

PARCOURS AOUT 2019

SORTIES SEMAINE

Mercredi 7	7h30	Rond point Agropolis devant Héliotel
Mercredi 14	7h30	Jacou piste cyclable après Mc Do
Mercredi 21	7h30	Rond point Agropolis devant Héliotel
Mercredi 28	7h30	Jacou piste cyclable après Mc Do

SORTIES DIMANCHE

Date	Heure	Lieu RV	Parcours	Distance	D+	Lien Openrunner
Dimanche 04/08	7h30	CREPS	N-030 : Montpellier, Juvignac, St Georges, Murviel, Montarnaud, La Boissière, Argeliers, Viols, St Martin, Biranque, Notre Dame de Londres, Ferrières les verrières, Claret, Lauret, Le plateau, Valflaunès, St Mathieu, Assas, Montpellier.	113	1400	8851642
			Raccourci groupe 3 : N-030-R : Montpellier, Juvignac, St Georges, Murviel, Montarnaud, La Boissière, Argeliers, Viols, St Martin, Biranque, Pont de Januq, Valflaunès, St Mathieu, Assas, Montpellier.	87	1070	9918965
			Groupe 1 : Idem G2.			
Rappel : Rando extérieure :			Randonnée Côte de Thongue (Montblanc). Dimanche 04/08.			
Dimanche 11/08	7h30	CREPS	N-029 : Montpellier, Montferrier, Les Matelles, La salade, Saint-Mathieu-de-Trévières, Valflaunès, Le plateau, Lauret, Claret, Les Embruscales, Le plateau, Notre dame de Londres, Biranque, St Martin de Londres, Viols, Murles, Combaillaux, Grabels, Montpellier.	103	1030	8849865
			Raccourci groupe 3 : N-029-R : Montpellier, Montferrier, Les Matelles, La salade, Saint-Mathieu-de-Trévières, Valflaunès, Le plateau, Pont de Januq, Biranque, St Martin de Londres, Viols, Murles, Combaillaux, Grabels, Montpellier.	80	900	9919047
			Groupe 1 : Idem G2.			
Rappel : Rando extérieure :			Vélo pour tous (Mauguio). Samedi 10/08. La Vira Revira (Vias). Dimanche 11/08.			
Jeudi 15/08 Assomption	7h30	CREPS	NO-007 : Montpellier, Grabels, Bel-Air, Vailhauquès, Saugras, Viols le Fort, Saint-Martin-de-Londres, Biranque, Pic St Loup, Le Rouet, Pont de Januq, Les Embruscales, Claret, Corconne, Carnas, Saint-Bauzille-de-Montmel, Montaud, Teyran, Montpellier.	105	1100	6795962
			Raccourci groupe 3 : NO-007-R : Montpellier, Grabels, Bel-Air, Vailhauquès, Saugras, Viols le Fort, Saint-Martin-de-Londres, Biranque, Pic St Loup, Le Rouet, Pont de Januq, Lauret, Sauteyraragues, Vacquières, Baraba, Saint-Bauzille-de-Montmel, Montaud, Teyran, Montpellier.	93	88	9919155
			Groupe 1 :			
Rappel : Rando extérieure :			Les Vacanciers (Pézenas). Jeudi 15/08.			
Dimanche 18/08	7h30	CREPS	NO-037 : Montpellier, Grabels, Bel air, Montarnaud, Argeliers, Puechabon, Saint Jean de Fos, Montpeyrroux, Arboras, Col du Vent, Arboras, Montpeyrroux, Saint Jean de Fos, Aniane, La Boissière, Saint Paul et Valmalle, Bel air, Grabels, Montpellier.	101	1300	9575160
			Raccourci groupe 3 : NO-037-R : Montpellier, Grabels, Bel air, Montarnaud, Argeliers, Puechabon, Saint Jean de Fos, Montpeyrroux, Arboras, Montpeyrroux, Saint Jean de Fos, Aniane, La Boissière, Saint Paul et Valmalle, Bel air, Grabels, Montpellier.	85	830	9919213
			Groupe 1 : Idem G2.			
Rappel : Rando extérieure :			Paris-Brest-Paris. 18 au 22/08			
Dimanche 25/08	7h30	CREPS	NE-015 : Montpellier, Clapiers, St Drézéry, Sommières, Villevieille, Montpezat, St Mamert, Parignargues, Clarensac, Calvisson, Congénies, Aubais, Villetelle, Lunel, St Just, Lansargues, Madaison, Chemin de la Poste, Le Zénith, Montpellier.	107	750	8851765
			Raccourci groupe 3 : NE-015-R : Montpellier, Clapiers, St Drézéry, Sommières, Villevieille, Montpezat, St Mamert, Parignargues, Clarensac, Calvisson, Congénies, Aubais, Villetelle, Lunel, St Just, Lansargues, Madaison, Chemin de la Poste, Le Zénith, Montpellier.	87	680	9919312
			Groupe 1 : Idem G2.			
Rappel : Rando extérieure :			Rassemblement Clubs de l'Hérault (CODEP34)			

