

PARCOURS DU MOIS DE MAI 2017 - DEPART PORT A 7 H 00

Lundi 01/05 : Concentration du Muguet à Riboux ☑ (ASCM Toulon Cyclo) - 2 € FFCT (Openrunner 7228457)

P1: Ollioules - Sanary - Bandol - La Cadière - Village du Brûlat - ▲ Petit Brûlat - Le Beausset - ▲ le Camp - Tour du Circuit - Le Camp - OK Corral - ☑ Riboux - Cuges - Col de l'Ange - Grand Caunet - Ceyreste - La Ciotat - Saint Cyr - Bas de La Cadière - Pont Bleu - bandol - Sanary - Six Fours - **115 km**

P2: Ollioules - Sanary - Bandol - La Cadière - ▲ Le Beausset - ▲ le Camp - OK Corral - ☑ Riboux - Cuges - Col de l'Ange - Les Bastides - Pas d'Ouiller - Pas de Belle Fille - La Ciotat - Saint Cyr - Bas de La Cadière (Pont Bleu) - Bandol - Sanary - Six Fours - **101 km**

P3 : Ollioules - Sanary - Bandol - ▲ Le Beausset - Petit Brûlat - Les Paluns - Bas de La Cadière (Pont Bleu) - Bandol - Sanary - Six Fours - **52 km**

Dimanche 7/05 : Rando route « La Ronde des Maures » à la Garde - ☑ Complexe sportif Guy Moquet 2 - (CCRGardéens) - 3 € FFCT - Possibilité de douche sur place

BLARET Alain - 04 94 61 36 09 - blaret-alain@orange.fr - <https://facebook.com/ccrgardeen>

P1 : Départ à 7h30 maxi - Cuers - ▲ Ste Philomène - Rocbaron - Forcalqueiret - Besse - Flassans - Gonfaron - Les Mayons - ▲ Col de Vignon - La Garde Freinet - Grimaud - ▲ Capelude - ▲ Col de Taillude - Collobrières - Pierrefeu - Sauvebonne - La Crau - **150 km / D+ 1440 m (Openrunner 1662577)**

P2 : Cuers - ▲ Ste Philomène - Rocbaron - Forcalqueiret - Besse - Flassans - Gonfaron - Pignans - Les Vidaux - Pierrefeu - Sauvebonne - La Crau - **100 km / D+ 770 m (Openrunner 4761260)**

P3 : Cuers - ▲ Ste Philomène - Rocbaron - Forcalqueiret - Besse - Carnoules - Les Vidaux - Pierrefeu - Sauvebonne - La Crau - **80 km / D+ 350 m**

P4 : Sortie club (départ du port) - Toulon – Le Pradet – Carqueiranne - ▲ col du Serre – La Moutonne (à droite) – à gauche rond-point des fleurs – Chemin de Terrinas – Vieux chemin d'Hyères – La Garde – La Valette – Toulon. **51 km**

Lundi 08/05 : Sortie club « Flassans sur Issole » (Openrunner 7231917)

P1: Toulon - La Valette - La Crau - Sauvebonne - Pierrefeu - Les Vidaux - Pignans - Flassans - Besse - Forcalqueiret - Garéoult - Méounes - ▲ Signes - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **121 km - D+ 1206 m**

P2: Toulon - La Valette - La Crau - Sauvebonne - Pierrefeu - Puget Ville - ▲ Rocbaron - Garéoult - Méounes - Belgentier - Solliès Pont - La Valette - Toulon - **97 km**

P3 : Toulon - Le Pradet - Carqueiranne - ▲ Col du Serre - La Moutonne - La Crau - La Farlède - Toulon - **49 km**

Dimanche 14/05 : Concentration de l'USC LA CRAU « Souvenir Edith, André, René » (Openrunner 7330942)

P1 : Toulon - La Valette - La Crau - ☑ Scierie Autran Vallée de Sauvebonne - Pierrefeu - Collobrières - ▲ Vaudrèches - Notre Dame des Anges - Pignans - Les Vidaux - Pierrefeu - Route de l'Aérodrome - Cuers - Solliès-Pont - La Valette - Bar des Chênes - **120 km - D+ 1424 m**

