

| 156,5 | | 12:05:00 | | Cazouls-Lès-Béziers / Lacaune Les Bains | | | | 10/06/2021 | |
|------------|----------|-------------|--------|--|-------|-------|-------|------------|--|
| Kilomètres | | | Route | Itinéraires | 38 | 40 | 42 | Caravane | |
| Partiels | Parcours | A parcourir | | | km/h | km/h | km/h | 35 | |
| | 0 | 156,5 | | HERAULT | | | | | |
| | 0 | 156,5 | | CAZOULS-LES-BEZIERS | 11:45 | 11:45 | 11:45 | 10:30 | |
| 11,8 | 0 | 156,5 | D162 | Colombiers - Départ Réel | 12:05 | 12:05 | 12:05 | 10:50 | |
| 1,8 | 1,8 | 154,7 | | Nissan-Lez-Enserune (612 - D609 - D37) | 12:07 | 12:07 | 12:07 | 10:53 | |
| 6,3 | 8,1 | 148,4 | D37 | Poïlhes | 12:17 | 12:17 | 12:16 | 11:03 | |
| 2,4 | 10,5 | 146,0 | | Capestang (D37 - D11 - D16 - D39) | 12:21 | 12:20 | 12:20 | 11:08 | |
| 9,1 | 19,6 | 136,9 | D39 | Maureilhan (D39 - D162 - D612 - D162) | 12:35 | 12:34 | 12:33 | 11:23 | |
| 5,1 | 24,7 | 131,8 | D162 | Cazouls-Lès-Béziers (entrée) (D162 - D16 - D14) | 12:44 | 12:42 | 12:40 | 11:32 | |
| 2,5 | 27,2 | 129,3 | D14 | Sortie Cazouls-Lès-Béziers - ZC1 | 12:47 | 12:45 | 12:43 | 11:36 | |
| 1,1 | 28,3 | 128,2 | | CR D14 - D134E1 | 12:49 | 12:47 | 12:45 | 11:38 | |
| 2,9 | 31,2 | 125,3 | D134E1 | Abbaye de Fontcaude | 12:54 | 12:51 | 12:49 | 11:43 | |
| 2,3 | 33,5 | 123,0 | | Cazedarnes (D134E1 - D134 - D36 - D134) | 12:57 | 12:55 | 12:52 | 11:47 | |
| 4,7 | 38,2 | 118,3 | D134 | Pierrerie | 13:05 | 13:02 | 12:59 | 11:55 | |
| 1,5 | 39,7 | 116,8 | | Combejean (D134 - D177) | 13:07 | 13:04 | 13:01 | 11:58 | |
| 1,7 | 41,4 | 115,1 | D177 | Prades-Sur-Vernazobres | 13:10 | 13:07 | 13:04 | 12:00 | |
| 5,8 | 47,2 | 109,3 | | Berlou | 13:19 | 13:15 | 13:12 | 12:10 | |
| 4,1 | 51,3 | 105,2 | | Escagnès | 13:26 | 13:21 | 13:18 | 12:17 | |
| 2,1 | 53,4 | 103,1 | | Mézeilles | 13:29 | 13:25 | 13:21 | 12:21 | |
| 2,7 | 56,1 | 100,4 | | Col du Bac | 13:33 | 13:29 | 13:25 | 12:26 | |
| 1,5 | 57,6 | 98,9 | | Boissezon | 13:35 | 13:31 | 13:27 | 12:28 | |
| 0,8 | 58,4 | 98,1 | | Viéussan (D177 - D14) | 13:37 | 13:32 | 13:28 | 12:30 | |
| 4,4 | 62,8 | 93,7 | D14 | Tarassac | 13:44 | 13:39 | 13:34 | 12:37 | |
| 0,6 | 63,4 | 93,1 | | CR D14 - D908 - ZC2 | 13:45 | 13:40 | 13:35 | 12:38 | |
| 0,4 | 63,8 | 92,7 | D908 | Mons (près) | 13:45 | 13:40 | 13:36 | 12:39 | |
| 2,8 | 66,6 | 89,9 | | Saint Julien (près) | 13:50 | 13:44 | 13:40 | 12:44 | |
