9442856 | | | 220m dén. | 57 |

PARCOURS 2 : Tour de la Montagne de la Gardiole

| LOCALITES | ROUTES | DIRECTION/OBS. | KMS P. | KMS T. |
|--------------------------|------------|--------------------------|------------------|-----------|
| BALARUC les BAINS | D129 | | 0 | 0 |
| Frontignan (gare) | D129 | | 7,5 | 7,5 |
| croisement | D129/D60 | piste | 1,5 | 9 |
| Vic la Gardiole | D114 | | 10 | 19 |
| croisement | D114/D613 | TD | 7 | 26 |
| Cournonterral | D5 | à gauche piste | 3 | 29 |
| Cournonsec | piste/D5E7 | à gauche | 1 | 30 |
| croisement | D5E7/VC | à D. au niveau du caveau | 2 | 32 |
| Montbazin | VC/D119E2 | TD | 3 | 35 |
| Poussan | D119/D2E5 | à gauche | 4 | 39 |
| BALARUC les BAINS | | | 7 | 46 |
| 9442868 | | | 310m dén. | 46 |

PARCOURS 3 : Lavérune

| LOCALITES | ROUTES | DIRECTION/OBS. | KMS P. | KMS T. |
|--------------------------|-------------|----------------------------------|------------------|-------------|
| BALARUC les BAINS | piste | | 0 | 0 |
| Poussan | D2E5/D119E2 | à droite | 7 | 7 |
| Montbazin | D5 | | 4 | 11 |
| Cournonterral | D5 | piste | 5 | 16 |
| Pignan | piste | | 5 | 21 |
| Lavérune | D5E | à droite centre ville | 3 | 24 |
| château des Evêques | D5E3 | à droite dir. Fabrègues | 0,5 | 24,5 |
| croisement | D5E3/D185E1 | à droite dir. Saussan | 1 | 25,5 |
| croisement | D185E1/VC | après stop avec D185 à G. | 6,5 | 32 |
| croisement | VC/D114 | à G. puis à D. dir. SPA, camping | 4 | 36 |
| croisement | VC/D5E7 | à D. puis à G. au caveau | 2 | 38 |
| Montbazin | VC/D119 | à gauche | 3 | 41 |
| Gigean | D119 | à droite | 2,5 | 43,5 |
| Poussan | D119/D2E5 | à gauche | 4 | 47,5 |
| BALARUC les BAINS | | | 7 | 54,5 |
| 9443064 | | | 370m dén. | 54,5 |

PARCOURS 4 : L'abbaye de Valmagne

| LOCALITES | ROUTES | DIRECTION/OBS. | KMS P. | KMS T. |
|--------------------------|-----------|--|------------------|-----------|
| BALARUC les BAINS | piste | | 0 | 0 |
| Poussan | D2E5 | puis D2 | 7 | 7 |
| Villeveyrac | D2/D5 | à gauche | 8 | 15 |
| abbaye de Valmagne | D5 | TD | 4 | 19 |
| Montagnac | D5 | à D. puis à G. av.de Verdun(rue bordée de platanes | 7 | 26 |
| | | on arrive sur la D161 dir.Aumes | | |
| | VC | au RP suivant prendre 3ème sortie ZAE Pavillon | 0,5 | 26,5 |
| croisement (Mèze) | VC/D51 | à gauche puis au RP TD D158 | 11,5 | 38 |
| Loupian | D158 | | 4 | 42 |
| croisement | D158/D613 | piste | 1,5 | 43,5 |
| Bouzigues | piste | | 1,5 | 45 |
| BALARUC les BAINS | piste | | 8 | 53 |
| 9442884 | | | 450m dén. | 53 |

PARCOURS 5 - La plaine de l'Hérault

| LOCALITES | ROUTES | DIRECTION/OBS. | KMS P. | KMS T. |
|---------------------------|--------------|----------------------|-------------------|-----------|
| BALARUC les BAINS | piste | | 0 | 0 |
| Mèze | D159 | | 13 | 13 |
| croisement | D159/D51 | à G. puis à D. D18E1 | 6 | 19 |
| Pinet | D18E1 | | 4 | 23 |
| Florensac | D18 | | 4,5 | 27,5 |
| croisement | D18/D32E6 | à droite | 1,5 | 29 |
| pont romain de St Thibéry | D18 | AR | 1,5 | 30,5 |
| croisement | D18/D32E6 | à gauche | 1,5 | 32 |
| Castelnau de Guers | D32/D161 | à droite | 9 | 41 |
| croisement | D161/D161E2 | à gauche dir. Pinet | 5 | 46 |
| croisement | D161E2/VC | à gauche avant l'A9 | 1 | 47 |
| croisement | VC/VC | à droite dir. Mèze | 6 | 53 |
| Mèze | D159E1/piste | | 2 | 55 |
| Bouzigues | piste | | 3 | 58 |
| BALARUC les BAINS | piste | | 8 | 66 |
| 9443090 | | | 480 m dén. | 66 |

PARCOURS 6 : le Causse d'Aumelas

| LOCALITES | ROUTES | DIRECTION/OBS. | KMS P. | KMS T. |
|--------------------------|-------------|----------------|------------------|-----------|
| BALARUC les BAINS | piste | | 0 | 0 |
| Poussan | D2E5/D119E2 | à droite | 7,5 | 7,5 |
| Montbazin | D5 | | 4 | 11,5 |
| Cournonterral | D5/D114 | à gauche | 5 | 16,5 |
| croisement | D114/D114E2 | à gauche | 6,5 | 23 |
| croisement | D114E2/D2 | à gauche | 13 | 36 |
| Villeveyrac | D2 | à gauche | 9 | 45 |
| croisement | D2/D2E5 | à droite | 5 | 50 |
| Poussan | D2E5 | | 3 | 53 |
| BALARUC les BAINS | piste | | 8 | 61 |
| 9443142 | | | 700m dén. | 61 |