

PARCOURS DU MOIS D'AVRIL 2025 - DEPARTS A 08H00

- **Dim 06/04 : sortie club « la classique + »**

P1 : La Valette – La Farlède – Solliès Toucas (village) – Chemin de Guiran – Belgentier – Vallée de Montrieux – ▲ Signes – Le Camps – Ceyreste – La Ciotat – St Cyr – Bas Cadière – La plan du Castellet – Bandol – Sanary (**107km / +892m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/249949945>

P2 : La Farlède – Solliès Toucas (village) – Chemin de Guiran - Belgentier - Vallée de Montrieux – ▲ Signes – Le Camp – Vallée du silence – Le Beausset (**83km / +721m**)

- **Jeudi 10/04 :**

P1 : Toulon – piste cyclable – La Garde – Chemin du golf – La Moutonne – Hyères par la route de l'hôpital – Rd pt Mauvanne – La Londe par la piste – Verrerie – Bormes – ▲ Col de Caguo-Ven – ▲ Col de Babaou – Pierrefeu – La Crau – La Farlède – La Valette (**112km / +908m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/249951569>

- **Dim 13/04/2025 :** « La Maurin Des Maures » - sortie VTT + GRAVEL à La Londe (VTT 8, 18, 30, 43, 54km / GRAVEL 60, 100km) – VAE autorisé – Modalités et tarifs, voir site de la FFCT

- **Dim 13/04 : sortie club**

P1 : La Valette – Solliès-Toucas – Belgentier – Méounes – Néoules – La Roquebrussanne – Fioussac - Méounes – ▲ La Bataillère – ▲ Signes – Le Beausset – Ollioules (**94km / +823m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/252287910>

P2 : La Valette – Solliès-Toucas – Belgentier – Méounes – ▲ La Bataillère – ▲ Signes – Le Beausset – Ollioules (**79km / +699m**)

- **Jeudi 17/04 :**

P1 : La Valette – Solliès-Toucas – Belgentier – Méounes – ▲ La Bataillère – ▲ Signes – Le Camp – Ceyreste- la Ciotat-St Cyr- pont bleu- Bandol- la Seyne (**115km / +1090m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/342746161>

P2 : La Valette – Solliès-Toucas – Belgentier – Méounes – Néoules – La Roquebrussanne – Fioussac - Méounes – ▲ La Bataillère – ▲ Signes – Le Beausset – Ollioules (**94km / +823m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/252287910>

- **Dim 20/04/2025 :** sortie club « St Cyr et ses côtelettes »

P1 : Six-Fours – Sanary (collège La Guicharde) - Bandol – Le plan du Castellet – chemin de l'Argile - ▲ St Côte – chemin des Baumelles – plage St Cyr – gare St Cyr – chemin St Antoine – chemin La Bégude – Les Lauves - ▲ Coupas – Ste Anne du Castellet – chemin du Pin Vert – vallée du Silence – Le Beausset – Centre équestre – Les Ginestes – Ste Anne d'Evenos - ▲ Col du Corps de Garde – Toulon. Le Brusç - le Mai – Fabrégas – la Seyne (**104kms / +1332m**).

<https://connect.garmin.com/modern/course/246785416>

P2 : idem que P1 sans le col de Garde. (**67 kms / +748m**)

- **Lundi 21/04/2025 : sortie club « Digestion des côtelettes »**

P1 : Toulon – piste cyclable Carqueiranne – L’Aiguade – bords du Gapeau – La Couture – chemin des Maures – Les Borrels – vallée de Sauvebonne – La Crau – La moutonne – Route du golf – La Garde – Le Mourillon. (85 kms / +535m).

<https://connect.garmin.com/modern/course/246796213>

P2 : idem que P1 sans Les Borrels. (74 kms / +385m)

- **Jeudi 24/04 :**
- **Ollioules- - le Camp – Cuge – Aubagne – les carrières – Roquefort la Bédoule – Belle fille – la Ciotat -ST -Cyr – pont-Bleu – Bandol – Sanary – la Seyne**
- **101Km /+1210m**
- https://www.komoot.fr/tour/2097113949?ref=aso&share_token=aMfsFMCteWLqmv5d4YVsoe6hLbBUDVYKSQSwgTEyqUL4DYlnqB
- **Dim 27/04 : « Les Crêtes de MATAVON »-Sortie VTT à CABASSE (22, 35, 50km pour +500m, 900m, 1250m) /Accueil : Salle des Fêtes/Stade de 7h00 à 9h30- Tarif licencié 10€, non licencié 15€-Clôture : 16h00**
- **Dim 27/04 : « La ronde des Maures » - sortie route à La Garde espace Guy Mocquet 2 (60, 90, 103, 126km pour +400, +742, +1035, +1587m / Ffct 6€, ravitaillement col des Fourches / accueil 7h30 à 9h00)Clôture 16h00**

