Laroquevarendo 2012 du 3 janvier 2019 au ...

		Trans GPS	Aller/A/R	Dénivelé (m)	longueur (km)	Observation
jeudi 3 janvier 2019	Collioure Col de Mollo	F 41	Ou	2460	290 m	8,300
vendredi 4 janvier 2019	Sentier Cathare Quillan	F 42	Ou	2460	290 m	8,300
jeudi 31 janvier 2019	St Jean d'Aldarme Pic Aerolle Pic St Cristeau	A 49	Ou	3h	440 m	9,800
mardi 26 janvier 2019	Cerdanya	A 45	Ou	3h	270 m	10,400
mardi 26 janvier 2019	Sentier Cathare Bugarach Collioure	A		6h00	1000 m	
jeudi 17 janvier 2019	Port Vendres Banyuls/Mer	A		4h00	370 m	
dimanche 20 janvier 2019	Vinassan/ce	A		4h	700 m	
mardi 22 janvier 2019	Port Vendres Banyuls	A		4h00	370 m	
vendredi 1 février 2019	F 2 000 Bugarach Sentier Sorgeria	F 39	Ou	3h	500 m	7,000
samedi 2 février 2019	F 2 000 Bugarach Refuge Col del Torn	A 44	Ou	4h	400 m	11,000
mardi 5 février 2019	Port Vendres Banyuls	A		4h00	370 m	
jeudi 7 février 2019	Château d'Aubery St Ferréol	A		4h00	950 m	
mardi 12 février 2019	Vallfon	F		2460	290 m	
mardi 12 février 2019	Centrale Thermique Cerbère	A		4h00	370 m	
dimanche 17 février 2019	Perpignan Bouloupari	A 38	Ou	4h00	400 m	17,300
mardi 19 février 2019	Banda Sentiff Etang de Canet	R4		2460	90m	
samedi 23 janvier 2019	Lézignan Corbières Pic Cassel	A 42	Ou	4h00	500 m	13,900
samedi 23 janvier 2019	Lézignan Corbières Pic de Sonnac	A 42	Ou	4h00	500 m	13,900
samedi 23 février 2019	Banda Tranc Argelès/Mer	T		2h30	50 m	
dimanche 24 février 2019	Lézignan Corbières Pic Cassel	A 42	Ou	4h00	500 m	13,400
mardi 26 février 2019	Banda Sentiff Rodeo Gaming	R4		2h00	50 m	
mardi 26 février 2019	Agullana	F 38	Ou	2h30	310 m	12,000
mardi 26 février 2019	Les Hauts de Cerdanya	A		6h00	1000 m	
mardi 5 mars 2019	Banda Tranc	T		2h	50 m	
mardi 5 mars 2019	Les Hauts de Collioure	A 52	Ou	2460	450 m	7,800
samedi 9 mars 2019	Banda Tranc	T		2h	50 m	
samedi 9 mars 2019	Lézignan Corbières	A 50	Ou	3h	500 m	12,200
mardi 12 mars 2019	Thuir les Bains	A 49		2460	420 m	9,700
mercredi 13 mars 2019	Ortaffa Balisage	A				
jeudi 14 mars 2019	Llança Col del Ferro	A 57	Ou	4h00	470 m	14,300
mercredi 20 mars 2019	Llança Col de la Perdiguera	A 57	Ou	4h00	470 m	14,300
mardi 26 mars 2019	Tarascon Plateau de Séquéran	A 52	Ou	3h00	400 m	11,200
mercredi 20 mars 2019	Balisage Banda du Canigou	A				
samedi 23 mars 2019	Banda Sentiff Rodeo	R4		5h	550 m	
samedi 23 mars 2019	Banda Tranc	T		2h	20 m	
lundi 25 mars 2019	Vernissage Exposition 50 ans Lamque Banda					
mardi 26 mars 2019	Banda 50 ans Lamque Banda					
jeudi 28 mars 2019	Banda 50 ans Lamque Banda					
vendredi 29 mars 2019	Banda 50 ans Lamque Banda					
dimanche 31 mars 2019	Banda Tranc 50 ans Lamque Banda					
samedi 2 avril 2019	Dagnac/ St Laurent				250 m	
samedi 2 avril 2019	Port Vendres Cerbère	A		4h00	370 m	
samedi 6 avril 2019	Banda Tranc	T		2h	20 m	
samedi 13 avril 2019	Banda Tranc	T		2h	20 m	
dimanche 14 avril 2019	Journée de Travail Fort d'en Bateil					
mardi 16 avril 2019	Banyuls/mer N10 de la Galère	A		3h	200 m	
mardi 23 avril 2019	Banda Tranc	T		2h	20 m	
jeudi 25 avril 2019	Beaurillas Les Cascades	A 54	Ou	2h00	290 m	6,750
samedi 27 avril 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 30 avril 2019	Espace Cerdane de Valls	A		5h00	450 m	
mardi 30 avril 2019	Banda Tranc	T		2h	20 m	
mardi 30 mai 2019	Col Bellver de Cerdanya	A		2460	290 m	
jeudi 30 mai 2019	Lamanère de la Gomaya	A		4h00	420 m	
samedi 30 mai 2019	Ventoux Au dessus de Tachauroux	A				
dimanche 31 mai 2019	Ventoux Victoire le Rotonder et le Petit Plaux	A				
lundi 20 mai 2019	Ventoux Barges de Tachauroux DB 10	A				
lundi 20 mai 2019	Ventoux Les Gorges de Mazenoud	A				
mardi 21 mai 2019	Urdos	F		3h	270 m	
mercredi 22 mai 2019	Ventoux La Porte Le Ventoux	A				
jeudi 23 mai 2019	La Pech de Bugarach	A		6h00	900 m	
jeudi 23 mai 2019	Ventoux Le Mont Ventoux	A				
samedi 25 mai 2019	Ventoux Le Mont Ventoux	A				
dimanche 26 mai 2019	Le Tour del Bel	A 44	Ou	3h	430 m	9,900
mardi 28 mai 2019	Le Bestiau La Pic Estelle	A 36	Ou	3h	290 m	8,120
mardi 28 mai 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 28 mai 2019	Banda Sentiff Rodeo Gaming	R4		5h00	550 m	
mardi 4 juin 2019	Tour Belloc CIT Lamque	F		2460	290 m	
jeudi 6 juin 2019	Banda Tranc Zuave	A	Ou	3h00	710 m	11,290
samedi 8 juin 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	50 m	
dimanche 9 juin 2019	Tranc Argelès	T		2h	20 m	
lundi 10 juin 2019	Hendaye Cyclotel	A 43	Ou	4h	600 m	13,000
mardi 11 juin 2019	Hendaye Espelunta					
mercredi 12 juin 2019	Hendaye La Rhune	A 74	Ou	3h00	800 m	9,900
jeudi 13 juin 2019	St Guilhem de Cadarcet	A				
samedi 15 juin 2019	Hendaye Les Jardins Hendaye	A 42	Ou	3h00	400 m	12,450
samedi 15 juin 2019	Hendaye Les sommets d'Urcuia	A 42	Ou	3h00	900 m	12,900
