Dimanche 01 décembre ( 9H00 )

**(52) Parcours 75km** : MAZERES-LAROIN-ARBUS-CUQUERON-MONEIN-LAHOURCADE-MOURENX-ARTIX-CESCAU-BOUGARBER-LESCAR-ROCADE-MAZERES.

Dimanche 08 décembre (9h00)

**(17) Parcours 70Km** : MAZERES-IDRON-ROCADE-BERLANNE-BUROS-BERNADETS-MORLAAS- SEDZERE-TAD- D42-ARRIEN-LOURENTIES-HAUT ESPOEY-ESPOEY-LAGOS-ANGAIS-ASSAT-MAZERES.

**Samedi 14 décembre 2019 : 14h30 sortie TELETHON Mazères**

Dimanche 15décembre 9h00

**(12) Parcours 76Km** : MAZERES-ARESSY-ASSAT-OUSSE-ANGAIS-LAGOS-BOIS DE LAGOS-ESPOEY-HAUT ESPOEY-LOURENTIES-D145-ARRIEN-D62-MORLAAS-OUSSE-IDRON-MAZERES.

Dimanche 22 décembre 9h00

**(18) Parcours 66Km** : MAZERES-IDRON-OUSSE-ANGAIS-BAUDREIX-COARRAZE-IGON-ASSON-LESTELLE par la CROIX DES HAUTEURS-MONTAUT-COARRAZE-NAY-BALIROS-MAZERES.

Dimanche 29 décembre 9h00

**Nouveau parcours 68Km** : MAZERES-ASSAT-BORDES-NAY-BENEJACQ-LABATMALE-PONTACQ-BARZUN-LIVRON-ESPOEY-SOUMOULOU-ANDOINS-OUILLON-MORLAAS-SERRES MORLAAS-SENDETS-OUSSE-LEE-IDRON-MAZERES.