



## PROGRAMME DU VSC mars 2024

Mis à part pour une découverte de notre pratique (3 sorties maximum) les cyclos non licenciés ne sont pas invités à participer à nos sorties, ils le feraient sous leur propre responsabilité et ne pourraient en aucun cas se retourner contre le VCS en cas d'incident.

Chaque participants 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.

Départ des parcours du **"parvis de la passerelle"**  
 Suivant les risques météorologiques le parcours du jour pourra être modifié

Tous les lundi		13h30		A chacun son choix de pédalage. 2 sorties au programme: Sur route PEDALE DOUCE (Sortie groupée à allure modérée) ou sur chemin SORTIE VTT
vend.01	13h30	69	Sérignan, Portiragnes, Vias, Bessan, Florensac, Pommérois ,//Marseillan, Adge, Vias, Sérignan. 79 //Pinet, Castelau de Guers, Bessan, Vias, Portiragnes, Sérignan.	
dim.03	8h30	90	Sérignan , Béziers, Lignan, Corneilhan, Pailhès, St-geniés, Autignac, Lenthéric, St-Nazaire, 4Chemins, Causses et Veyran, Murviel, Lignan, Béziers, Sérignan.	
	ou		Randonnée du Salagou Départ de Clermont l'hérault Salles Geooges Brassens Bd Paulbert	
lun.04	13H30	70	Sérignan, Vendres, Lespignan, Nissan, Salles, Fleury, L'œil Doux, St-Pierre, La Pagéze, Fleury, dir.Lespignan, vers le pont sur l'Aude à droite, pont anti-sel , La Yole, Valras, Sérignan.	
merc06	13H30	69	Sérignan, Sauvian, Vendres, moulins de Lespignan, Fleury, Salles, Nissan, Poilhes, Capeatang, Maureilhan, Montady, Colombiers, Brico-dépôt, Lespignan, Vendres, // Sérignan. 79 //Valras, Sérignan.	
vend.8	13H30	66	Sérignan, Béziers, Lignan, Murviels, // St-Martin des Champs, St-Geniés, Puimisson, Puissalicon, Espondeilhan, Lieuran, Béziers, Sérignan. 78 //Causses et Veyran, 4 Chemins, St Nazaire, Murviels, Lignan, Béziers, Sérignan	
dim.10	8h30	77	Sérignan, Sauvian, Béziers, Maraussan, Maureilhan, Capestan, Quarante, La Croisade , Ouveillan, Cuxac, Coursan, Lespignan, Vendres, Sérignan.	
Lun.11	13h30	69	Sérignan, Portiragnes, Vias, Bessan, Florensac, Pommérois ,//Marseillan, Adge, Vias, Sérignan.	
merc.14	13h30	72	Sérignan, Béziers, four a chaux, D154 par cimetiere neuf, Corneilhan, Ribaute, //Bassan, Servian, dir Alignan le vent, Abeilhan, Coulobres, Espondeilhan, Lieuran, Béziers, Sérignan. 84 //Lieuran, Espondeilhan, Roujan, Gabian, Fouzillon, Magalas, St -Geniés, Puimisson, béziers par D909, Sérignan.	
vend. 15	13H30	70	Sérignan, Vendres, Lespignan, Nissan, Salles, // Fleury, L'œil Doux, St-Pierre, La Pagéze, Fleury, dir.Lespignan, vers le pont sur l'Aude à droite, pont anti-sel , La Yole, Valras, Sérignan. 85 // Vinassan, Armissan, La Ramade, Moujan, Vinassan, Coursan, Salles, Nissan, Lespignan, Vendres, La Yole, Valras, Sérignan.	
dim.17	8H30	78	Sérignan, Vendres, Lespignan, bord de l'Aude, Coursan, Cuxac, Ouveillan, La Croisade, Quarante, Capeatang, Maureilhan, Maraussan, Béziers, Sauvian,Sérignan	
lun.19	13H30	70	Sérignan, Vendres, Lespignan, bord de l'Aude, Coursan, Cuxac, Ouveillan, La Croisade, Quarante, Capeatang, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan.	
merc20	13H30	75	Sérignan, Béziers, Maraussan, dir Maureilhan, Cazouls, Le Roujas, // Bousquette, Réals, Murviel, St-Geniés, Pailhès, Corneilhan, Lignan, Béziers, Sérignan 81 // Fontcaude, Cazedarnes, Pierrerue, Combejean, Prades, Cessenon, Réals, Murviel, Lignan, Béziers, Sérignan	
vend.22	13H30	67	Sérignan, Vendres, Lespignan, // Colombiers par brico-dépôt, monter à l'oppidium d'Ensér. Poilhes, Capeatang, Maureilhan, Montady, Colombiers, Malpas, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan. 83 //Nissan, Poilhes, Capeatang, D11/D5 puis à droiteD184, Quarante, Montouliers, mur ,Montplo, D36E2, Cruzy, Quarante, Capeatang, Poilhes, Nissan, Lespignan, Vendres, Sérignan.	
dim.24	8H30	82	Sérignan , Béziers, Lignan, Corneilhan, Pailhès, St-geniés, Autignac, Lenthéric, St-Nazaire, 4Chemins, Causses et Veyran, Murviel, Lignan, Béziers, Sérignan.	
lun.25	13h30	69	Sérignan, Portiragnes, Vias, Bessan, Florensac, Pommérois , Marseillan, Adge, Vias, Sérignan.	
merc.27	13H30	77	Sérignan, Béziers, D909, Lieuran, Espondeilhan, Pouzolles, Fouzillon, Magalas, Direction St geniés, A gauche niveau déchéterie, Puimisson, Pailhès, Corneilhan, Lignan, Béziers, Sérignan 82 //Pouzolles, Roujan, Gabian, Fouzillon, Magalas, Direction St geniés, A gauche niveau déchéterie, Puimisson, Corneilhan, Lignan, Béziers, Sérignan	
vend.29	13h30	60	Sérignan, Vendres, Nissan, Salles, Direction Coursan, Avant Vinassan à gauche, Les Marmorières, Fleury, Lespignan, Vendres, Valras, Sérignan,	
		80	Sérignan, Vendres, Nissan, Salles, Direction Coursan, A gauche Vinassan, Armissan, Narbone Plage, St Pierre, A gauche direction Fleury, Lespignan, Vendres, Valras, Sérignan,	
nuit de sam à dim.		PASSAGE A L'HEURE D'ETE à 2h00 du matin il sera 3h00 (une heure de sommeil en moins) Lever du jour à 7h34		
dim.31	8h30	90	Sérignan , Béziers, Lignan, Corneilhan, Pailhès, St-geniés, Autignac, Lenthéric, St-Nazaire, 4Chemins, Causses et Veyran, Murviel, Lignan, Béziers, Sérignan.	