mardi 18 juin 2019	Franqueti Le chemin des bertranes	F		2h00	300 m	
jeudi 20 juin 2019	Campsas	A		3h	700 m	
samedi 22 juin 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	50 m	
mardi 25 juin 2019	Le Pic Estelle	A		3h00	290 m	
mardi 25 juin 2019	Les de l'Olhagaray	F		2h00	50 m	
jeudi 27 juin 2019	Le Balaure ou 13 de l'eau	F		2h00	280 m	
jeudi 27 juin 2019	Col Galate del Tech	A		3h	1 000 m	
vendredi 5 juillet 2019	Col Portugaliens aux Campredolls					
samedi 6 juillet 2019	Bas Cerdanya Pic Puigmal	A 112	Ou	4h00	980 m	26,900
samedi 20 juillet 2019	Tranc St Cyprien	T		1h		
samedi 20 juillet 2019	Puig Cargol	A		7h	1000 m	
jeudi 27 juillet 2019	Port Vendres Banyuls	A		4h	500 m	
mardi 27 août 2019	Bugarach Col Sonnac	A		2460	290 m	
dimanche 1 septembre 2019	Gorges du Tarn Col Longuets	A	Ou	3h00	300 m	9,100
lundi 2 septembre 2019	Gorges du Tarn St Marcellin	A	Ou	3h00	300 m	10,000
mardi 3 septembre 2019	Gorges du Tarn Corniches du Causse Méjean	F	Ou	3h25	430 m	10,200
mercredi 4 septembre 2019	Gorges du Tarn Le Rocher des Vautours	F	Ou	3h15	350 m	9,600
mercredi 4 septembre 2019	Gorges du Tarn Le Tarnon Lozère					
jeudi 5 septembre 2019	Gorges du Tarn Le Corniche du Causse Noir	F	Ou	3h00	mons 500 m	10,700
vendredi 6 septembre 2019	Gorges du Tarn La Muline St Chely du Tarn	F	Ou	3h00	280 m	10,200
jeudi 12 septembre 2019	Le Pic d'Eyne	A		7h00	1 260 m	
samedi 14 septembre 2019	Vernet les bains Sentier des Anglas	A		3h	350 m	
dimanche 15 septembre 2019	Fillols Le tarque Banda	F et A				
mardi 17 septembre 2019	Banda Sentiff	R4		2h	50 m	
jeudi 19 septembre 2019	Montalba Bas Saint Saveier	A	Ou	3h00	460 m	8,800
mardi 24 septembre 2019	Torreilles Martigny le Château	A	Ou	3h00	500 m	9,900
mardi 24 septembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	50 m	
samedi 28 septembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	50 m	
jeudi 3 octobre 2019	Tranc/ route de Ser	A		5h	500 m	
samedi 5 octobre 2019	Tranc Villeneuve de Conflent	T		2h	50 m	
dimanche 6 octobre 2019	Albiagra Pic de Bessagnès	A		4h	890 m	
mardi 8 octobre 2019	Banda Tranc Argelès/Mer	T		2h	50 m	
jeudi 10 octobre 2019	Pic des Salines	A	Ou	3h00	460 m	8,700
samedi 12 octobre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	50 m	
mardi 15 octobre 2019	St Laurent de la Salanque Pic Dona du Crèmedit	A		3h00	350 m	
jeudi 17 octobre 2019	Fontfrède Tolhès	A	Ou	5h00	430 m	17,100
du 19 au 20 octobre 2019	Banyuls de Dalmau					
jeudi 24 octobre 2019	Banda Sentiff	R4		2h00	450 m	12,400
samedi 26 octobre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 29 octobre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 12 novembre 2019	Arles/Tech	A 57	Ou	3h	420 m	9,100
dimanche 17 novembre 2019	Sequanès	A		4h	250 m	
mardi 26 novembre 2019	Espace Cerdane de Valls	A		3h	550 m	Versant nord
mardi 26 novembre 2019	Banda Sentiff Brouilla	R4		2h00	50 m	
samedi 23 novembre 2019	La Chapelle Saint Laurent Rabouillet	A 72	Ou	4h	500 m	13,300
samedi 23 novembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 24 novembre 2019	Mont/ de la Dape	A		5h	600 m	
samedi 30 novembre 2019	Tranc Arbolique alto Aragon	A		5h	600 m	
samedi 30 novembre 2019	Banda Tranc	T		2h	20 m	
mardi 3 décembre 2019	Vingrau	A 53	Ou	3h00	500 m	8,700
samedi 7 décembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 8 décembre 2019	Tèlèfèric Lamque					
mardi 10 décembre 2019	Banda Tranc Argelès/Mer	T		2h00	80 m	
mardi 10 décembre 2019	Banyuls/mer N10 de la Galère	A		4h	350 m	
jeudi 12 décembre 2019	Port Vendres Sentier des douaniers	A		5h	700 m	14,000
samedi 14 décembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 15 décembre 2019	Batère Pic Aubert	A 39	Ou	2h00	320 m	9,100
mardi 17 décembre 2019	Banda Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
jeudi 19 décembre 2019	Villelongue Mas Pons	A		4h	600 m	
samedi 21 décembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 22 décembre 2019	Corneilla/Conflent	A 42	Ou	4h30	530 m	14,000
jeudi 26 décembre 2019	Maubert Lamque					
samedi 28 décembre 2019	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 7 janvier 2020	Arles/Les Bains La Grégoire	A		2h00	250 m	Versant nord à l'ombre en hiver
jeudi 9 janvier 2020	Banda Batère					
samedi 11 janvier 2020	Tranc Argelès/Mer	T		4h00	720 m	
samedi 11 janvier 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 12 janvier 2020	La Perjuse Ultrera	A 70	Ou	4h00	680 m	10,900
mardi 14 janvier 2020	Cap Gerdère	A		2h00	300 m	
jeudi 16 janvier 2020	Sentiers Banyuls	A 51	Ou	4h00	850 m	19,300
dimanche 19 janvier 2020	Cerbère Port Vendres	A		4h00	370 m	
mardi 28 janvier 2020	St Marcel d'Ardèche	A		3h00	350 m	
jeudi 30 janvier 2020	Sentier Walter Benjamin	A		4h	470 m	
mardi 4 février 2020	Chemin du Bonheur	A		3h00	350 m	
