

LIEUX ET HORAIRES POUR SUIVRE LES COUREURS

N°Poste	type de poste	lieu	direction	Horaire			Horaire			Horaire						
				Trail	Kms parcourus	Kms restants	Ronde Forestière	Kms parcourus	Kms restants	Brassagaise	KMs parcourus	kms restants				
0	AMBIANCE	source captée entre Nastarié et Bousquet	allée du château direction lacaune, après 3kms à la sortie de biot prendre la petite route à droite, 2kms apres, se garer et monter à pied 50m par le chemin le long du ruisseau jusqu'au petit local de la source	8H50 à 9H10	4,2	24,4	X									
7	signaleur	debut descente vers ouillats à 50m de la croix du clap	se garer proche du signaleur de la sagne, poste N°11 et suivre le parcours sur 600m jusqu'au ravito croix du clap, là suivre le tracé "randonnée courte" sur 50m pour retrouver le circuit au poste N°7	9h03 à 9h45	5,2	23,4										
R1	ravito	couvent ouillats	allée du château direction lacaune, après 4kms couvent Ouillats	9h07 à 9h50	6,3	22,3										
9	signaleur	entrée rotonde	allée du château direction lacaune, après 4kms se garer au couvent Ouillats et monter à pied par le circuit en remontant le chemin de croix	9h09 à 10h	6,6	22										
10	signaleur	route au dessus de la rotonde	allée du château direction lacaune, après 5kms à Oulés(1kms après Ouillats) tourner à droite et continuer la route 1,5kms jusqu'au signaleur poste n°10	9H12 à 10h10	7	21,6										
11	signaleur	traversée route avant la sagne	Continuer sur la meme route pendant 1kms et vous arriverez au signaleur de la sagne, poste n°11	9h23 à 10h 30	9,4	19,2										
R2	ravito	croix du Clap	se garer proche du signaleur de la sagne, poste N°11 et suivre le parcours sur 600m jusqu'au ravito	9h27 à 10h40	10	18,6										
R3	ravito POINTAGE	Lafuzarié	sur place de l'église de Brassac, prendre la carriérasse à pied, traverser la route du salas, continuer tout droit, lafuzarié, et prendre la premiere à droite, 30 metres après vous arriverez au ravito	9h47 à 11h45	14,8	13,8	9h04 à 9h07	1,2	14,4	X						
14	signaleur	route raviege en face jasse	allée du château, avant gendarmerie, tourner à droite direction la salvetat, après 3 kms vous arriverez au poste de siganleurs	10h05 à 12h38	18,4	10,2	9h25 à 9h53	5	10,6							
R5	ravito	Combespinas	allée du château, avant gendarmerie, tourner à droite direction la salvetat, après 5 kms tournez à droite combespinas, traverser le hameau, vous arriverez au depart de la brassagaise puis suivre le parcoursde la brassagaise à pied sur 600m et vous arriverez au ravito	10h17 à 13h	20,3	8,3	9h37 à 10h15	7,2	8,4					11h02 à 11h05	0,6	8,4
R6	ravito	paserelle après Piscine	sur place de brassac suivre piscine et continuer à pied 200m après la piscine	10h37 à 13h40	24,7	3,9	9h57 à 10h55	11,5	4,1					11h20 à 11h45	5	4
20	signaleur	passage route viala chenil	A brassac, au rond point avant le pont, prendre la route direction angles, 1.5kms après tourner à gauche direction le viala.2kms apres vous trouverez le poste N°21, continuer la route 200m et vous arriverez au poste N°20	10h48 à 14h	26,1	2,5	10h05 à 11h15	13,1	2,5					11h32 à 12h15	6,5	2,5
		arrivée château		11h à 14h36	28,6	0	10h15 à 11h45	15,6	0					11h42 à 12h45	9	0