

PARCOURS DE MARS 2019 - JEUDI DEPART BERCAIL A 8 H 30

Jeudi 07/03 : « La Garde Freinet »

P1 : <https://connect.garmin.com/modern/course/17479403> - Toulon - La Valette - Prison La Farlède - La Crau - Les Martins- Sauvebonne - Pierrefeu - Collobrières - Col de Taillude - Capelude - Col du Périer - La Garde Freinet (arrêt boulangerie) - Les Mayons - Gonfaron - Pignans - Carnoules - Puget - Cuers - Solliès Pont - La Bigue - Bar des Chênes - **154 km / 1510 m D+**

P2 : Toulon - La Valette - Prison La Farlède - La Crau - Les Martins- Sauvebonne - Pierrefeu - Puget Ville - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **83 km**

Jeudi 14/03 : Sortie Restaurant à L'Aygade - « Snack du Soleil » - Tél. 04.94.66.43.07

P1 : <https://connect.garmin.com/modern/course/16519615>

Aller : Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Ste Philomène - Puget - Carnoules - Pignans - Les Vidaux - A gauche, La Tuilière - Pas du Cerf - La Londe - Mauvanne - Port Pothuau - L'Aygade = **90 km**

Retour : Presqu'île de Giens - Route du Sel - Carqueiranne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon = **40 km**

P2 : Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Ste Philomène - Puget - Cuers Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **86 km**

Jeudi 21/03 : « Caguo Ven - Babaou »

P1 : <https://connect.garmin.com/modern/course/17479736> - Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Château Léoube - Pas de La Griotte - Bormes - Caguo Ven - Babaou - Collobrières (arrêt boulangerie) - Col de Fourche - Gonfaron - Pignans - Puget - Cuers - Solliès - La Bigue - Bar des Chênes - **150 km / 1 651 m D+**

P2 : - Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Les Borrels - Hyères - Chemin Long - La Valette - Toulon - **80 km**

Jeudi 28/03 : « Besse - La Celle »

P1 : <https://connect.garmin.com/modern/course/17489859> - Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Puget - Carnoules - Besse - Ste Anastasie - Forcalqueiret - Camps la Source - Val de Camps - La Celle - St Julien - La Roquebrussanne - Méounes - Signes - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **134 km / 951 m D+**

P2 : Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Pierrefeu - Sauvebonne - Les Martins - La Crau - Prison La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **83 km**

PARCOURS DE DEBUT AVRIL 2019 - JEUDI DEPART BERCAIL A 8 H 30

Jeudi 04/04 : « Nans les Pins / Ste Baume »

P1 : <https://connect.garmin.com/modern/course/17489365> - Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Cuges - Gémenos - St Zacharie - Nans les Pins - La Ste Baume - Mazaugues - La Roquebrussanne - Méounes - Signes - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **153 km / 1 711 m D+**

P2 : Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Cuges - Grand Caunet - Le Camp - Ste Anne du Castellet - Les Paluns - - Le Plan du Castellet - Bandal - Sanary - Six Fours - **87 km**