P2 : Toulon - La Valette - La Crau - ☑ Scierie Autran Vallée de Sauvebonne - Les Borrels - Pas du Cerf - Pierrefeu - Route de l'aérodrome - Cuers - Solliès-Pont - La Valette - Bar des Chênes - **88 km**

P3 : Toulon - La Valette - La Crau - La Moutonne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **48 km**

Samedi 20/05 : Fantômes du Mai

Dimanche 21/05 : Sortie club « Crêtes de Bormes » (Openrunner 7332631)

P1: Toulon - Le Pradet - La Moutonne - St Martin d'Hyères - Hyères - La Londe - ▲ Col de Gratteloup - La Môle - ▲ Col du Canadel - Route des Crêtes - Caguo Ven - Bormes - La Londe - Hyères - Chemin long - La Valette - Toulon - **134 km - D+ 1128 m**

P2: Toulon - Le Pradet - La Moutonne - St Martin d'Hyères - Hyères - La Londe - ▲ Col de Gratteloup - Caguo Ven - Bormes - Pas de la Griotte - La Londe - Hyères - Chemin long - La Valette - Toulon - **102 km**

P3 : Toulon - Le Pradet - Carqueiranne - L'Aygade - Hyères - Chemin long - La Valette - Toulon - **60 km**

Jeudi 25/05 : Sortie club « Besse-sur-Issole » (Openrunner 7333149)

P1 : Toulon - La Valette - Solliès-Pont - Belgentier - Méounes - La Roquebrussanne - Garéoult - Forcalqueiret - Besse - Carnoules - Puget - Cuers - Solliès Pont - La Valette - Bar des Chênes - Le Revest - **115 km - D+ 896 m**

P2 : Toulon - La Valette - Solliès-Pont - Belgentier - Méounes - ▲ Signes - Le Camp - Grand Brulât - Le Brulât - Petit Brulât - Le Beausset - Le Plan du Castellet - Bandol - Six Fours - **87 km**

P3 : Toulon - La Valette - la Farlède - La Crau - La Moutonne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **48 km**

Dimanche 28/05 : Sortie club « Mont Coudon » (Openrunner 7333378)

P1 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Valette - ▲ Bar des Chênes - ▲ Mont Coudon - Le Jonquet - ▲ Col de Garde - Ste Anne d'Evenos - Le Beausset - ▲ Le Camp - Grand Brulât - Les Paluns - Bandol - Sanary - Six Fours - **118 km - D+ 1676 m**

P2 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Valette - ▲ Bar des Chênes - ▲ Mont Coudon - Le Jonquet - ▲ Col de Garde - Ste Anne d'Evenos - Le Beausset - Bandol - Sanary - Six Fours - **86 km**

P3 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Valette - ▲ Bar des Chênes - Le Jonquet - **48 km**

PARCOURS DE DEBUT JUIN 2017 - DEPART PORT A 7 H 00

Samedi 3/06 : Concentration « Fête du Vélo » à Carqueiranne

Piste cyclable Carqueiranne - Accueil à 8 h 30 - OSSEDAT André - 04 94 58 82 55 - andre.ossedat@orange.fr - <http://cyclo-carqueiranne.fr>

« Fête du Vélo - VTT en famille » à La Valette

Parking de la Grande Cabane Boudouvin - Accueil à 8 h 30 - VERHEYDEN Daniel - 06 63 85 02 52 - lavalettecyclo@gmail.com - www.lavalettecyclotourisme.fr

Dimanche 4/06 : Sortie club « La Celle » (Openrunner 7349892)

P1: Toulon - La Valette - Cuers - Puget - ▲ Rocbaron - Forcalqueiret - La Celle - St Julien - A droite, ▲ Mazaugues - ▲ La Roquebrussanne - Méounes - Solliès Pont - La Valette - Bar des Chênes - **125 km - D+ 1315 m**

P2: Toulon - La Valette - Cuers - Puget - ▲ Rocbaron - Garéoult - Méounes - Solliès Pont - La Valette - Bar des Chênes - **96 km**

