



PARCOURS - SÉJOURS CAMBRILS 2025

<p>Dimanche 18 mai 2025</p> <p>Simon K</p> <p>Marie christine D</p>	<p>J1 Matin Boucle Far de Salou – Punta de Porro Lien Openrunner</p> <p>J1 Après midi Reus circuit ville Lien Openrunner</p>	<p>11 km D+ 157 m</p> <p>2,5km D+ 20 m</p>
<p>Lundi 19 mai 2025</p> <p>Martine C</p> <p>Jean jacques M</p> <p>Patrick C</p> <p>Simon K</p>	<p>J2 Matin poblet Lien Openrunner</p> <p>J2 Matin poblet Lien Openrunner</p> <p>J2 Matin poblet Lien Openrunner</p> <p>J2 Après midi Montblanc Ermita de Sant Joseph Lien Openrunner</p>	<p>6 km D+ 230 m</p> <p>9 km D+ 380 m</p> <p>13 km D+ 500m</p> <p>8 km D+ 220m</p>
<p>Mardi 20 mai 2025</p> <p>Gérard C</p> <p>Philippe D</p> <p>Gérard C</p> <p>Martine C</p>	<p>J3 mat la morera de monsant Lien Openrunner</p> <p>J3 mat la morera de monsant Lien Openrunner</p> <p>J3 Après midi Escaladei Lien Openrunner</p> <p>J3 Après midi Escaladei Lien Openrunner</p>	<p>5,5 km D+ 350 m</p> <p>11 km D+ 600m</p> <p>4 km D+ 70m</p> <p>6 km D+ 240m</p>
<p>Mercredi 21 mai 2025</p> <p>Christain D</p> <p>José L</p> <p>Marie Christine D</p>	<p>J4 Matin Cap de Santas Cruzes bord mer Lien Openrunner</p> <p>J4 Après midi Delta de l'Ebre Lien Openrunner</p>	<p>11,5 km D+ 40 m</p> <p>5 km D+ 20 m</p>

Philippe D	J4 Après midi La rapita, boucle Mata-redona Foradada Lien Openrunner	12 km D+ 600m
Martine C	J4 APM Tortosa Lien Openrunner	3,6 km
Jeudi 22 mai 2025	J5 Matin Siurana Lien Openrunner	6 km D+ 270 m
Gérard C	J5 Matin Siurana Lien Openrunner	10 km D+ 385 m
Marie Christine D	J5 Matin Siurana Lien Openrunner	12km D+ 403m
Simon K	J5 Matin Siurana Lien Openrunner	6 km D+ 138m
Martine C	J5 Après midi La Mussara Lien Openrunner	
Vendredi 23 mai 2025	J6 Matin LLaberia Boucle La Miranda Lien Openrunner	9 km D+ 318 m
Denis A	J6 Après midi Mont roi chateau de miro Lien Openrunner	5 km D+ 220 m
Christian D	J6 Après midi monastère escornalbou Lien Openrunner	4,5 km D+ 275 m
José L		
Philippe D		
Samedi 24 mai 2025	J7 Journée visite Taragone	