jeudi 6 février 2020	Fort d'en Bateil	A		4h	290 m	
samedi 8 février 2020	Beaucaire Les Rocs du Fetes	A		3h00	700 m	
samedi 8 février 2020	Saint Martin Lac d'Aude Mont Lauret	A		3h00	700 m	
mardi 11 février 2020	St Cyprien	F		2h00	20 m	
mardi 11 février 2020	Banda Tranc	T		2h	20 m	
jeudi 13 février 2020	Centrafrique Arum	A 57	Ou	3h	560 m	9,600
dimanche 16 février 2020	Balaur	A 43	Ou	3h00	340 m	10,300
mardi 18 février 2020	Le Boulou Les Cornes	F		3h	200 m	
jeudi 20 février 2020	Llança St Ferrer de Bedes	A		4h	700 m	
samedi 22 février 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 23 février 2020	Arelès les Bains Montalba	A		4h00	450 m	
mardi 25 février 2020	Banda Sentiff Etang de Canet	R4		2h00	20 m	
mardi 25 février 2020	Maureillas Sentiers de la Garrada	A		3h	300 m	
jeudi 27 février 2020	Pic de Sellèvre	A		4h	830 m	
samedi 29 février 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 3 mars 2020	Lamque le Bassin de Thau	T		6h	550 m	
samedi 7 mars 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 8 mars 2020	Roses Cap Norfeu Lake Zenuda	A		3h00	460 m	
mardi 10 mars 2020	Eus Corses	A		3h00	480 m	
jeudi 12 mars 2020	Port Vendres Banyuls	A 41	Ou	3h00	500 m	8,900
jeudi 12 mars 2020	Les Hauts de Cerdanya	A 49	Ou	3h00	700 m	12,800
jeudi 19 janvier 2020	Les Gorges de Kindasvinde					
mardi 28 janvier 2020	Le Canigou Col	A 100	Ou	4h00	1 070 m	16,800 Grande journée en ville
jeudi 30 janvier 2020	Lamque Col	A 103	Ou	5h	1 070 m	16,800 Idem précédent sous les bitumes
samedi 1 février 2020	Tranc Argelès/Mer	T	Ou	6h00	1 000 m	15,000
samedi 1 septembre 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 6 septembre 2020	Tour de la noisaye	A				
jeudi 10 septembre 2020	Feuillas Cragnes Port Vendres Bâtir	A 40	Ou	5h	500 m	16,800
mardi 15 septembre 2020	Montserrat	F		2h00	290 m	
jeudi 17 septembre 2020	Lamanère Bassin Canet	A 58	Ou	3h00	560 m	13,400
19 20 21 22 23 24	Val d'Aran et Encamisha	A				
jeudi 24 septembre 2020	Montbolo Formatarès	A 45	Ou	4h00	400 m	14,300
jeudi 24 septembre 2020	Montbolo Bedaria	A 56	Ou	4h00	560 m	11,000
samedi 26 septembre 2020	Tranc Argelès/Mer	T				
jeudi 1 octobre 2020	Rue Bel Ombre	A				
vendredi 2 octobre 2020	Balaire	A				
mardi 6 octobre 2020	Dernier	A				
mardi 6 octobre 2020	Lamanère Bassin de Zélimey	A		4h00	610 m	
dimanche 11 octobre 2020	Montserrat/ancienne	F		3h00	150 m	
mardi 13 octobre 2020	Vivas Llauro	A		2h15	330 m	
jeudi 15 octobre 2020	Molitg	A		4h00	600 m	
samedi 17 octobre 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
jeudi 22 octobre 2020	Banyuls/mer Pic Neque	A 75		4h00	1 000 m	
jeudi 22 octobre 2020	Fig Neacles	A		4h00	1 100 m	
dimanche 25 octobre 2020	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 27 octobre 2020	Porta Lamque et Bedaria	F 35	Ou	3h00	150 m	
samedi 6 février 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 9 février 2021	Lamque Pic de Glace	A 45	Ou	3h	450 m	9,300
samedi 13 février 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 16 février 2021	Lamque Sentiers	F 27	Ou	1h00	150 m	7,200
jeudi 18 février 2021	Cerbère Etoile sur el montrigge	A		3h	710 m	
dimanche 21 février 2021	Canet val Saint	A		4h00	490 m	
mardi 23 février 2021	Port Vendres Cap Bear	A 57	Ou	4h00	370 m	10,400
samedi 27 février 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 28 février 2021	Villelongue du Razès	A		5h00	470 m	
samedi 6 mars 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
samedi 13 mars 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 16 mars 2021	Banda Sentiff Bagas	R4		2h00	20 m	
mardi 16 mars 2021	Lamque Les Fontanes	A 52	Ou	3h00	450 m	10,200
jeudi 18 mars 2021	Semaine	A		5h00	750 m	
samedi 20 mars 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 23 mars 2021	Lamque Bassin	A 54	Ou	3h00	560 m	12,000
jeudi 25 mars 2021	Tour de la Massane	A 77	Ou	4h00	810 m	13,400
samedi 27 mars 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
dimanche 28 mars 2021	Lamque Bassin	A 58	Ou	3h00	560 m	12,000
samedi 3 avril 2021	Tranc Argelès/Mer	T	Ou	6h00	1 000 m	15,000
samedi 3 avril 2021	Tranc Argelès/Mer	T		2h	20 m	
mardi 6 avril 2021	Mas Cristian Nîs du Eller	A		3h00	490 m	
jeudi 8 avril 2021	Balma Courtes Rec du Roll Porto	A		5h00	880 m	13,350

Lanquarando 2012 du 2 janvier 2019 au ...		FM1	Tour (M)	Sortie (S)	Entrée(E) (m)	Longueur (km)	Observations
mercredi 12 avril 2023	Lembeh HD du Chef	Ab		24/9	344 m		
mardi 11 avril 2023	Sentier Sauvage Ile de Hachal	Ab		24/9	344 m	7,900	
jeudi 06 avril 2023	HD de Villar Ric Ed Jérôme	5 BB	Ou	9h	600 m	11,400	
jeudi 06 avril 2023	Level Tour de la Bisonne	Ab-		6/400	640 m		
mardi 04 avril 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 30 avril 2023	De Villefranque à Montespezas	7		4/400	450 m		