P3 : Toulon - La Valette - La Pauline - La Crau - Hyères - Carqueiranne - Le Pradet - Toulon - **57 km**

Lundi 5/06 : Sortie club « Pas du Cerf » (Openrunner 7350222)

P1 - P2 : Toulon - La Valette - La Crau - Sauvebonne - Les Borrels - ▲ Pas du Cerf - Pierrefeu - Route de l'Aérodrome - Cuers - Solliès Pont - La Valette - Bar des Chênes - **91 km - D+ 779 m**

P3 : Toulon - Le Mourillon - Cap brun - Le Pradet - La Moutonne - La crau - La Valette - Toulon - **47 km**

MANIFESTATIONS DE MAI ET DEBUT JUIN 2017

Samedi 6/05 : BRM de 300 kms à la Garde - 6 € FFCT (gratuit - 18 ans) - Triple Plateau Gardéen

Complexe sportif Guy Moquet - 1, chemin de la Planquette - Ouverture de 5 h à 6 h (Parcours inconnu à l'heure actuelle) - GAUTHIER Claudy - 04 94 21 29 89 - claudy.gauthier@sfr.fr

Samedi 06/05 : Brevet Fédéral 150 km à Pélissanne (13) - 3 € FFCT (gratuit - 18 ans)- CC Pélissanne

Chemin de la Prouvenque - - Accueil de 7h à 8h - Michel NICOLAS - 04 90 55 15 85 - michel.nicolas13330@yahoo.fr

Samedi 13/05 : Brevet Fédéral 150 km à Sanary - 4 € FFCT (gratuit - 18 ans) - Openrunner 6988316 - Sanary

Cyclo Sport

Stade de la Guicharde - Salle polyvalente - Accueil à partir de 7h - Jean-Pierre BLATGE - contact@sanarycyclosports.com - <http://sanarycyclosports.com>

Dimanche 14/05 : Randuro VTT « Randuro du Réganas » à La Farlède - 5 € FFCT (gratuit - 18 ans) - Vélo Club

Farlèdois

25 km (800 m D+) - 30 km (1000 m D+)

Salle des Fêtes - Accueil de 7 h 30 à 8 h 30 - LESEPT Philippe - 04 94 27 44 70 - philippelesept@yahoo.fr - www.veloclub-farledois.com

Dimanche 14/05 : Rando VTT « Les Crêtes de Matavon » à Cabasse - 5 € FFCT (gratuit - 18 ans) - Cyclo Club

Cabassois

15 km (300 m D+) - 25 km (600 m D+) - 35 km (900 m D+) - 45 km (1200 m D+)

Salle des Fêtes - Accueil de 7 h à 10 h - MINGEAUD Pierre - 04 94 80 22 43 - 06 75 05 55 62 - pierre@cegetel.net

Samedi 20/05 : BRM 200 km à Aix-en-Provence - 4 € FFCT (gratuit - 18 ans) - Openrunner 4096708 - CS Pays

d'Aix en Provence - Gymnase Louison Bobet - Accueil de 6 h 30 à 7 h - HENNEBERT François - 06 16 29 56 69 - frahen@hotmail.fr

Dimanche 21/05 : Rando VTT « LUC VTT » au Luc en Provence - 6 € FFCT (gratuit - 18 ans) - Cyclo Club Lucois
35 km (763 m D+) - 20 km (428 m D+) - 10 km et Randuro 27 km
Ecole Jean Jaurès - Avenue Jean Jaurès - Accueil de 7 h 30 à 9 h 30 - CONSENTINO Evelyne - 07 83 19 60 20 -
cclucois@yahoo.fr - <http://cc-lucois.ffct.org>

Dimanche 21/05 : Rando Route « Les Fondus de Notre Dame des Anges » à Pierrefeu - 5 € FFCT (-18 ans gratuit) - CS Pierrefeu
50 km (860 m D+) - 72 km (1441 m D+) - 95 km (2070 m D+) - 121 km (2700 m D+) - 145 km (3280 m D+)
Espace Bouchonnerie - Avenue Jean Jaurès - Accueil de 7 h à 9 h - VIGNONE Didier - 06 52 37 87 16 -
didier83@aliceadsl.fr - <http://cspierrefeu.free.fr>

