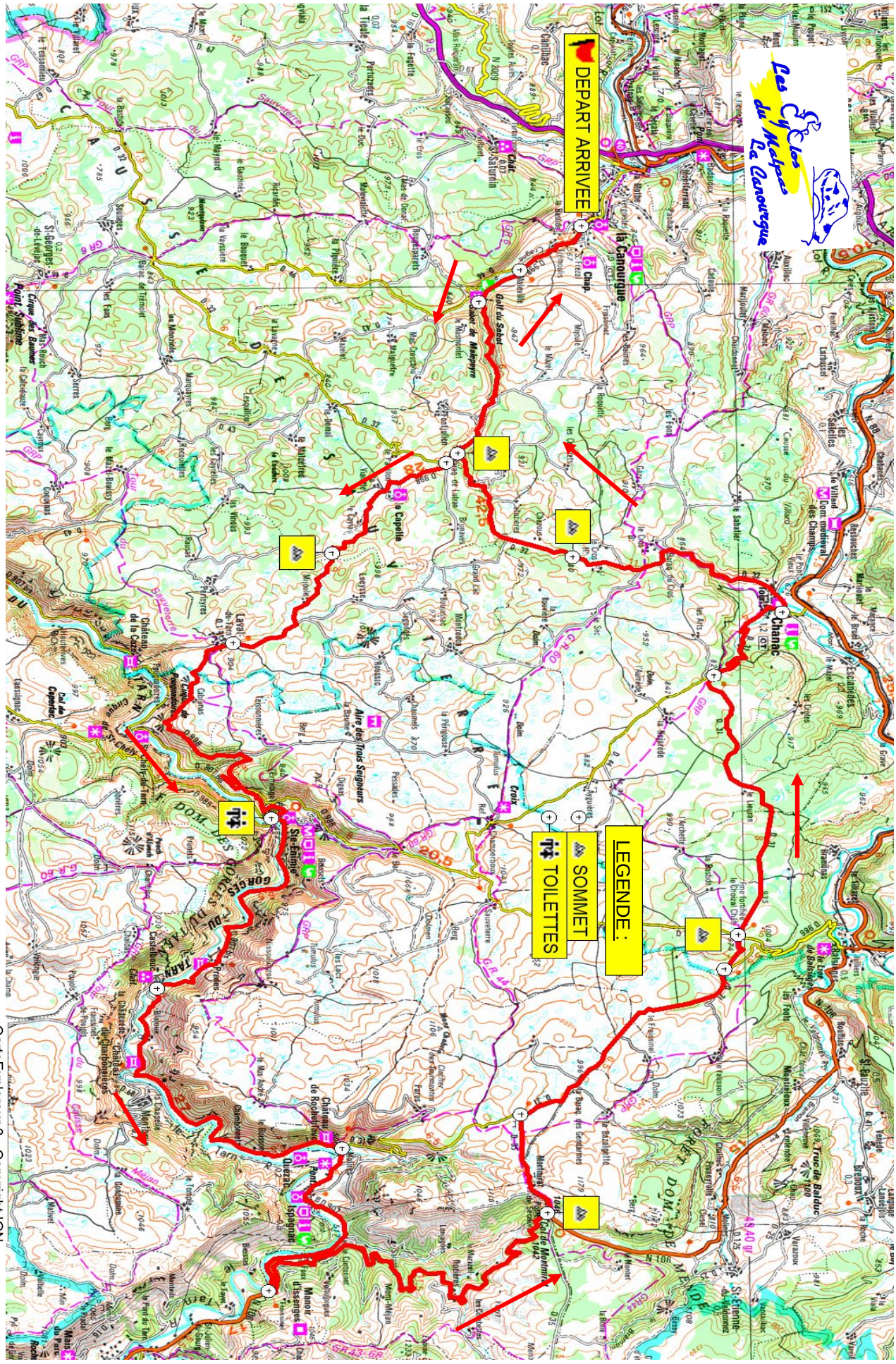
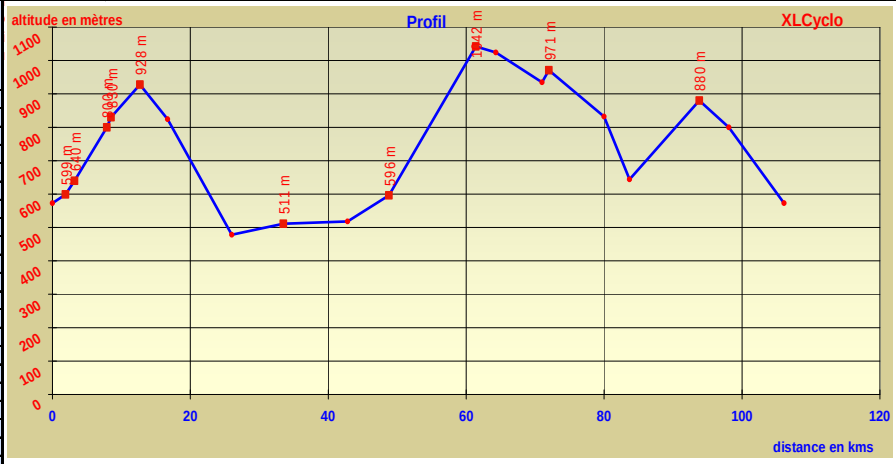
ITINERAIRE

