

PARCOURS DU MOIS DE SEPTEMBRE 2020 - JEUDI DEPART BERCAIL A 8 H 00

Jeudi 3/09 : « Signes - Pignans » (G)

Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Puget - Carnoules - Besse - Forcalqueiret - Méounes - Signes - Le Camp - Le Camp - Le Beausset - Ollioules

Jeudi 10/09 : « Port Pothuau - Giens »

Le Jonquet - Montée Fort Rouge - Corniche du Faron - Rond Point Bar des Chênes - La Bigue - La Farlède - La Crau - Les Martins - Mauvanne - Port Pothuau - Presqu'île de Giens - Route du sel - Vélodrome Costebelle - La Moutonne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **88 km**

Jeudi 17/09 : 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**

Jeudi 24/09 : « Giens - Port Pothuau »

Toulon - Corniche Mourillon - Le Pradet - Carqueiranne - Col du 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**

PARCOURS DE DEBUT OCTOBRE 2020 - DEPART PORT A 8 H 00

Jeudi 1/10 : « Les Borrels » - <https://connect.garmin.com/modern/course/20391134>

Le Jonquet - Bar des Chênes - Le revest - La Bigue - Moulin du Partégal - La Farlède - Les Daix - Les Maravals - Les Martins - Sauvebonne - Les Borrels - La Londe - Mauvanne - Port Pothuau - Carqueiranne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **90 km / 677 m D+**