mardi 25 avril 2023	Ascos Ouest	F 35/6	Ou	9h	550 m	17,000	
jeudi 27 avril 2023	Nébelvie Pierre à neige Chaffal	6		6/400	1 030 m	17,200	
mercredi 26 avril 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 23 avril 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 20 mai 2023	Le Pédouzo Port de Vénasque	F		2/400	500 m		
jeudi 6 mai 2023	St Michel de Cuxa Mines de Fer	F		9h	550 m		
jeudi 04 mai 2023	Ascos Ouest	5 BB	Ou	9h	550 m	34,700	
samedi 6 mai 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 7 mai 2023	Orrefin	F		6/400	100 m		
mardi 09 mai 2023	Level Tour de la Bisonne	5 HD		9h/6	550 m	13,200	
jeudi 25 mai 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
lundi 01 mai 2023	Somoro les Bains	4/- 33	Ou	6h	550 m	22,200	
mercredi 31 mai 2023	Bonnecaze Port de Vénasque	F 50	Ou	3/400	500 m	10,000	
mercredi 31 mai 2023	Bonnecaze Balm Sumpf Sofile	F 50	Ou	3/400	500 m	10,000	
samedi 03 mai 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 23 mai 2023	Ascos Ouest	4/- 33	Ou	9h	550 m	8,800	
mardi 07 mai 2023	Kanfer 33 Cromo	7		6/400	550 m		
samedi 06 mai 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 1 juin 2023	Chêne Perché de Montesquieu	4/-33	Ou	6/400	0 m	17,400	
mardi 6 juin 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	22,000	
mercredi 7 juin 2023	Chênes Dir d'Ario	F 36	Ou	3/400	0 m	22,000	
jeudi 8 juin 2023	Chêne Les Mares	F 30	Ou	3/400	0 m	10,700	
jeudi 8 juin 2023	Chaffal Bastyle/Mer	7		3h	450 m		
mercredi 14 juin 2023	Chêne Perché de Montesquieu	F 29	Ou	3/400	0 m	31,640	
samedi 10 juin 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 10 juin 2023	Chênes Les Tremblants	4/-33	Ou	4/400	47 m	34,000	
samedi 10 juin 2023	Rocher Sauvage Ile Hachal	5		9h	550 m		
samedi 10 juin 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 20 juin 2023	Bullange HD 37	6					
mardi 20 juin 2023	Col de Chaffal Port Tarnes	5 F	Ou	9h	450 m	19,500	
samedi 24 juin 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 22 juin 2023	petite boucle Tailler	6		3h	248 m		
mardi 27 juin 2023	Chêne Les Mares	4/-33	Ou	3/400	0 m	16,000	Retour par Sentier Contebarrere
dimanche 27 juin 2023	Chemin du chasseur	A		9h	700 m	15,200	
mardi 25 juin 2023	Lanque Sentier	F		2/400	375 m	7,000	
samedi 01 juillet 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 1 juillet 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 01 juillet 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 08 juillet 2023	Tours Angelin/Mer	7					
mercredi 05 juillet 2023	Lanque Bohatique	F 33	Ou	3/400	250 m	6,400	
jeudi 01 juillet 2023	Le Day Chêne depuis Mariton	6		7/400	800 m		
jeudi 01 juillet 2023	Chaffal Bastyle/Mer	7		3h	450 m		
samedi 1 juillet 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mercredi 05 août 2023	Le Madres	6		7/400	1 000 m		
samedi 08 août 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 2 septembre 2023	Tour Tours de Montgaillard le cotoo	F 28	Ou	3/400	500 m	9,000	
samedi 9 septembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 3 septembre 2023	Tour Tours de Montgaillard	F 29	Ou	3/400	500 m	13,800	
dimanche 3 septembre 2023	Tour Carrefour du Cazaux Bidjuan	4/-33	Ou	3/400	400 m	9,800	
lundi 4 septembre 2023	Tour Balade en canoë						
mardi 5 septembre 2023	Tour Tours de Montgaillard	4/-30	Ou	4/400	550 m	11,400	
mardi 5 septembre 2023	Le Bassa Port de Vénasque	4/-	Ou	9h	350 m		
mercredi 6 septembre 2023	Tours Le Craqlagnes	4/-33	Ou	3/400	340 m	7,700	
mardi 12 septembre 2023	Tours Tour Tours de Montgaillard	4/-	Ou	3/400	500 m	8,700	
dimanche 10 septembre 2023	Ici Tour Tours de Montgaillard	4/-		3/400	450 m		
dimanche 10 septembre 2023	Sentier Ernesto Bouche	6		6/400	529 m		
mardi 12 septembre 2023	Lanque Sentier	F 27	Ou	2/400	300 m	7,200	
mardi 12 septembre 2023	Le Bassa Port de Vénasque	F 28	Ou	3/400	500 m	12,300	
jeudi 28 septembre 2023	Cathare Medieval	4/-30	Ou	3/400	550 m	12,300	
jeudi 5 octobre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 05 octobre 2023	HD de Peter - Cerro	6		9h	550 m		
jeudi 05 octobre 2023	Mont Cagel	6, 73		6h/9	733 m		
samedi 07 octobre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 14 octobre 2023	Tours Angelin/Mer						
mardi 05 octobre 2023	Les de Villefranque delle Marin	F 24	Ou	2h	73 m	6,600	
samedi 21 octobre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 29 octobre 2023	Tour Cerrato	A		2/400	650 m		
mardi 31 octobre 2023	Tour Tours de Montgaillard	4/-					
jeudi 02 novembre 2023	Chêne Perché de la Vallée	5	Ou	2/400	450 m	6,300	
samedi 4 novembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 07 novembre 2023	Tour Tours de Montgaillard	4/-32		3/400	400 m	12,400	Retour dans le bois du Rauzaner suite manque d'eau !!!