- **Dim 27/04 : sortie club**

P1 : Toulon – La Valette – Solliès Toucas – Cuers – voie le long chemin de fer – route de l’aérodrome – route de Puget – D413 La Tuilerie – Carnoules – Pignans – Les Vidaux – Pierrefeu – La Crau – La Pauline – stade Guy Mocquet – La Garde (sud) – piste cyclable Pradet ouest – Toulon (101km / +627m)

<https://connect.garmin.com/modern/course/249955018>

P2 : Toulon – La Valette – Solliès Toucas – Cuers – voie le long chemin de fer – route de l’aérodrome – à gauche route de Puget sur 500m – château de l’Aumérade à droite – droite route des Vidaux - Pierrefeu – La Crau – La Pauline – stade Guy Mocquet – La Garde (sud) – piste cyclable Pradet ouest – Toulon (79km / +454m)

PARCOURS DU MOIS DE MAI 2025 - DEPARTS A 07H30

- **Jeudi 01/05 : Concentration de l’USC LA CRAU (Souvenir Edith René) (openrunner 7330942)**

P1 : Toulon - La Valette - La Crau - ■ Scierie Autran Vallée de Sauvebonne - Pierrefeu - Collobrières - ▲ Vaudrèches - Notre Dame des Anges - Pignans - Les Vidaux - Pierrefeu - Route de l’Aérodrome - Cuers - Solliès-Pont - La Valette - Bar des Chênes (120 km /+1424 m)

P2 : Toulon - La Valette - La Crau - ■ Scierie Autran Vallée de Sauvebonne - Les Borrels - Pas du Cerf - Pierrefeu - Route de l’aérodrome - Cuers - Solliès-Pont - La Valette - Bar des Chênes - 88 km

- **Dim 04/05 : randonnée 100 et 150km (293, avenue du stade de la Guicharde. SANARY) Accueil de 7h30 à 8h30- Ffct 6€, hors Ffct 10€- Clôture 17h**

- **Dim 04/05 : sortie club**

P1 : Ollioules – Sanary par Pierredon – Zoo de Bandol – Le Plan du Castellet – Route du Brulât – à gauche chemin de l'Olivette – Ste Anne du Castellet – ▲ cote du grand Brulât – Le Camps – Cuges les Pins – ▲ Col de l'Ange – ▲ Les Bastides – Roquefort La Bédoule - Cassis – ▲ Pas de Bellefille – La Ciotat – St Cyr (gare) – Les Vignes – Pont Bleu – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Six Fours **(100km / +1223m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/254952311>

P2 : Ollioules – Sanary par Pierredon – Zoo de Bandol – Le Plan du Castellet – Route du Brulât – à gauche chemin de l'Olivette – Ste Anne du Castellet – ▲ cote du grand Brulât – Le Camps – Cuges les Pins – ▲ Col de l'Ange – ▲ Les Bastides – ▲ Le Pas d'Ouiller – Pas de Bellefille – La Ciotat – St Cyr (gare) – Les Vignes – Pont Bleu – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Six Fours **(93km / +1122m)**

- **Jeudi 08/05 : sortie club (Victoire 1945)**

P1 : Brégaillon – Cabesto – Darty – Ollioules – Le Beausset – ▲ le Camps – Cuges – ▲ Le Grand Caunet – Le Camps – Ste Anne du Castellet – Les paluns – gare de St Cyr – Chemin des Baumelles – ▲ Le Four à Chaux – Bandol – Sanary – Le Brusac – ▲ Le Mai **(97km / +1352m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/249955018>

P2 : Brégaillon – Cabesto – Darty – Ollioules – Le Beausset – ▲ le Camps – Ste Anne du Castellet – Les Paluns - gare de St Cyr – Chemin des Baumelles – Le Four à Chaux – Bandol – Sanary – Le Brusac – ▲ Le Mai **(76km / +1060m)**

- **Sam 10/05 : « LA FARLEDE'CYCLO » Randonnée route sur 2j, Accueil de 7h00 à 9h00, Stade Jacques Astier – Tarif 130€)**

<https://www.cclafarled.fr/la-farled-cyclo-mai.html>

- **Dim 11/05 : sortie club**

P1 : La Valette – La Farlède – cote de Maraval – Pierrefeu – Collobrieres – ▲ col de Fourches – Gonfaron – Carnoules – Cuers – Solliès – La Farlède – La Valette **(120km / +1027m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/255964185>

P2 : La Valette – La Farlède – cote de Maraval – Pierrefeu – Les Vidaux – Pignans – Carnoules – Cuers – Solliès – La Farlède – La Valette **(91km / +611m)**

