

PARCOURS DU MOIS DE MAI 2024 - DEPARTS A 07H30

- **Sam 04/05** : Les bosses du Comtat Venaissin au Hameau de Serres proche Carpentras (parcours de 50, 70, 80, 100, 120 ou 140km allant de +525m à +1900m – accueil de 7h à 9h30 – Clôture 14h – tarif 6€ + 10€ si repas de midi)
- **Dim 05/05** : randonnée 100 et 150km (salle polyvalente, 293 avenue du stade à SANARY) – accueil de 7h30 à 8h30. Clôture 17h – Tarif ?)
- **Dim 05/05** : sortie club

P1 : Ollioules – gorges d'Ollioules - chemin de Baro Nuecho – ▲Paul Ricard Est – Signes – Meounes – Chemin des Valettes – Néoules – Rocbaron – ▲Col du Clapier – Puget Ville – Carnoules – Les Vidaux – Route de l'aérodrome – Chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède (112km / +1041m)

<https://connect.garmin.com/modern/course/262106032>

P2 : Ollioules – gorges d'Ollioules - chemin de Baro Nuecho – ▲Paul Ricard Est – Signes – Meounes – Chemin des Valettes – Néoules – Rocbaron – ▲Col du Clapier – Cuers - Chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède (97km / +937m)

- **Mercredi 08/05** :

P1 : Six Fours – Sanary – Bandol – Plan du Castellet – Pont Bleu – St Cyr – La Ciotat – Pas de Bellefille - ▲Pas D'Ouiller – Les Bastides – ▲Grand Caunet – Le Camps – Le Beausset - Ollioules (91km / +929m)

<https://connect.garmin.com/modern/course/256015872>

- **Jeudi 09/05** :

P1 : La Valette – à La Bigue à gauche « les gueules cassées » - ▲moulin du partegal – La Farlede – les Daix – Sollies pont – à droite cote de Maraval – Pierrefeu bas à gauche – Route des Vidaux – au début à gauche chemin de Clouachière – puis retour vers route de l'aérodrome – Cuers centre – La Farlede – La Valette (82km / +524m)

<https://connect.garmin.com/modern/course/262314598>

- **Dim 12/05** : sortie club

P1 : Toulon, La Valette, L'avenue 83, chemin Long, Hyères, la Londe, ▲col de Gratteloup, ▲col de Caguo Van, Borme, ▲Pas de la Griotte, La Londe, Hyères, Chemin Long, Avenue 83, La Valette (103km / +734m)

<https://connect.garmin.com/modern/course/262118423>

P2 : Toulon, La Valette, L'avenue 83, chemin Long, Hyères, la Londe, bas de Borme, ▲Pas de la Griotte, La Londe, Hyères, Chemin Long, Avenue 83, La Valette (97km / +596m)

- **Jeudi 16/05** :

P1 : Ollioules – Le Beausset – ▲Le Camps – Signes – vallée de Montrieux – Belgentier - à droite chemin de Guiran – Sollies Toucas – Sollies Pont – chemin de Sauvebonne vers Maraval – à droite Les Daix – à gauche La Crau – contournement de La Crau par l'Ouest par la rocade de l'Europe – à droite le long voix chemin de fer – la Pauline – Avenue 83 – La Valette (90km / +661m)

<https://connect.garmin.com/modern/course/262320803>

- **Dim 19/05 : sortie club**

P1 : La Farlede – Sollies Toucas – chemin de Guiran – Meounes – 1km à droite « les auguspins » - 100m à gauche « les auguspins » - panneau NEOULES à droite chemin des Vignauts – Néoules – D68 Rocbaron – Garéoult – Forcalqueiret – Rocbaron – ▲ col de Clapier - Puget-ville – Route de Pierrefeu – à gauche D413 Carnoules – Les Vidaux – Route de l'aérodrome – Chemin des Fourches – Les Daix – La Farlede – La Valette (**109km / +824m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/255987324>