samedi 11 novembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
9/10/11/12/2023	Séjour Espagne/Ivry						
jeudi 09 novembre 2023	Cerro Ario	6		9h	700 m		
jeudi 09 novembre 2023	El Pero de Bustos	4/-31	Ou	3h/6	420 m	6,700	
samedi 25 novembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 14 novembre 2023	Bonnecaze Balm Sumpf	4/-32	Ou	3/400	500 m	8,900	
samedi 27 novembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 28 novembre 2023	Montespezas	A	Ou	2/400	320 m	8,800	
samedi 02 décembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 10 décembre 2023	Sentier Tabarinos						
jeudi 14 décembre 2023	St Lizier depuis le Village	5	Ou	4/400	499 m	15,900	
samedi 16 décembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 10 décembre 2023	Cerbalona St Cristobal de la Grenouillère	A		9h	450 m		
mardi 19 décembre 2023	Alpenrose	F		9h	350 m		
jeudi 14 décembre 2023	Lanque Sentier Grand	F	Ou	2/400	300 m		
jeudi 05 décembre 2023	Bordenave vergé/Hoque	A		6/400	350 m		
samedi 06 décembre 2023	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 21 décembre 2023	Bonnecaze Balm Sumpf	F	Ou	3/400	500 m	6,800	
mardi 9 janvier 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	7,000	
jeudi 4 janvier 2024	Cap Mirer	A		4/400	480 m		
jeudi 11 janvier 2024	Cap Mirer	A		4/400	480 m		
samedi 6 janvier 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 21 janvier 2024	Bonnaguere Col de Portvella	A		2h/8	270 m		
jeudi 11 janvier 2024	Cerro Ario	A		9h/6	700 m		
jeudi 11 janvier 2024	Cerro El Salvador	A		9/400	710 m		
samedi 13 janvier 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 18 janvier 2024	Lanque Sentier	F		2/400	300 m		
mardi 09 janvier 2024	Lhong Les Orthis	A		9h	550 m		
jeudi 25 janvier 2024	Lanque HD du Chêne	5		6h	550 m		
samedi 20 janvier 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 21 janvier 2024	Tour Col Pierre	A		3h	250 m		
mardi 23 janvier 2024	En Gijanes	6/A		2/400	6 m		
jeudi 27 janvier 2024	Bouskoro	5		9h	600 m		
mardi 23 janvier 2024	Chemin Bastyle du Rio	6		7/400	400 m		
samedi 3 février 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 10 février 2024	Repos Tours Lanque	7		3h	50 m		
samedi 10 février 2024	Tours Angelin/Mer	7					
samedi 3 février 2024	Le Boulou	F		3h	230 m		
jeudi 22 février 2024	Collio Berbec del Sous	A		3/400	400 m		Interdit du GR1 au 1500 Elevation en fin de parcours
samedi 10 février 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 11 février 2024	Hélène Boucher Port de Vénasque	A		3/400	500 m		
mardi 06 février 2024	Castellon Castillon	A		6/400	250 m		
jeudi 07 février 2024	Pacifiée Col de perdiguer	A		3/400	320 m		
jeudi 07 février 2024	Tour Tours de Montgaillard	4/-		3/400	400 m	18,000	
samedi 10 février 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 20 février 2024	Bélierre	A		3/400	320 m	9,000	
mardi 20 février 2024	Tour Cerrato	A		2/400	650 m		
samedi 24 février 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 27 février 2024	Castillon de Castillon	A		6/400	500 m	11,600	
mardi 27 février 2024	Tour Cerrato	A		2/400	650 m		
samedi 9 mars 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 07 mars 2024	Gorges de Gréhaux	5		6h	580 m		
samedi 16 mars 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 28 mars 2024	Quillaurel Aller de Bendé	F		3/400	75 m	7,000	
samedi 23 mars 2024	Tours Angelin/Mer - Lanque	7		3h	20 m		
samedi 23 mars 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 6 avril 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 9 avril 2024	Le Pertitus	A		9h	300 m		
mardi 9 avril 2024	Cerro Ario	A	Ou	9h/6	700 m		
samedi 6 avril 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 31 avril 2024	Le Bassa Port de Vénas	A		4/400	450 m		
samedi 13 avril 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 18 avril 2024	Cerrabona Arrieges	F	Ou	3/400	100 m	13,800	
jeudi 18 avril 2024	Fontanières	6+		7h	1 000 m	16,000	
mardi 23 avril 2024	Cerro Ario	A		9h/6	700 m		
mardi 30 avril 2024	Canal d'en Lo	A-		3h	300 m		
samedi 20 avril 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 23 avril 2024	Cerro Ario	A		9h/6	700 m		
mardi 30 avril 2024	Port Vénasque Tour Modèles	A		4/400	850 m		
jeudi 28 avril 2024	Montespezas	A-		2/400	320 m	8,400	
jeudi 28 avril 2024	Andile Les Bains Col d'en Ric	6+		7/400	1 000 m	17,000	
samedi 4 mai 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 02 mai 2024	Le Bouchet du Lac	A		4/400	450 m	12,200	
samedi 11 mai 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 07 mai 2024	Bonnecaze Balm	A-		4/400	450 m	9,000	
samedi 18 mai 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 07 mai 2024	Port de la Selle	F		2/400	500 m		
jeudi 09 mai 2024	Sabarc le Château	F		2/400	50 m		
samedi 11 mai 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 12 mai 2024	Port Lingat Gay Grace	A-		3h	300 m		
mardi 14 mai 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
dimanche 19 mai 2024	Bonnaguere Rosiguy	F		6/400	70 m		
lundi 20 mai 2024	Bonnaguere Forêt du Hêtre	F		4h	100 m		
mardi 21 mai 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 28 mai 2024	Vitrac/Lanque	F		2/400	200 m		
samedi 1 juin 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 1 juin 2024	Bonnaguere Port de Vénasque	F					
samedi 1 juin 2024	Bonnaguere Port de Salon	7		3h	20 m		
samedi 1 juin 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
jeudi 6 juin 2024	Col de Chaffal Port Tarnes	A		2/400	200 m		
jeudi 6 juin 2024	Bonjo/Mer Tour de Quierning	A		2/400	400 m	12,800	
samedi 15 juin 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 11 juin 2024	Vallée Heureuse Port Vénasque	A		2/400	300 m	6,800	
jeudi 20 juin 2024	Bergerie de la Cerrear	6		2/400	100 m		
samedi 22 juin 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 25 juin 2024	Lanque Sentier	F					
samedi 29 juin 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
mardi 25 juin 2024	Vic Zaro Port de Cerro	F		3/400	50 m		
samedi 6 juillet 2024	Tours Angelin/Mer	7 HB		3h	20 m		
samedi 6 juillet 2024	Tours Angelin/Mer						
dimanche 7 juillet 2024	Les Escilouses						
