



## PROGRAMME DU VCS mai 2025

### Départ des parcours du "parvis de la passerelle"

Suivant les risques météorologiques le parcours du jour pourra être modifié

**Les adhérents au VCS "non licenciés" ne sont pas invités à participer à nos sorties (sauf sorties occasionnelles : fête du vélo, voie verte ....) ils le feraient sous leur propre responsabilité et ne pourraient en aucun cas se retourner contre le VCS en cas d'incident. Une prise de licence FFVélo FFVO ou autre est requise.**

**Les vacanciers « licenciés » sont invités à participer à nos sorties vélo.  
Nous leurs demandons d'adhérer au VCS en s'acquittant d'une cotisation de 20€.  
(formulaire téléchargeable sur notre site : [veloclubserignanais.com](http://veloclubserignanais.com))**

**Chaque participant atteste sur l'honneur être en condition physique suffisante pour effectuer le parcours qu'il a choisi et avoir pris connaissance du parcours et des consignes de sécurité.**

|                                                              |      |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                              | 8h00 | Tous les lundis et jeudis sortie VTT / VTC                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                |
| jeudi.01                                                     | 8h00 |                                                                                                                                                                                          | JOURNEE SORTIE LIBRE                                                                                                                                                                                                                                           |
| vend.02                                                      | 8H   | 73                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Béziers, Lignan, Murviel, // Réals, Cazedarnes, Puissserguier, Capeatang, Poilhes, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan.                                                                                                                             |
|                                                              |      | 95                                                                                                                                                                                       | //dir Causses et Veyran, A droite D136E2, Lenthéric, Autignac, St-Geniés, Murviel, Cazouls, Maureilhan, Montady, Colombiers, Lespignan, Vendres, Sérignan.                                                                                                     |
| Dim 04                                                       | 8h   |                                                                                                                                                                                          | Sortie avec un parcours libre (La montée de "Pierre Plantée" annulée par le CODEP34)                                                                                                                                                                           |
| ou 8h30 à Lamalou                                            |      | Suite à l'annulation de la montée de la Pierre Plantée par le CODEP34, un parcours prévu par le VCS suivi d'un repas à Lamalou<br><a href="#">2025_inscription-Velocio.pdf</a>           |                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Lund. 05                                                     | 8h00 | 68                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Vendres, Lespignan, Fleury, Salles, dir Coursan, Vinassan, Armissan, La Ramade, La Clape, Narbonne-Plage, St-Pierre, pont anti-sel, bord de l'Aude, Valras, Sérignan.                                                                                |
| merc.7                                                       | 8H   | 80                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Béziers, four a chaux, D909, Lieuran, Espondeilhan, Pouzolles, Gabian // Fouzilhon, Magalas, St Génies, Pailhés, Corneilhan, Lignan ,Béziers, Sérignan.                                                                                              |
|                                                              |      | 100                                                                                                                                                                                      | // ,Mas Rolland,Pézènes,Les Mines, Faugères, Caussiniojous, Autignac, Pailhés, Corneilhan, Lignan ,Béziers, Sérignan.                                                                                                                                          |
| jeudi 08                                                     |      |                                                                                                                                                                                          | CONCENTRATION Agathoise à vailhan                                                                                                                                                                                                                              |
| vend,09                                                      | 8H   | 76                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Vendres, La Yole, Pont anti sel, La Pagéze, Fleury, Salles, Coursan, Cuxac, // Ouveillan, La Croisade, Quarante, Capeatang, Poilhes, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan.                                                                           |
|                                                              |      | 98                                                                                                                                                                                       | D13 puis D369, Moussulens, Moussan, St Marcel, Sallèles, Ouveillan, Capeatang, Poilhes, Salles, Fleury, moulins de Lespignan, Vendres, Sérignan.                                                                                                               |
| Du 8 au 11 mai Séjour dans les Cévennes organisé par le VCS  |      |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                |
| dim. 11                                                      | 8h00 | 100                                                                                                                                                                                      | Sérignan,Vendres,Lespignan, Nissan, Poilhes, Capeatang, D11/D5 puis à droiteD184, Quarante, Montouliers,=> Agel, à droite => Villespassans, A gauche D26 La Roueyre, Assignan, Villespassans, Cruzy, Quarante, Capeatang, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan |
|                                                              | ou   |                                                                                                                                                                                          | 7 cols en Cévennes CC Ganges à Ganges                                                                                                                                                                                                                          |
| Lund. 12                                                     | 8h00 | 73                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Vendres, Lespignan, Nissan, Poilhes, Capeatang, Puisserguier, Cazedarnes, Réals, Murviel, Lignan, Béziers, Sérignan.                                                                                                                                 |
