

PARCOURS D'OCTOBRE 2019 - JEUDI DEPART BERCAIL A 8 H

Jeudi 10/10 :

P1 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Plan du Castellet - Pont Bleu, à gauche puis à Droite, St Cyr - La Ciotat - Ceyreste - La Bégude - Le Camp - Signes - Méounes - Solliès Pont - La Farlède - Bar des Chênes - **105 km**

P2 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Plan du Castellet - Pont Bleu, à gauche puis à Droite, St Cyr - La Ciotat - Ceyreste - La Bégude - Le Camp - Le Beausset - Ollioules - **80 km**

Jeudi 17/10 : « Sortie restaurant au Broussan » - <https://connect.garmin.com/modern/course/16833764>

Aller : Toulon - Piste cyclable - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - Les Martins - Sauvebonne - Pierrefeu - Puget - Col du Gros Clapier - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - La Bigue - Bar des Chênes - Col de Garde - Le Broussan - **94 km**

Retour : Ste Anne d'Evenos - Le Beausset - Le Plan du Castellet - Bandol - Sanary - Six Fours - **32 km (126 km / 1470 m D+)**

Jeudi 24/10 :

P1 : Toulon - Piste cyclable - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Pas du Cerf - Pierrefeu - Puget - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - Bar des Chênes - **102 km**

P2 : Toulon - Piste cyclable - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Les Borrels - Les Martins - La Crau - Prison La Farlède - La Valette - Toulon - **84 km**

Jeudi 31/10 :

P1 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Beausset - Le Petit Brûlat - Castellet Village - La Cadière Village - Pont Bleu - St Cyr - La Ciotat - Ceyreste - Le Camp - Tour du Circuit - Le Beausset - Ollioules - **97 km**

P2 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Beausset - Le Petit Brûlat - Castellet Village - La Cadière Village - Pont Bleu - Les Paluns - Le Plan du Castellet - Bandol - Sanary - Six Fours - **76 km**

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

Jeudi 07/11 :

P1 : Toulon - Corniche du Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Les Borrels - Vallée de Sauvebonne - Pierrefeu - Puget - Cuers - Solliès Pont - La Farlède - Bar des Chênes - **109 km**

P2 : Toulon - Corniche du Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Port Pothuau - La Londe - Les Borrels - Sauvebonne - Les Martins - La Crau - Prison La Farlède - La Valette - Toulon - **83 km**