P2 : La Farlede – Sollies Toucas – chemin de Guiran – Meounes – 1km à droite « les auguspins » - 100m à gauche « les Auguspins » - panneau NEOULES à droite chemin des Vignauts – Néoules – D68 Rocbaron – Rocbaron – ▲ col de Clapier – Cuers – Chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède – La Valette (**91km / +744m**)

- **Lundi 20/05 : sortie club**

P1 : Ollioules – Ste Anne d'Evenos – à droite Les Ginestes – Le Beausset – vallée du silence – à droite vers chemin du Pin Vert – Ste Anne du Castellet – chemin de La Bégude – chemin de St Antoine – pont bleu – St Cyr – chemin des Baumelles – ▲ les crêtes de la Cadière d'Azur – chemin de l'Argile – Bandol – Sanary – Six-Fours (**70km / +836m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/254762091>

- **Jeudi 23/05 :**

P1 : Six-Fours – Sanary – Bandol – Chemin de l'Argile – ▲ Les Crêtes de la Cadiere d'Azur – chemin des Baumelles – St Cyr – Pont Bleu – Chemin St Antoine – Chemin de la Bégude – Ste Anne du Castellet – à gauche chemin du Pin Vert – vallée du silence – Le Beausset – Les Ginestes – Ste Anne d'Evenos – Ollioules (**70km / +836m**)

Pour le parcours GPS, inverser le parcours du lundi 20 mai 2024

- **Vendredi 24/05 : La Farlède cyclo. Randonnée sur 2j (accueil de 7h30 à 00h – Tarif 110€)**

<https://www.cclafarlede.fr/la-farled-cyclo-mai.html>

- **Dim 26/05 : randonnée la porte des Maures** (accueil 7h – 9h. COMPLEXE SPORTIF DU PAS DE LA GARENNE à Pierrefeu. 80km / +900m ou 116km / +1700m. Tarif 5€)

<http://cspierrefeu.free.fr/index.php/la-porte-des-maures-2024/>

- **Dim 26/05 : sortie club**

P1 : La Valette – La Farlède – cote de Maraval – Pierrefeu – Collobrieres – ▲ col de Fourches – Gonfaron – Carnoules – Cuers – Sollies – La Farlède – La Valette (**120km / +1027m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/255964185>

P2 : La Valette – La Farlede – cote de Maraval – Pierrefeu – Les Vidaux – Pignans – Carnoules – Cuers – Sollies – La Farlède – La Valette (**91km / +611m**)

- **Jeudi 30/05 :**

P1 : Toulon – Le Mourillon – Le Pradet – carqueiranne – La Capte – ▲ Giens par l'Est – La Capte – Les Ayguades – Vallée de Sauvebonne – bas Pierrefeu – Cuers – chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède – Toulon (**98kms / +486m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/248707437>

PARCOURS DU MOIS DE JUIN 2024 - DEPARTS A 07H00

- **Dim 02/06 : sortie club**

P1 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Le Camps – ▲ Col de l'Ange - Aubagne – ▲ Roquefort La Bédoule – Cassis – ▲ Pas de Bellefille – La Ciotat – à gauche direction Ceyreste – piste cyclable jusqu'à la gare de La Ciotat – St Cyr – Gare de St Cyr – Les Vignes – Pont Bleu – Plan du Castellet – Bandol – Sanary (**108km / +1204m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/256004289>

P2 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Le Camps – le Grand Caunet – ▲ Les Bastides – ▲ Pas D'ouiller – Pas de Bellefille – La Ciotat – à gauche direction Ceyreste – piste cyclable jusqu'à la gare de La Ciotat – St Cyr – Gare de St Cyr – Les Vignes – Pont Bleu – Plan du Castellet – Bandol – Sanary (**95km / +1023m**)

- **Jeudi 06/06 :**

P1 : Toulon – Le Mourillon – Le Pradet – La Moutonne – La recence – Hyeres – Rd Point de Mauvanne – piste cyclable La Londe – Les Borrels – Vallée de Sauvebonne – Maraval – chemin de Sauvebonne – à gauche chemin de La Tour – chemin du pont neuf – à droite chemin des Ferrages – à gauche La Farlede – La Farlede – La Valette (**82km / +491m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/262325496>