| merc.14                                                      | 8H   | 73                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Vendres, Lespignan, Nissan, Colombiers, Montady, Maureilhan, Maraussan, Cazouls, // Maureilhan, Colombiers, "monter l'oppidum d'Ensérune", Nissan, Lespignan, Vendres ,Sérignan.                                                                     |
|                                                              |      | 95                                                                                                                                                                                       | //Cazenardes, Cébazan, Villepassans, D20, Montouliers, D36E, Quarante, Capeatang, Poilhes, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan.                                                                                                                               |
| vend.16                                                      | 8H   | 73                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Portiragnes, Vias, Adge, dir Marseillan, à 2,5km à gauche D32, Pomérols, // Castelnau de Guers, D32, Florensac, bord de l'Hérault, Bessan, Vias , Portiragnes, Sérignan                                                                              |
|                                                              |      | 97                                                                                                                                                                                       | //Pinet, D18 puis D51, D158, abbaye de Valmagne, Montagnac, Castelnau de Guers, D32, Florensac, bord de l'Hérault, Bessan, Vias, Portiragnes, Sérignan                                                                                                         |
| dim.18                                                       |      |                                                                                                                                                                                          | Fete du Vélo à SERIGNAN                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                              | 8h   |                                                                                                                                                                                          | OU LA MOLIERE A PEZENAS STADE MUNICIPAL                                                                                                                                                                                                                        |
| Lund. 19                                                     | 8h00 | 73                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Béziers, Lignan, Murviel, Réals, Cazedarnes, Puisserguier, Capeatang, Poilhes, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan.                                                                                                                                 |
| merc.21                                                      | 8H   | 75                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Béziers ,Maurausan, dir Maureilhan, Cazouls, Cessenon, // Combejean, Pierrerie, Cazedarnes, Fontcaude, Cazouls, Maraussan, Béziers, Sérignan.                                                                                                        |
|                                                              |      | 105                                                                                                                                                                                      | //Lugné, Roquebrun, Vieussan, Berlou, Prades, Combejean, Pierrerie, Cazedarnes, Fontcaude, Cazouls, Maraussan, Béziers, Sérignan.                                                                                                                              |
| vend.23                                                      | 8H   | 70                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Portiragnes, Vias, Bessan, Montblanc, Valros, // Servian, Bassan, Ribaute, D909, Béziers, Sérignan.                                                                                                                                                  |
|                                                              |      | 90                                                                                                                                                                                       | //Alignan du Vent, Margon, Pouzolles, Magalas, Puissalicon, Lieuran, Ribaute, Corneilhan, Béziers, Sérignan.                                                                                                                                                   |
|                                                              | ou   | Départ en voiture à 8h15 du stade pour un départ en vélo de Cessenon à 9h00<br>Accompagnement de l'étape Bordeaux / Sète a partir de Cessenon<br>(Plus d'information sur le site du VCS) |                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Sam 24 Encadrement du semi-marathon du pont rouge à Sérignan |      |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dim 25                                                       | 7h30 |                                                                                                                                                                                          | LA PAUL RIQUET à Béziers ( départ 8h00 des Allées) OU Une sortie normale au départ de la passerelle                                                                                                                                                            |
| Lund. 26                                                     | 8h00 | 73                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Caylus, Portiragnes, Vias, Agde, dir Marseillan, Florensac, St-Thibéry, pont romain, St-Thibéry, dir Montblanc, Bessan, Vias, Portiragnes, Sérignan.                                                                                                 |
| merc.28                                                      | 8h00 | 80                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Béziers, four a chaux, D909, Lieuran, Espondeilhan, Pouzolles, Gabian // Fouzilhon, Magalas, St Génies, Pailhés, Corneilhan, Lignan ,Béziers, Sérignan.                                                                                              |
|                                                              |      | 100                                                                                                                                                                                      | // ,Mas Rolland,Pézènes,Les Mines, Faugères, Caussiniojous, Autignac, Pailhés, Corneilhan, Lignan ,Béziers, Sérignan.                                                                                                                                          |
| vend.30                                                      | 8H   | 80                                                                                                                                                                                       | Sérignan, Béziers, Maurausan, dir Maureilhan, Cazouls, Cessenon, // Combejean, Pierrerie, Cazedarnes, Fontcombe, Cazouls, Maraussan, Béziers, Sérignan.                                                                                                        |
|                                                              |      | 95                                                                                                                                                                                       | //Lugné, Rieux, Berlou, Prades, Pierrerie, Cazedarnes, Fontcombe, Cazouls, Maraussan, Béziers, Sérignan.                                                                                                                                                       |