

## PARCOURS DE JUILLET 2019 - DEPART BERCAIL A 7 H 30

### Jeudi 04/07 :

**P1 :** Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Cuges - Col de l'Ange - Gémenos - Pont de l'Etoile - Roquevaire - Auriol - St Zacharie - Pas de la Couelle - Trêts - Pourrières - Pourcieux - St Maximin - Tourves La Roquebrussanne - Méounes - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **160 km**

**P2 :** Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Cuges - Col de l'Ange - Grand Caunet - Les Bastides - Pas d'Ouiller - Pas de Belle Fille - La Ciotat - St - Cyr Four à Chaux - Bandol - Sanary - Six fours - **85 km**

### Jeudi 11/07 :

**P1 :** Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Cuges les Pins - Col de l'Ange - Gémenos - Pont de l'Etoile - Roquevaire - Auriol - St Zacharie - Pas de la Couelle - Trets (Arrêt boulangerie) - Pourrières - Pourciaux - St Maximin - Tourves - La Roquebrussanne - Méounes - Solliès Pont - La Farlède - Bar des Chênes - **160 km**

**P2 :** Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Cuges les Pins - Col de l'Ange - Grand Caunet - Les Bastides - Pas d'Ouiller - Pas de Belle Fille - La Ciotat - St Cyr - Four à Chaux - Bandol - Sanary - Six Fours - **85 km**

### Jeudi 18/07 :

**P1 :** Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Ste Philomène - Rocbaron - Forcalqueiret - Ste Anastasie - Besse - Flassans - Pignans - Notre Dame des Anges - Col de Fourche - Collobrières - Pierrefeu - Sauvebonne - La Crau - Prison La Farlède - Bar des Chênes - **150 km**

**P2 :** Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Ste Philomène - Puget - Pierrefeu - Sauvebonne - La Crau - Prison La farlède - bar des Chênes - **92 km**

### Jeudi 25/07 : Sortie restaurant à Cotignac - « LA TABLE DE LA FONTAINE » - Tél. 04.94.04.79.13

<https://connect.garmin.com/modern/course/19266856>

**P1 : Aller -** Ollioules - Le Beausset - Le Camp - Signes - Méounes - La Roquebrussanne - La Celle - Brignoles - Le Val - Montfort sur Argens - Cotignac - **91 km**

**Retour -** Carcès - Cabasse - Flassans s/Issole - Pignans - Les Vidaux - Route de l'aérodrome - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **83 km (A/R : 174 km / 1534 D+)**

**P2 :** Ollioules - Le Beausset - Derrière circuit - Signes - Méounes - Belgentier - Solliès Pont - La Bigue - Bar des Chênes - **82 km**

## PARCOURS D'AOÛT 2019 - DEPART BERCAIL A 7 H 30

### Jeudi 01/08 :

**P1 :** Ollioules - Le Camp - Cuges - Col de l'Ange - Gémenos - Col de l'Espigoulier - Plan d'Aups - Nans les Pins - Rougiers - Mazaugues - La Roquebrussanne - Méounes - Signes - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **142 km**

**P2 :** Ollioules - Le Camp - Cuges les Pins - Col de l'Ange - Les Bastides - Pas d'Ouiller - Pas de Belle Fille - La Ciotat - St Cyr - Moulin St Côme - Pont Bleu - La Cadière Village - Bandol - Sanary - Six Fours - **90 km**

### Jeudi 08/08 : « Concentration du Col de Babaou » - CC Carqueirannais

<https://connect.garmin.com/modern/course/25633575>

**P1 :** Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet- Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe (par route de Hyères) - Route du Zoo - Col de Gratteloup - Col de Babaou - La Tuilière - Les Vidaux - Puget - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **127 km**

**P2 :** Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet- Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe (par route de Hyères) - Route du Zoo - Col de Gratteloup - Col de Babaou - Pierrefeu - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Valette - Toulon - **110 km**

### Jeudi 22/08 : Sortie Restaurant Collobrières « LE CLOS DU PERE LOUIS » - Tél. 04.94.48.04.21 -

<https://connect.garmin.com/modern/course/15673636> - **154 km / 1623 m D+**

**P1 - Aller :** Toulon - Piste cyclable - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Pas de la Griotte - Bormes - Le Lavandou - Cavalière - Col du Canadel - Route des Crêtes - Caguo Ven - Col de Gratteloup - Col de Babaou - **105 km**

**Retour :** Pierrefeu - Route Aérodrome - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **49 km**

**P2 :** Toulon - Piste cyclable - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Les Borels - Sauvebonne - Les Maravals - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **87 km**

### Jeudi 29/08 :

**P1 :** Ollioules - Sanary - Bandol - Bas Cadière - Pont Bleu à gauche - St Cyr - La Ciotat - Pas de Belle Fille - Pas d'Ouiller - Roquefort la Bédoule - Aubagne - Col de l'Ange - Le Camp - Signes - Vallée de Montrieux - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - **125 km**

**P2 :** Ollioules - Sanary - Bandol - Bas Cadière - Pont Bleu à gauche - St Cyr - La Ciotat - Pas de Belle Fille - Pas d'Ouiller - Roquefort la Bédoule - Aubagne - Col de l'Ange - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **92 km**

## PARCOURS DE DEBUT SEPTEMBRE 2018 - DEPART BERCAIL A 8 H

### Jeudi 05/09 :

**P1 :** Toulon - La Valette - La Farlède - Solliès Pont - Méounes - La Roquebrussanne - Garéoult - Besse - Carnoules - Les Vidaux - Pierrefeu - Col du Gambet - La Londe - Mauvanne - Port Pothuau - La capte - Giens Village - Route du Sel - Carqueiranne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **153 km**

**P2 :** Toulon - La Valette - La Farlède - Solliès Pont - Méounes - La Roquebrussanne - Garéoult - Rocbaron - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Valette - Toulon - **100 km**