mardi 2 juillet 2024	Les Beulins Port Vénasque / les 12 Lacs						
mardi 9 juillet 2024	Les Escilouses et la TSI						
samedi 13 juillet 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 13 juillet 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 13 juillet 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 20 juillet 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 23 juillet 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 10 août 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 10 août 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 10 août 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
jeudi 29 août 2024	Sentier Ernesto Bouche	6		9/400	529 m		
samedi 31 août 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 7 septembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m		
samedi 7 septembre 2024	Lhong Les Orthis	5		9h	550 m		
samedi 7 septembre 2024	Séjour en Andorre						
mercredi 11 septembre 2024	Séjour en Andorre						
samedi 14 septembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
dimanche 15 septembre 2024	Col de l'Oustal Port Vénasque	5	Ou	3h/10	470 m	6,300	
mardi 03 septembre 2024	Lanque Fontanes Grand	5		9/400	400 m		
samedi 07 septembre 2024	Lanque HD du Chêne	5		2/400	320 m	13,200	
samedi 21 septembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 28 septembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 21 septembre 2024	Lanque HD du Chêne	F		2/400	100 m		
mardi 24 septembre 2024	Lanque HD du Chêne	5		6h	550 m		
samedi 5 octobre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
dimanche 3 octobre 2024	Pagnac du Bas	F		2/400	200 m		
samedi 5 octobre 2024	Bonjo/Mer Port de Cypres	7 HB		3h	20 m		
jeudi 3 octobre 2024	Pic Estella Tour de Malère	A		3/400	500 m	10,300	
mardi 01 octobre 2024	St Laurent de la Magre	6A		2/400	400 m	14,000	
mardi 01 octobre 2024	Bonnecaze Balm Port Cypres	5		3/400	400 m		
jeudi 03 octobre 2024	Castellous Saint Martin	5A		2/400	400 m	8,000	
samedi 05 octobre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
dimanche 06 octobre 2024	Col Pierre Port de Vénasque	5		3/400	400 m	11,100	
mardi 08 octobre 2024	Tour Modèles	5A		2/400	400 m		
samedi 22 octobre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 15 octobre 2024	Lanque Sentier	5		2/400	400 m	10,000	
jeudi 27 octobre 2024	Lanquere Tour de Gémeny	5		3/400	410 m	10,000	
samedi 29 octobre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
samedi 5 novembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
dimanche 3 novembre 2024	Les Fontaines de Lanquère	F		3/400	100 m	10,000	
mardi 5 novembre 2024	Castillo Sentier des Cerets	F		1/400	200 m	4,600	
mardi 05 novembre 2024	Cerbalona Port de Vénasque	5		3/400	400 m	10,000	
samedi 23 novembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 26 novembre 2024	Vivas Llauro	5A		2/400	370 m		
mardi 26 novembre 2024	Col de Chaffal Port Cypres	7 HB		3/400	500 m	12,800	Descente sur St Quirac Bouscadille !!!
samedi 29 novembre 2024	Bon Cerbalona Col de Bergula	F		2/400	200 m		
samedi 29 novembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 03 décembre 2024	Lanque	5		2/400	400 m	10,000	
jeudi 05 novembre 2024	Cipos/Pierrou	5		2/400	700 m	18,000	
samedi 06 décembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
dimanche 08 décembre 2024	Lanque	5		2/400	400 m	10,000	
mardi 03 décembre 2024	Cultivons l'avenir des vignes	5A		2/400	400 m		
mardi 10 décembre 2024	Montespezas	F		2/400	150 m	10,000	
samedi 13 décembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 17 décembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 4 décembre 2024	Aiguilles St Eugenie	5A		2/400	400 m	14,000	
samedi 14 décembre 2024	Sentier Tabarinos de la Selle	5A		2/400	10 m	5,000	
samedi 21 décembre 2024	Bastyle/Tabarinos	F HB					
dimanche 15 décembre 2024	Lanquere de Frisnes Tourbes Mystérieuses	5A		2/400	400 m	11,100	
mardi 17 décembre 2024	Sentier Ernesto Bouche de Gémeny	5A		3/400	30 m	7,000	
samedi 21 décembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
mardi 24 décembre 2024	Les Gaps	F		3/400	200 m	6,400	
samedi 28 décembre 2024	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
jeudi 9 janvier 2025	Ric St Orens depuis HD du Vitard	5A	Ou	6/400	600 m	11,600	Extension possible until Montespezas et Lanque
samedi 7 janvier 2025	Tours Angelin/Mer	7		3h	20 m	6,000	
dimanche 5 janvier 2025	Bagnères	F		4/400	50 m	10,000	
mardi 07 janvier 2025	Montespezas	5A		2/400	270 m	10,000	
jeudi 12 janvier 2025	Lanque Canal d'en Lo	5A		3/400	270 m	6,000	
jeudi 12 janvier 2025	Lanque St Sans des Fontanes	F		2/400	50 m	6,000	

Lanquarando 2012 du 3 janvier 2019 au ...		Part.	Tour (D/I)	Durée (h)	Kilomètrl (km)	Jeugnon (Zen)	Observation
samedi 12 janvier 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
dimanche 13 janvier 2019	Col de l'Ollier - col de l'Olery	S		5h00	800 m	14.000	
mercredi 16 janvier 2019	Mer-Ile Ferrière Valley	MIX					
jeudi 24 janvier 2019	Dos à Canaux	M		4h00	670 m	9.000	
samedi 26 janvier 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
jeudi 31 janvier 2019	Villebégue	F		2h00	150 m	6.000	
vendredi 07 janvier 2019	Requefort-Les-Aint Canada						
samedi 26 janvier 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
samedi 26 janvier 2019	Requefort-Col del Fonc						
dimanche 27 janvier 2019	Requefort-Pont Gesaou						
samedi 02 février 2019	Ceyrat-Mazaye	M		3h00	450 m	12.000	
jeudi 14 février 2019	Ceyrat-Mazaye	M		3h00	450 m	12.000	
samedi 16 février 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
samedi 23 février 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
samedi 23 février 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
dimanche 24 février 2019	Roc de las Madas Puy Mail	S		4h	650 m	11.000	
samedi 02 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 05 février 2019	Garda Sunriff Sortie Mer del Co	MIX		2h00	150 m	6.000	
jeudi 28 février 2019	Requeyrac	M+S					
samedi 02 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 05 mars 2019	St-Michel de Dunes	M		3h00	240 m	7.000	
jeudi 28 février 2019	Ceyrac de Ceyrac	F		2h00	280 m	8.000	