- **Jeudi 15/05 :**

P1 : Toulon – La Valette – Avenue 83 – Hyères par l'hôpital – route Pierrefeu – Les Borrels – La Londe – piste cyclable – port potuau – L'Almanarre – Carqueiranne – Le Pradet – Toulon **(82km / +439m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/253250873>

- **Dim 18/05 : Randonnée « Les Crêtes Varoises »-sortie route. Accueil la Londe, salle des Fêtes Yann Piat de 7h30 à 11h (58, 92, 126 km/650, 1229, 1688 m) licencié 6€, non licencié 10€- Clôture 14h.**

- **Dim 18/05 : sortie club**

P1 : La Farlède – Solliès Toucas – chemin de Guiran – Méounes – 1km à droite « les auguspins » - 100m à gauche « les auguspins » - panneau NEOULES à droite chemin des Vignaux – Néoules – D68 Rocbaron – Garéoult – Forcalqueiret – Rocbaron – ▲ col de Clapier - Puget-ville – Route de Pierrefeu – à gauche D413 Carnoules – Les Vidaux – Route de l'aérodrome – Chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède – La Valette **(109km+824m)**
<https://connect.garmin.com/modern/course/255987324>

P2 : La Farlède – Solliès Toucas – chemin de Guiran – Méounes – 1km à droite « les auguspins » - 100m à gauche « les Auguspins » - panneau NEOULES à droite chemin des Vignauts – Néoules – D68 Rocbaron – Rocbaron – ▲ col de Clapier – Cuers – Chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède – La Valette **(91km / +744m)**

- **Jeudi 22/05 :**

P1 : Six Fours – Sanary – Bandol – Plan du Castellet – Pont Bleu – St Cyr – La Ciotat – Pas de Bellefille - ▲ Pas D'Ouiller – Les Bastides – ▲ Grand Caunet – Le Camps – Le Beausset - Ollioules **(91km / +929m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/256015872>

- **Sam 24/05 : Randonnée la porte des Maures (accueil 7h – 9h. COMPLEXE SPORTIF du Pas de La GARENNE, Pierrefeu 86km / +900m ou 116km / +1700m Tarif 5€)**

- **Dim 25/05 : sortie club**

P1 : La Valette – La Farlède – cote de Maraval – Pierrefeu – Collobrieres – ▲ col de Fourches – Gonfaron – Carnoules – Cuers – Solliès – La Farlède – La Valette **(120km / +1027m)**
<https://connect.garmin.com/modern/course/255964185>

P2 : La Valette – La Farlède – cote de Maraval – Pierrefeu – Les Vidaux – Pignans – Carnoules – Cuers – Solliès – La Farlède – La Valette **(91km / +611m)**

- **Jeudi 29/05 :**

P1 : Toulon – Le Mourillon – Le Pradet – Carqueiranne – La Capte – ▲ Giens par l'Est – La Capte – L'Aiguade – Vallée de Sauvebonne – bas Pierrefeu – Cuers – chemin des Fourches – Les Daix – La Farlède – Toulon **(98kms / +486m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/248707437>

PARCOURS DU MOIS DE JUIN 2025 - DEPARTS A 07H00

- **Dim 01/06 : sortie club**

P1 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Le Camps – ▲ Col de l'Ange - Aubagne – ▲ Roquefort La Bédoule – Cassis – ▲ Pas de Bellefille – La Ciotat – à gauche direction Ceyreste – piste cyclable jusqu'à la gare de La Ciotat – St Cyr – Gare de St Cyr – Les Vignes – Pont Bleu – Plan du Castellet – Bandol – Sanary **(108km / +1204m)**

<https://connect.garmin.com/modern/course/256004289>

P2 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Le Camps – le Grand Caunet – ▲ Les Bastides – ▲ Pas D'ouiller – Pas de Bellefille – La Ciotat – à gauche direction Ceyreste – piste cyclable jusqu'à la gare de La Ciotat – St Cyr – Gare de St Cyr – Les Vignes – Pont Bleu – Plan du Castellet – Bandol – Sanary **(95km / +1023m)**

- **Jeudi 05/06 :**

P2 : Toulon – Le Mourillon – Le Pradet – La Moutonne – La recence – Hyères – Rd Point de Mauvanne – piste cyclable La Londe – Les Borrels – Vallée de Sauvebonne – Maraval – chemin de Sauvebonne – à gauche chemin de La Tour – chemin du pont neuf – à droite chemin des Ferrages – à gauche La Farlède – La Farlède – La Valette **(82km / +491m)**
<https://connect.garmin.com/modern/course/262325496>