Samedi 27/05 : Rando Route « Randonnée des Châteaux » à Carcès - Annulée

Dimanche 4/06 : Rando Route « La Guillaumoise » à Guillaumes (06) - 30 € FFCT - Association Guillaumoise Cyclotourisme
85 km (1850 m D+) - 126 km (2210 m D+) - Accueil de 6h à 7h30 - Place de Provence - GIOVANNANGELI Jean-Claude - 06 74 90 73 97 - giova47@live.fr - <http://laguillaumoise.com>

Sam 10/06 : BRM 200 km à Pélissanne (13) - 3 € FFCT (gratuit - 18 ans)
Chemin de la Prouvenque - CC Pélissanne - Accueil de 6h à 7h30 - Michel NICOLAS - 04 90 55 15 85 -
michel.nicolas13330@yahoo.fr

Samedi 10/06 : BRM 300 km à Aix-en-Provence - 4 € FFCT (gratuit - 18 ans) - **Openrunner 6637744**
Gymnase Louison Bobet - CS Pays d'Aix en Provence - Accueil de 6 h 30 à 7 h - HENNEBERT François - 06 16 29 56 69 - frahen@hotmail.fr

SORTIES DU JEUDI MOIS DE MAI 2017 - Départ Bercail à 8 h

Jeudi 4/05 :

P1 : Corniche Tamaris - Le Mai - Sanary - Bandol - Avant Le Plan, à gauche sous autoroute, Route La Cadière - La Cadière Village - Pont Bleu, à droite puis à gauche, Route de la Bégude - La Ciotat - Pas de Belle Fille - Cassis - Roquefort la Bédoule - Les bastides - Grand Caunet - Le Camp - Ste Anne - Les Paluns - Le Plan - Bandol - **120 km**

P2 : Corniche Tamaris - Le Mai - Sanary - Bandol - Avant Le Plan, à gauche sous autoroute, Route La Cadière - La Cadière Village - Pont Bleu, à droite puis à gauche, Route de la Bégude - La Ciotat - Ceyreste - Grand caunet - Le Camp - Le Beausset - Col de Garde - Le Jonquet - Rivière couverte - **108 km**

Jeudi 11/05 :

P1 : Sortie Pique Nique « Les Mayons » - 167 km (*reportée au 18/05*)

Aller : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - ▲ Pas du Cerf - Collobrières - ▲ Cappelude - Grimaud - La Garde Freinet - Les Mayons - **110 km**

Retour : Gonfaron - Puget - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Valette - Bar des Chênes - **57 km**

P2 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - ▲ Pas du Cerf - Pierrefeu - Route de l'aérodrome - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **98 km**

Jeudi 18/05 :

P1 : Ollioules - Ste Anne du Castellet - Le Beausset - Le Camp - Cuges les Pins - Col de l'Ange - Gémenos - Col de l'Espigoulier - Plan d'Aups - Nans les Pins - Rougiers - Mazaugues - La Roquebrussanne - Méounes - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **146 km**

P2 : Ollioules - Ste Anne du Castellet - Le Beausset - Le Camp - Cuges les Pins - Col de l'Ange - Les Bastides - Pas d'Ouiller - Pas de Belle Fille - La Ciotat - St Cyr - Moulin de St Côme - Coopérative La Cadière - Le Plan du Castellet - Bandol - Sanary - Six Fours - **91 km**

SORTIES DU JEUDI DE DEBUT JUIN 2017 - Départ Bercail à 8 h

Jeudi 1/06 :

P1 : Toulon - Corniche du Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - la Crau - Sauvebonne - Pierrefeu - Les Vidaux - Pignans - Gonfaron - Col des Fourches - Collobrières - Col de Babaou - Gratteloup - Caguo Ven - Bormes - Pas de la Griotte - La Londe - Mauvanne - Port Pothuau - Carqueiranne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **155 km**

P2 : Toulon - Corniche du Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - la Crau - Sauvebonne - Pierrefeu - Les Vidaux - Puget - Montée vers Rocbaron - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **95 km**