mardi 05 mars 2019	Ste-Croix-du-Mailles	F		2h00	280 m	8.000	
samedi 09 février 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
samedi 09 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
dimanche 10 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 12 mars 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	240 m	7.000	
mardi 12 mars 2019	Grayssac-La-Adhère	F		2h00	230 m	7.000	
jeudi 14 mars 2019	Bergsl-Ivor-Port Vendres Pavillon	M+S					
samedi 16 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
dimanche 22 mars 2019	St-Michel de Lézing Cassafière	S		5h00	750 m	16.700	
mardi 19 mars 2019	Les Fraudes-Boutelle	F		2h10	320 m	10.000	
mardi 19 mars 2019	Bergsl-Ivor-Port Vendres	M+S		2h00	200 m	6.000	
samedi 30 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 26 mars 2019	Pérignanes-Les Canals	F		2h00	30 m	6.000	
mardi 26 mars 2019	Bergsl-Ivor-Port Vendres Lapostolle	M		2h00	200 m	6.000	
samedi 30 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 26 mars 2019	Entre Villeneuve et Montesquieu	F		2h00	270 m	8.700	
mardi 26 mars 2019	Col Fonsalade-Ste-Eulalie-Le-Thoron	F		2h00	300 m	9.000	
dimanche 31 mars 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 9 avril 2019	Marms-St-Germain	F		2h00	22 m	7.000	
mardi 9 avril 2019	St-Germain-du-Bel-Air-Marmi	F		2h00	270 m	8.000	
samedi 6 avril 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 23 avril 2019	Le Vieux-Ste-Marcel	M		3h00	300 m	14.000	
mardi 23 avril 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M+S					
samedi 13 avril 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 30 avril 2019	NS-de-Vie	F		3h00	238 m	8.000	
mardi 30 avril 2019	Alzonne-Bonnagan	M		4h00	450 m	12.000	
jeudi 25 avril 2019	Ste-Croix-du-Mailles	S		5h00	770 m	16.000	
samedi 20 avril 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 05 avril 2019	Fajolle	M					
jeudi 25 avril 2019	Les Thermes-Boulogne	S		4h00	750 m	14.000	
mardi 07 mai 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	240 m	7.000	
samedi 4 mai 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 7 mai 2019	La Livinière-du-Bradou	F		2h00	20 m	6.000	
mardi 7 mai 2019	Lamayou-Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	240 m	7.000	
samedi 11 mai 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
dimanche 12 mai 2019	Brousses-St-Vi-Marms	F		3h00	200 m	12.000	
samedi 18 mai 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
samedi 25 mai 2019	Ceyrac-St-Pierrevil	F		2h00	250 m		
samedi 25 mai 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
mardi 28 mai 2019	Ceyrac-St-Pierrevil	F		2h00	750 m		
mardi 28 mai 2019	Cab-Marcel-Cab-Tonnac	M+S	Oui				
samedi 01 juin 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
dimanche 2 juin 2019	Montfaucon-Fabrès	M		4h00	600 m	11.000	
mardi 4 juin 2019	Tour Belfys-VT Lamayou						
jeudi 6 juin 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M	Oui	5h00	500 m	16.000	
samedi 8 juin 2019	Tonic Angelin Mer	T		1h	20 m	6.000	
jeudi 20 juin 2019	Ginoles-Cornaya	M		4h00	300 m	7.000	
mardi 25 juin 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	8.000	
mardi 25 juin 2019	Rieux-Cazaunous	F		3h00	250 m	9.000	
samedi 29 juin 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 25 juin 2019	Rieux-Cazaunous						
mardi 27 juin 2019	Lamayou-Aurifès	F		2h00	30 m	6.000	
jeudi 27 juin 2019	Villefranche de Rouergue	M		3h00	250 m	10.000	
samedi 6 juillet 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
jeudi 4 juillet 2019	St-Vincent de Lévézou	M		4h00	600 m	12.000	
samedi 6 juillet 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 13 juillet 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 20 juillet 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 27 juillet 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 03 août 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 10 août 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 24 août 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 3 septembre 2019	Valley Chapelle St Laurent	F		2h45	250 m	6.000	
samedi 7 septembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 7 septembre 2019	Lacroix-Falgarde-Quint	S	Oui	5h00	20 m	14.000	
samedi 14 septembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 15 septembre 2019	Col de Jaulin Mailhes	S		6h00	1.000 m	17.000	
mardi 24 septembre 2019	Mailly les Bains	M		4h	500 m	11.000	
mardi 24 septembre 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
dimanche 29 septembre 2019	Bourges de Sidobre	M	Oui	3h45	340 m	15.200	
mardi 26 septembre 2019	Rieux Vendres La Monnaque	F	Oui	2h00	240 m	6.400	
mardi 26 septembre 2019	Rieux Vendres Ste-Croix	F	Oui	2h00	240 m	6.400	
samedi 28 septembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 29 septembre 2019	Lacroix-Falgarde-Ste-Croix	M		4h00	400 m	14.000	
samedi 5 octobre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 12 octobre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 22 octobre 2019	Sébazillac-Trail 135 Milles						
samedi 26 octobre 2019	Tonic Angelin Mer	M		3h00	300 M	10.000	
jeudi 31 octobre 2019	Mémoire Débarbage	S+	Oui	4h45	1.135 m	15.000	Super avec Sadie de loup !!!
samedi 26 octobre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 29 octobre 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
jeudi 31 octobre 2019	Lamayou Cassé	S		4h00	400 m	12.000	
samedi 23 octobre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 27 octobre 2019	Les Chaudrons-Ste-Cécile	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
mardi 29 octobre 2019	Jaure	F		2h00	320 m	8.000	
jeudi 31 octobre 2019	Cornaya	S		4h00	840 m	12.000	Mémère je t'embrasse l'hiver
samedi 26 octobre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 27 octobre 2019	Les Chaudrons de Jaure	F		2h00	250 m	6.000	
samedi 2 novembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 5 novembre 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
samedi 9 novembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 26 novembre 2019	Cerdaine La Fraqueville	F	Oui	2h00	135 m	6.300	Retour nuiseaux à éviter après des pluies !!!