Pour plus d'informations sur les randonnées extérieures voir les sites des clubs organisateurs ou le site du CODEP34 :

<http://herault.ffct.org/>

PORTEES

Date	Heure	Lieu RV	Parcours	Distance	D+	Lien Openrunner
Mercredi 07/08	8h30	Pont d'Hérault	P098 : Pont d'Hérault, Le Mazel, Le Gasquet, D986xD294, Ardaillers, Notre Dame de la Rouvière, Col de la Triballe, Col de L'Asclier, Millerines, L'Estréchure, Saumane, Les Plantiers, Col du Pas, Valleraugue, Pont d'Hérault.	94	1550	9814175
Mercredi 21/08	8h30	Lodève (Parking Gendarmerie)	P099 : Lodève, Col de la Baraque de Bral, D142xD138E2, D138, Col de l'Homme Mort, Les Bains d'Avène, Avène, D8E, D163, Serviès, D163, Col de Layrac, Graissessac, La Tour sur Orb, Saint Xist, Le Bousquet d'Orb, Lunas, Joncels, D138, D138E2, D142, D902, D142, D142E4, Les Sièges, Labeil, Lauroux, Lodève.	111	2100	9814351
Mercredi 28/08	8h30	Gignac (Route de Lagamas)	P014 : Gignac, D131E5, Saint-Bauzille-de-la-Sylve, D131, Le Pouget, D123, Bélarga, D32, Mas de Soyris, D30, Paulhan, Adissan, Fontès, D174, Neffîs, D15, Vailhan, D125E1, Lac de La Peyne, D125E1, Le Mas Castel, D136E10, X D908 à droite, XD124, Cabrières, D124E2, près Péret, X D128 à gauche, Nébian, Brignac, D4, Saint-André-de-Sangonis, Lagamas, Gignac.	92	980	6803253

PANNEAUX POUR CYCLISTES



Accès interdit aux cycles.



Autorise un cycliste à franchir la ligne d'arrêt du feu rouge pour aller dans une direction indiquée par la ou les flèches, tout en laissant la priorité aux autres usagers qui eux ont le feu vert.



Impasse comportant une issue pour les piétons et les cyclistes.



Circulation interdite à tout véhicule dans les deux sens.



Piste ou bande cyclable obligatoire pour les cycles sans side-car ou remorque.



Voie réservée aux véhicules des services réguliers de transport en commun. Cycles autorisés.



Début de piste ou bande cyclable conseillée et réservée aux cycles.



Entrée d'aire piétonne : autorisée aux cyclistes à condition de conserver l'allure du pas et de ne pas gêner les piétons.



Panneau complémentaire d'identification d'un itinéraire cyclable.



Voie verte. Route réservée à la circulation des véhicules non motorisés, des piétons, des rollers (et des cavaliers sauf si exclus par arrêté spécifique).



Entrée d'une zone de rencontre où la vitesse de tous les véhicules est limitée à 20 km/h. Les piétons y sont prioritaires, ils sont autorisés à circuler sur la chaussée sans y stationner.



Ce type de panneau situé sous le panneau de sens interdit à tous véhicules, est utilisé pour permettre aux cyclistes d'emprunter les doubles sens cyclables.