

## **DESCRIPTIF PARCOURS 40 KM DE PODENSAC 2018**

**4 DISTANCES PROPOSEES AUX PARTICIPANTS, DES GRAVES AUX COTEAUX DE LA GARONNE.**

### **LA RANDONNEE DE 12 km**

*Cette randonnée amènera les randonneurs de Podensac à Cardan. Dans un premier temps, il faudra traverser la Garonne au niveau du pont de Beguey, puis direction à travers les coteaux vers les châteaux Reynon, Birot, Boyer, le village de Laroque, le monastère le Broussey et enfin Cardan.*

*Un bus attendra les randonneurs pour les ramener à Podensac.*

### **LA RANDONNEE DE 20 km**

*Depuis Cardan, les randonneurs repartiront à travers les vignobles et forêts toujours dans les coteaux, en passant par Villenave de Rions pour rejoindre Capian.*

*Un bus attendra les randonneurs pour les ramener à Podensac.*

### **LA RANDONNEE DE 28 km**

*De Capian, moins de coteaux, vous passerez à proximité de l'étang du château Barreyre, puis direction les lieux-dits Beauchamp, le Pin, tout en continuant de cheminer à travers vignobles et forêts, pour rejoindre le Haut Langoiran.*

*Un bus attendra les randonneurs pour les ramener à Podensac.*

### **LA RANDONNEE SPORTIVE DE 40 km**

*Vous rejoindrez le village de Lestiac, vous cheminerez à proximité de la Garonne pour arriver au village de Rions, puis direction Beguey où vous retransverserez la Garonne pour enfin revenir à Podensac.*

*A l'arrivée, les « sportifs » auront parcouru près de 40 km et quelques 800 m de dénivelé.*

*Quelle que soit la distance parcourue, un repas sera servi aux personnes inscrites, par les bénévoles des « mille pieds ».*

*Tout au long du parcours, vous retrouverez les bénévoles, tous les 6 à 7 km pour les ravitaillements et pour assurer votre sécurité aux carrefours et traversées de route.*

*Comme chaque année, de nombreux bénévoles (70 l'année dernière) seront présents dès 7h pour assurer une organisation optimale en toute sécurité, afin que chacun garde le souvenir d'une belle journée.*

*Au plaisir de vous accueillir.*