mardi 26 novembre 2019	Puente Nova Ste-Colomban	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
samedi 09 novembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 09 novembre 2019	Mélaine Fr. Aubert	M	Oui	3h00	330 m	9.300	Zoom Aire camping car 16C dépp
mardi 12 novembre 2019	Ste-Croix	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
jeudi 21 novembre 2019	Col Nordagnet-Bergsl-Ivor Pavillon	M	Oui	3h00	330 m	11.100	
samedi 09 novembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 10 novembre 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
mardi 26 novembre 2019	Cépède-Ste-Marc-Lunas	F	Oui	2h00	200 m	6.000	
jeudi 28 novembre 2019	Belfys Fr. Grizolle			4h00	640 m	12.000	
samedi 16 novembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 19 décembre 2019	Bergsl-Ivor-St-Thio	M		3h45	440 m	6.000	
jeudi 19 décembre 2019	Boulo d'Ascent Col d'Ivor Forts	S		4h00	500 m	13.000	
samedi 14 décembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 15 décembre 2019	Cons de Rieu Clair	S		3h00	400 m	10.000	
mardi 26 décembre 2019	Vingrau-Sarrola	M		3h45	230 m	11.000	
samedi 28 décembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 26 décembre 2019	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
mardi 26 décembre 2019	Aahan de Sidny	F		2h00	300 m	8.000	
samedi 21 décembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 28 décembre 2019	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 04 janvier 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 7 janvier 2020	Pontpoux Belfort des Anémones	F	Oui	2h00	280 m	6.200	
samedi 11 janvier 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 14 janvier 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
mardi 14 janvier 2020	Ste Colomban Cambolas	M		4h00	500 m	13.300	
mardi 14 janvier 2020	Les de Villeneuve	F		2h00	90 m	6.000	
mardi 14 janvier 2020	Les Bruyères-Ste-Croix-du-Mailles	F		2h00	250 m	8.000	
samedi 21 janvier 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 21 janvier 2020	Montbolo le Chiffre-Puig Hélevet	M		3h00	275 m	9.000	
mardi 21 janvier 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
mardi 21 janvier 2020	Valbon	F		4h00	300 m	11.000	
jeudi 23 janvier 2020	Llanyo-Le Valdrie	M		3h00	300 m	11.000	
samedi 25 janvier 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 26 janvier 2020	Banyuls-Nan-Ste-la-salute-Ma	M		3h00	458 m	9.300	
mardi 28 janvier 2020	Bordès	F		3h00	270 m	9.000	
samedi 01 février 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 4 février 2020	Bubbs Sentier découverte	M		3h00	300 m	9.000	
mardi 4 février 2020	Sud Corse	M		4h00	550 m	9.000	
mardi 11 février 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
samedi 01 février 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 13 février 2020	Andilla les Bains La Empeyra	F		2h00	300 m	6.000	
mardi 13 février 2020	Bergsl-Ivor-Port Vendres Pavillon	M		3h00	300 m	9.000	
samedi 01 février 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 08 février 2020	Valcor	M	Oui	3h00	200 m	9.000	
mardi 18 février 2020	Angelin-Ste-Croix-du-Vie	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
jeudi 20 février 2020	Puig de Joffre	S		5h00	700 m	11.000	
samedi 22 février 2020	Arbas-Trois Cornets	M	Oui	3h00	300 m	11.000	
samedi 22 février 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 25 février 2020	Les Hauts de Collioure	M		4h00	500 m	10.000	
jeudi 27 février 2020	"Jaurual" Tour del Fer	M+S					
mardi 03 mars 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		4h00	450 m	12.000	
mardi 03 mars 2020	Tramontane Dolmen des Chasseurs	F	Oui	2h00	280 m	6.000	
mardi 03 mars 2020	Mer-Ile Ferrière	MIX					
samedi 07 mars 2020	Lamayou-Ste-Croix	M	Oui	5h00	444 m	12.000	
jeudi 05 mars 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 09 mars 2020	Sépiar Mazamet						
samedi 07 mars 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 10 mars 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M	Oui	5h00	500 m	16.000	
jeudi 26 mars 2020	Saint Lizier-Le-Le Nage	S		4h00	651 m	17.000	
samedi 28 mars 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 31 mars 2020	Lamayou Nébulée	S+	Oui	3h00	700 m	10.000	
samedi 4 avril 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 7 avril 2020	Caudiès-Espagne de St Zacharie	M	Oui	3h00	340 m	8.100	
mardi 7 avril 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M	Oui	3h00	250 m	10.000	
dimanche 14 avril 2020	Cazal-Fabrèze	M		4h00	330 m	12.000	
mardi 16 avril 2020	Olme	M		3h00	370 m	7.000	
samedi 18 avril 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
jeudi 30 avril 2020	Belfys Sauveterre	M		4h00	500 m	12.000	
samedi 18 avril 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 7 mai 2020	Tour de Sigean-Roquairs	M		4h00	500 m	12.000	
mardi 7 mai 2020	Villefranche de Conflent	M		4h00	800 m	16.200	
jeudi 9 mai 2020	Les Ilx Fabre	F		2h00	5 m	6.000	
samedi 16 mai 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 31 mai 2020	Fitou	M		4h00	650 m	9.000	
samedi 06 mai 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 26 mai 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	Anti monastique indispensable !!!
samedi 23 mai 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 30 mai 2020	Bélvage 09 St						
samedi 23 mai 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 30 mai 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 2 juin 2020	Folle Chanson de l'Epeul et du Fer	M		5h00	440 m	14.800	
mardi 2 juin 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
jeudi 4 juin 2020	Sadernes-Bungès de St Arnol	S		5h00	420	16.200	Parking les Palaux long
samedi 6 juin 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 9 juin 2020	Ste-Croix-du-Mailles	M		3h00	250 m	10.000	
jeudi 11 juin 2020	Serrès-Rec Les Bedes	S		4h	750 m	12.100	
samedi 13 juin 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
dimanche 14 juin 2020	Montbolo-Puig Ste Anne	M		3h00	275 m	9.000	
mardi 16 juin 2020	Rosas vers Berrye	M		4h00	444 m	10.000	
mardi 16 juin 2020	Le Canigou						
samedi 20 juin 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
mardi 23 juin 2020	Pavillon	F		2h45	240 m		
samedi 27 juin 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 04 juillet 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
jeudi 02 juillet 2020	Cons del Tech	S		5h00	1.000 m	17.000	
samedi 11 juillet 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 25 juillet 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 01 août 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 08 août 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 10 août 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 17 août 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 24 août 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 31 août 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	
samedi 07 septembre 2020	Tonic Angelin Mer	T		3h00	20 m	6.000	