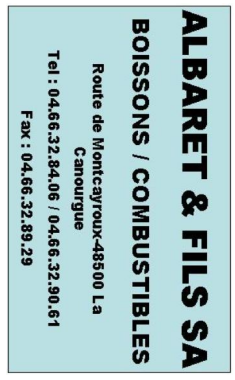

Les Cyclos du Mazamet La Canourgue
DEPART ARRIVEE
LEGENDE :
SOMMET
TOILETTES
la Canourgue
Chanac
Col de Sabot
Col de Malepère
la Capelle
Aire des Trois Seigneurs
Ste Enimie
Pont de Montvert
Col de Montmirat
Truc de Balduc
Ste Eulalie
Ste Etienne du Valdonnez
Pont de Quezac
Pont de Spiegnac
Manoir d'Issanges
Chateau de Rochefort
Chateau de Castelbouc
Chateau de Champoleon
Chateau de la Caze
Point Sublime
Cirque des Baumes
Gorges du Tarn
Gorges du Jonte
Gorges de la Dourbie
Dom. de Mende
Dom. des Causses
Tarn
Jonte
Dourbie
Mimente
Malzon
Lot
Colombier
Croix
Chap.
Saturnin
Malbouche
Malepère
Fontcouverte
Capelle
Lavaur
Montrodat
Montmirat
Mont-Mejan
Mas Rouch
Mas Cancoulon
Mas Chaudron
Mas Rouquette
Mas Roucayrol
Mas Rouquette
Mas Rouquette
Mas Rouquette

DES GORGES A MONTMIRAT		Profil de parcours				
lieu	indications itinéraire	kms partiels	altitude mètres	total kms	déniv. partiel	pente %
LA CANOURGUE	D998	0	573	0,0	0	
MALLEVILLE	D998 TD	1,9	599	1,9	26	1,4
GOLF DU SABOT	D998 TD	1,3	640	3,2	41	3,2
RD POINT LA BARAQUE	D998 TD	4,7	800	7,9	160	3,4
BARAQUE DE LUTRAN	D998 D	0,6	830	8,5	30	5,0
	D998 TD	4,2	928	12,7	98	2,3
LAVAL DU TARN	D998 TD	4	824	16,7		
STE ENIMIE	D998 / D907B G	9,3	478	26,0		
PANORAMA CASTELBOUC	D907B TD	7,5	511	33,5	33	
MOLINES	D907B / D907 D	9,3	518	42,8	7	
CROISEMENT	D907 / N106 G	6	596	48,8	78	1,3
COL DE MONTMIRAT	N106 / D35 G	12,6	1042	61,4	446	3,5
CROISEMENT	D35 / D31 D	2,9	1024	64,3		
CROISEMENT	D31 G	6,7	935	71,0		
FERME DU CHOIZAL	D31 TD	1	971	72,0	36	3,6
CROISEMENT	D31 D	8	832	80,0		
CHANAC	D31 / D32 G	3,7	644	83,7		
COTE DE LA DOLOMIE	D32 TD	10,1	880	93,8	236	2,3
RD POINT LA BARAQUE	D32 / D998 D	4,3	800	98,1		
LA CANOURGUE	D998	8	573	106,1		



dénivelé =	1191 mètres
distance totale =	106 kms

LEGENDE :
TD : TOUT DROIT
D : DROITE
G : GAUCHE



PARCOURS CYCLO

DES GORGES A MONTMIRAT

106 KM

FICHE N° 3

Les Cycles du Malpas La Canourgue