

PARCOURS D'OCTOBRE 2018 - DEPART BERCAIL A 8 H

Jeudi 11/10 : « **Col du Gambet** » - <https://connect.garmin.com/modern/course/20203387>

Le Jonquet - Bar des Chênes - La Bigue - La Farlède - La Crau - Les Martins - Sauvebonne - Pierrefeu - Col du Gambet - la Londe - Mauvanne - Port Pothuau - Carqueiranne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **96 km / 638 m D+**

Jeudi 18/10 : « **Giens** » - <https://connect.garmin.com/modern/course/16259695>

Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Col de Serre - Route de l'Almanarre - Route du Sel - Giens - Port Pothuau - Sauvebonne - Les Martins - La Crau - Prison La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **85 km / 468 m D+**

« **Col du Bel-Homme** » : <https://connect.garmin.com/modern/course/21038503> - **Départ à 8h du Parking Leclerc**

Le Muy - Gorges de Pennafort - Fayence - Col d'Avaye - Mons - Vallon du Fil - Col de Valferrière - Le Logis du Pin - La Bastide - Col du Bel-Homme - Bargemon - Callas - La Motte - Le Muy - **122 km / 2029 D+**

Jeudi 25/10 : « **Sortie restaurant au Broussan** » - <https://connect.garmin.com/modern/course/16833764>

Aller : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - Les Martins - Sauvebonne - Pierrefeu - Puget - Col du Gros Clapier (côte de Rocbaron) - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - Col de Garde - Le Broussan - **96 km**

Retour : Ste Anne d'Evenos - Le Beausset - Le Plan du Castellet - Bandol - Sanary - Six Fours - **32 km (128 km / 1470 m D+)**

PARCOURS DE DEBUT NOVEMBRE 2018 - DEPART BERCAIL A 8 H 30

Jeudi 01/11 : **Sortie club « Pas du Cerf »** - <https://connect.garmin.com/modern/course/20193712>

P1 : Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Pas du Cerf - ▲ Col du Gambet - Pierrefeu - La Crau - La Farlède - Bar des Chênes - **95 km / 663 m D+**

P2 : Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Les Borrels - La Farlède - Bar des Chênes - **75 km**

P3 : Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Col de Serre - La Crau - La Farlède - Toulon - **51 km**

Dimanche 04/11 : « **CHCV Toulon** » ■ **Port Saint Louis - Le Mourillon - A.S. C.N.M.S.S - Gratuit** - <https://connect.garmin.com/modern/course/16731362>

P1 : Toulon - ■ Port Saint Louis - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Farlède - Solliès Pont - Méounes - ▲ Signes - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **96 km**

P2 : Toulon - ■ Port Saint Louis - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - Sauvebonne - Pierrefeu - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - Toulon - **77 km**

P3 : Toulon - ■ Port Saint Louis - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Farlède - Toulon - **47 km**