| 2,2 | 68,8 | 87,7 | | Olargues | 13:53 | 13:48 | 13:43 | 12:47 | |
| 2,0 | 70,8 | 85,7 | | La Siège Haute (D908 - D14) | 13:56 | 13:51 | 13:46 | 12:51 | |
| 6,3 | 77,1 | 79,4 | D14 | Col du Poirier (602m) | 14:06 | 14:00 | 13:55 | 13:02 | |
| 5,4 | 82,5 | 74,0 | | Col de Fontfroide - GPM 1 - 972m - 11,8km à 6,6% | 14:15 | 14:08 | 14:02 | 13:11 | |
| 3,8 | 86,3 | 70,2 | | Fraisse Sur Agout | 14:21 | 14:14 | 14:08 | 13:17 | |
| 1,7 | 88,0 | 68,5 | | La Mouline | 14:23 | 14:17 | 14:10 | 13:20 | |
| 7,7 | 95,7 | 60,8 | | La Salvétat Sur Agout (D14 - D907) | 14:36 | 14:28 | 14:21 | 13:34 | |
| 2,0 | 97,7 | 58,8 | D907 | CR D907 - D150 - ZC3 | 14:39 | 14:31 | 14:24 | 13:37 | |
| 1,3 | 99,0 | 57,5 | D150 | Gibou | 14:41 | 14:33 | 14:26 | 13:39 | |
| 2,4 | 101,4 | 55,1 | | TARN | 14:45 | 14:37 | 14:29 | 13:43 | |
| 0,6 | 102,0 | 54,5 | D62 | Le Cantonier | 14:46 | 14:38 | 14:30 | 13:44 | |
| 4,2 | 106,2 | 50,3 | | Lac du Laouzas | 14:52 | 14:44 | 14:36 | 13:52 | |
| 3,7 | 109,9 | 46,6 | | Nages | 14:58 | 14:49 | 14:42 | 13:58 | |
| 4,6 | 114,5 | 42,0 | | CR D62 - D62A | 15:05 | 14:56 | 14:48 | 14:06 | |
| 1,1 | 115,6 | 40,9 | D62A | La Trivalle (D62A - D622) | 15:07 | 14:58 | 14:50 | 14:08 | |
| 5,0 | 120,6 | 35,9 | D622 | Lacaune Les Bains (D622 - D607 - D622) (entrée) | 15:15 | 15:05 | 14:57 | 14:16 | |
| 2 | 122,6 | 33,9 | | Lacaune Les Bains | 15:18 | 15:08 | 15:00 | 14:20 | |
| 0,9 | 123,5 | 33,0 | | Sortie de Lacaune Les Bains - ZC4 | 15:20 | 15:10 | 15:01 | 14:21 | |
| 3,3 | 125,9 | 30,6 | | Sagnens | 15:23 | 15:13 | 15:04 | 14:25 | |
| 5,0 | 130,9 | 25,6 | | Col de la Bassine (D622 - D55) (885m) | 15:31 | 15:21 | 15:12 | 14:34 | |
| 5,6 | 136,5 | 20,0 | D55 | CR D55 - D54 | 15:40 | 15:29 | 15:20 | 14:44 | |
| 3,4 | 139,9 | 16,6 | D54 | Carayon | 15:45 | 15:34 | 15:24 | 14:49 | |
| 1,8 | 141,7 | 14,8 | | Viane (D54 - D81) | 15:48 | 15:37 | 15:27 | 14:52 | |
| 4,2 | 145,9 | 10,6 | D81 | Gijounet | 15:55 | 15:43 | 15:33 | 15:00 | |
| 7,4 | 153,3 | 3,2 | | Vié | 16:07 | 15:54 | 15:44 | 15:12 | |
| 0,8 | 154,1 | 2,4 | | Lacaune Les Bains (D81 - D622 - D607 - Rue Cité des Trois Ponts - Rue de la Balmette) (entrée) | 16:08 | 15:56 | 15:45 | 15:14 | |
| 2,4 | 156,5 | 0,0 | | LACAUNE LES BAINS | 16:12 | 15:59 | 15:48 | 15:18 | |

<https://www.openrunner.com/rp/cba6c7c90ba1f2c0ed231cda2873a088>