

PARCOURS SEPTEMBRE 2021

DIMANCHE DEPART PORT A 7 H 30

JEUDI DEPART BERCAIL A 8 H 00

Jeudi 02/09 : sortie club "La Gineste"

P1 : Six-Fours centre – Bandol - ▲ Four à chaux – St Cyr – La Ciotat - ▲ Pas de Belle Fille – Cassis - ▲ La Gineste – Cassis - ▲ Roquefort la Bedoule – ▲ Les Bastides - ▲ Grand Caunet - Le Camp – Le Beausset – Ollioules **110 kms** (option Ste Anne d'Evenos - ▲ Le Broussan - ▲ Col de Garde – Le Jonquet + **10 kms**)

P2 : Six-Fours centre – Bandol - ▲ Four à chaux – St Cyr – La Ciotat - ▲ Pas de Belle Fille – Cassis – ▲ Roquefort la Bedoule – ▲ Les Bastides - ▲ Grand Caunet - Le Camp – Le Beausset – Ollioules. **92 kms**

P3 : Six-Fours – Sanary – Bandol - ▲ Four à chaux – St Côme - La Cadière – Le Brûlat – Le Beausset (par vallon du Vallat) - Ollioules. **47 kms**

Dimanche 05/09 : Sortie club « Col des Fourches »

P1 : Toulon -La Valette -La Farlède -Solliès Pont -Cuers -Puget -Carnoules - Pignans -▲ Col des Fourches -Collobrières -Pierrefeu -La Crau -Prison La farlède -▲ Bar des Chênes-**125 km**

P2 : Toulon - La Valette - La Farlède - Solliès Pont - Cuers - Puget - Carnoules - Pignans - Les Vidaux - Pierrefeu - La Crau - Prison La farlède - ▲ Bar des Chênes - **104 km**

P3 : Le Jonquet - ▲ Col de Garde - Ste Anne d'Evenos - Le Beausset - Le Petit Brûlat - Les Paluns - Bandol - Le Brusca - Six Fours - **56 km**

Jeudi 09/09 :

P1 : Corniche Tamaris -▲ Le Mai -Sanary -Bandol -Avant Le Plan, à gauche sous autoroute, ▲Route La Cadière -La Cadière Village - Pont Bleu, à droite puis à gauche, Route de la Bégude -La Ciotat -▲ Pas de Belle Fille - Cassis -▲ Roquefort la Bédoule - Les Bastides -▲ Grand Caunet -Le Camp -Ste Anne -Les Paluns - Le Plan - Bandol - **120 km** .

P2 : Corniche Tamaris - ▲ Le Mai - Sanary - Bandol - Avant Le Plan, à gauche sous autoroute, ▲Route La Cadière - La Cadière Village - Pont Bleu, à droite puis à gauche, Route de la Bégude - La Ciotat - Ceyreste - ▲ Grand caunet - Le Camp - Le Beausset - ▲ Col de Garde - Le Jonquet - Rivière couverte - **108 km**

Dimanche 12/09 : « Sortie club Roquefort La Bedoule »

P1 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Plan du Castellet - Coopérative - La Cadière Village - St Cyr - La Ciotat - ▲ Pas de Belle Fille - Cassis - Roquefort La Bédoule - Les Bastides - ▲ Grand Caunet - Ceyreste - La Ciotat - St Cyr - Bas Cadière - Rd point Coopérative - Le Beausset - Ollioules - **109 km / 1205 m D+**

<https://connect.garmin.com/modern/course/20389691>

P2 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Plan du Castellet - Coopérative - La Cadière Village - Le Petit Brûlat - Les Paluns - St Cyr - ▲ Four à Chaux - Bandol - Sanary - Le Brusca - ▲ Le Mai - Les Sablettes - Corniche de Tamaris - **80 km**

P3 : Six Fours - Sanary - Bandol - Le Plan du Castellet - Coopérative - ■ La Cadière Village - St Cyr - ▲ Four à Chaux - Bandol - Sanary - Le Brusca - Six Fours - Les Sablettes - Corniche de Tamaris - **55 km**

Jeudi 16/09 :

Toulon - La Valette - Solliès Pont - Cuers - Puget Ville - ▲ Col du Gros Clapier -
Rocbaron - Méounes - Solliès Pont - La Farlède - ▲ Bar des Chênes - **96 km**

Dimanche 19/09 : sortie club "La Celle"

P1 : La Valette – Solliès – Cuers – Puget - ▲ Rocbaron – Forcalqueiret – La Celle – St Julien
(à droite!) - ▲ Mazaugues - ▲ La Roquebrussanne – Méounes – Solliès – La Valette –
Toulon. **125 kms**

P2 : La Valette – Solliès Pont – Cuers – ▲ Rocbaron – Garéoult – Méounes – ▲ Signes – Le
Camp – Le Beausset – Ollioules. **110 kms**

P3 : Toulon – Valette – La Pauline – La Crau – Hyeres – route de l'aéroport - L'Almanarre -
Carqueiranne – Le Pradet – Toulon. **57 kms**

Jeudi 23/09 : « Carnoules » - <https://connect.garmin.com/modern/course/20390214>

Le Jonquet - ▲ Bar des Chênes - La Bigue - La Farlède - Solliès Pont - Cuers - Puget -
Carnoules - Les Vidaux - Pierrefeu - Sauvebonne - Les Martins - La Crau - La
Moutonne - Le Pradet - Cap Brun - Toulon - **96 km / 651 m D+**

Dimanche 26/09 : Sortie club « Mont Coudon » (Openrunner 7333378)

P1 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Valette - ▲ Bar des
Chênes - ▲ Mont Coudon - Le Revest - Ecole des Moulins - ▲ Col de Garde - Ste Anne
d'Evenos - Le Beausset - ▲ Le Camp - Grand Brulât - Les Paluns - Bandol - Sanary - Six
Fours - **118 km - D+ 1676 m**

P2 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Valette - ▲ Bar des
Chênes - ▲ Mont Coudon - Le Jonquet - ▲ Col de Garde - Ste Anne d'Evenos - Le Beausset
- Bandol - Sanary - Six Fours - **86 km**

P3 : Toulon - Le Mourillon - Le Pradet - La Moutonne - La Crau - La Valette - ▲ Bar des
Chênes - Le Jonquet - **48 km**

Jeudi 30/09 : Sortie Club

Le Jonquet - ▲ Bar des Chênes - La Farlède - La Crau - Sauvebonne - Les Borrels –
La Londe – Port Pothuau - Carqueiranne - Le Mourillon - Toulon - La Seyne - **85 Km**