



SEPTEMBRE 2019 route

RDV : Place de la Fontaine le dimanche à 8h30

Nous vous proposons aussi un RDV place de la fontaine tous les jeudi à 13h30

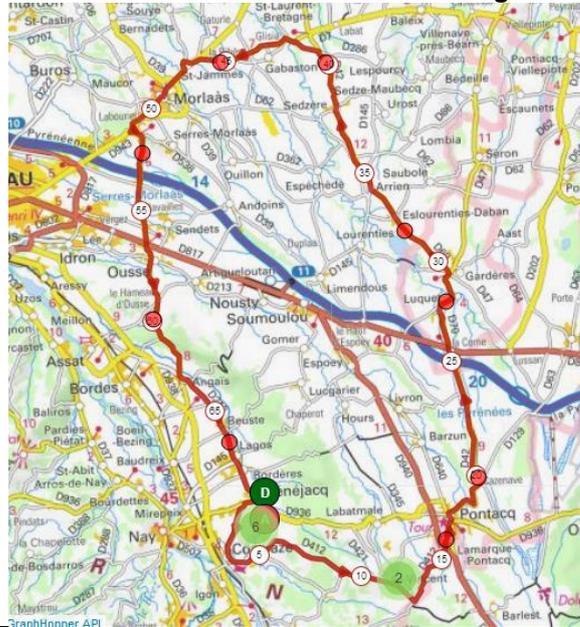
Dimanche 8 septembre - 8h30 – parcours à définir sur place

Ou On s'y col – Aubisque – départ groupé 8h30 à Laruns <https://www.onsycol.fr/les-cols/aubisque/>

Dimanche 15 septembre – 8h30

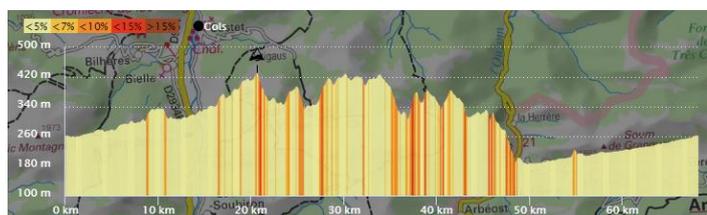
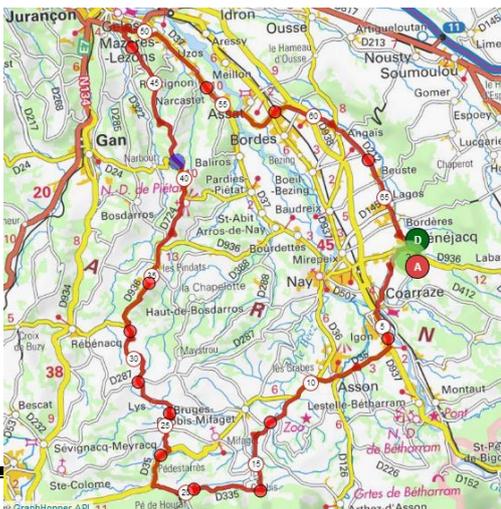
<https://www.openrunner.com/r/9060169>

70km – D+734m : Bénéjacq – Coarraze – Saint-Vincent – Lamarque – Luquet – Garderes – Arrien – Gabaston – Saint Jammes – Morlaas – Ousse – Angais - Bénéjacq



Dimanche 22 septembre – 8h30

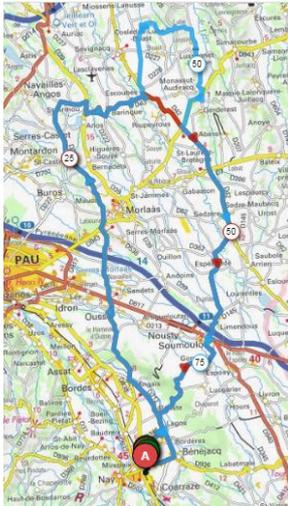
68km – D+830m – Bénéjacq – Coarraze – Igon – Asson – Capbis – Pé de Hourat – Lys – Les Pindats – N.D. Pietat – mazères – Rontignon – Assat – Angais - Bénéjacq



Dimanche 29 septembre – Sortie commune CCN – 8h30 place de la fontaine et 8h45 devant Point P

87km – D+915m –Lagos, Angaïs, Ousse, Haut de Morlaas, St Castin, St Arnou, Barinque, Escoubes, Cosledaa, Lube, Lussagnet, Monassut, St Laurent de Bretagne, Sédzère, Espéchède, Limendous, Soumoulou, Gomer, Bois de Beuste, Beuste, Bénéjacq

73km – D+675m - Sortie Lagos, Angaïs, Ousse, Haut de Morlaas, St Castin, St Arnou, Barinque, Escoubes, St Laurent de Bretagne, Sédzère, Espéchède, Limendous, Soumoulou, Gomer, Bois de Beuste, Beuste, Bénéjacq



Salutations amicales et sportives

