

PARCOURS DES MOIS DE JUILLET ET AOUT 2024

DEPARTS A 07H00

- **Dim 07/07 : randonnée « St Bernard » à Flassans au stade municipal** 179 RUE JULES FERRY. (Accueil 7h-14h / parcours 70, 96, 108km pour +680, +1050, +1200m / ravitaillement / tarif 5€)

- **Dim 07/07 : sortie club**

P1 : Toulon – La Farlède – Belgentier – Méounes – Forcalqueiret – sortie à gauche vers Brignoles puis 400m à droite « rue des noyers – traverser la Départementale en face – à gauche chemin des Bousquets – Ste Anastasie (Nord) – Flassans – Pignans – Les Vidaux – Pierrefeu – La Crau – La Pauline – L’avenue 83 – La Valette (**119km / +753m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/263323650>

P2 : Toulon – La Farlède – Belgentier – Méounes – Forcalqueiret – sortie à gauche vers Brignoles puis 400m à droite « rue des noyers – traverser la Départementale en face – à gauche chemin des Bousquets – Ste Anastasie (Nord) – Besse s/issole - carnoules – Les Vidaux – Pierrefeu – La Crau – La Pauline – L’avenue 83 – La Valette (**109km / +676m**)

- **Jeudi 11/07 : sortie club**

P1 : Toulon – La Rode – piste cyclable – Le Pradet – Carqueiranne – L’almanarre – bas Giens – La Capte – L’Ayguade – chemin du Gapeau – Vallée de Sauvebonne – Cote de Maraval – gare de Solliès Pont – Les Daix – La Farlède (**81km / +354m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/280118853>

- **Dim 14/07 : sortie club**

P1 : La Valette – La Farlede – Sollies Toucas – chemin de Guiran – Méounes – Fioussac - La Roquebrussanne – ▲Cote du St Julien – Mazaugues – ▲Cote de Mazaugue – La Roquebrussanne – Fioussac – Belgentier – chemin de Guiran – La Farlede (**104km / +926m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/263341030>

P2 : La Valette – La Farlede – Sollies Toucas – chemin de Guiran – Méounes – Fioussac - La Roquebrussanne – Fioussac – Belgentier – chemin de Guiran – La Farlede (**90km / +656m**)

- **Jeudi 18/07 : sortie club**

P1 : Six-Fours – Le Brusac par piste cyclable intérieur – Le Brusac – Sanary – Bandol – ▲Fours à Chaux – La Madrague – plage St Cyr – St Cyr centre – route de La Cadiere – à gauche chemin de la Verdelaie – puis à droite direction chemin St Antoine – gauche chemin des Salettes puis de suite à droite chemin de l’Audiarde – Les Paluns – Ste Anne du Castellet – vallée du silence – Le Beausset – Ollioules – lycée Langevin – Botanic (**68km / +699m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/275299707>

- **Dim 21/07 : sortie club**

P1 : La Valette – La Farlède – Cuers – Gonfaron – ▲Col de Fourche – Collobrieres – Pierrefeu – Cote de Maraval – La Farlede (**120km / +1031m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/263337917>

P2 : La Valette – La Farlède – Cuers – Pignans – Les Vidaux – Pierrefeu – Cote de Maraval – La Farlede (**92km / +602m**)

- **Jeudi 25/07 :**

P1 : Toulon – La Farlède – Cuers – ▲ col du Clapier – Puget – Pierrefeu – La Crau – La Pauline – Guy Mocquet – piste cyclable à l'entrée du Pradet – Toulon (**88km / +732m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/280130082>

- **Dim 28/07 : sortie club**

P1 : Ollioules – Pierredon – pont d'Aran – Le Plan du Castellet – Pont Bleu – St Cyr – La Ciotat – ▲ Crêtes de Cassis – Cassis – Roquefort la Bédoule – ▲ Les Bastides – ▲ Le Grand Caunet – le Camps – Le Beausset – Ollioules (**105km / +1364m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/263977063>

P2 : Ollioules – Pierredon – pont d'Aran – Le Plan du Castellet – Pont Bleu – St Cyr – La Ciotat – ▲ Pas D'Ouiller – Les Bastides – ▲ Le Grand Caunet – le Camps – Le Beausset – Ollioules (**92km / +992m**)

- **Jeudi 01/08 : sortie club**

P1 : Toulon – La Farlede – La Crau – Vallée de Sauvebonne – Les Borrels – La Londe – L'Ayguade – piste de l'aéroport – derrière gare de Hyeres – La Resence – Hopital de Hyeres – chemin Long – Avenue 83 – à droite Leroy Merlin – ▲ Bar de Chênes (**85km / +523m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/280121748>

- **Dim 04/08 : sortie club**

P1 : Toulon - La Rode – route du Cap Brun – Le Pradet – route du sel – route de La Madrague – à gauche chemin des Barques – ▲ Giens – route de la capte – L'ayguade – La Londe – vers port de Miramar – route de Léoube – ▲ Pas de la Griotte – à droite chemin des Berles – à droite puis gauche après le pont route de la Favriere – Le Lavandou – montée route des Lavandières – Bormes – piste cyclable – La Londe – Hyères – La Moutonne – chemin du golf – La Garde – piste cyclable – Toulon (**120km / +829m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/274643204>

P2 : Toulon - La Rode – route du Cap Brun – Le Pradet – route du sel – route de La Madrague – à gauche chemin des Barques – ▲ Giens – route de la capte – L'ayguade – La Londe – vers port de Miramar – route de Léoube – à gauche route du Caroubier – La Londe – Hyères – La Moutonne – chemin du golf – La Garde – piste cyclable – Toulon (**99km / +539m**)

- **Jeudi 08/08 : randonnée « Col de Babaou » - Accueil au col entre 8h-12h - gratuit**

- **Jeudi 08/08 : sortie club**

P1 : Toulon – La Rode – La Valette – Darty – Avenue 83 – au niveau de « POINT P » à droite chemin de Barbaroux – à gauche vers la Moutonne – La Moutonne – route de l'aéroport – L'ayguade – chemin du Gapeau – à droite vers La Londe sur 400m puis à gauche chemin des Maures – Les Borrels – route de Pierrefeu – Les Martins – cote de Maraval – La Farlede – La Valette (**82km / +512m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/275308296>

- **Dim 11/08 : sortie club**

P1 : La Valette – La Farlede – Les Daix – chemin des Fourches – route de l'aérodrome – Carnoules – Besses – Meounes – ▲ col de la Bataillere – ▲ Mur de Signes – Paul Ricard Est – Le Beausset – Ollioules (**114km / +893m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/275591570>

P2 : La Valette – La Farlede – Les Daix – chemin des Fourches – route de l'aérodrome – Carnoules – Besse – Meounes – Sollies – La Farlède (**107km / +650m**)

- **Jeudi 15/08 : concentration estivale aux Borrels (mairie) - gratuit**

- **Jeudi 15/08 : sortie club**

P1 : Le Mourillon – Cap Brun – Pont de Suve – Le Pradet – à gauche route de La Garde – à droite chemin muletier de la Foux (GRAVEL !) – à gauche vers La Garde puis à droite route du golf – La Moutonne – Hyères – route de l'aéroport – chemin du Gapeau – à gauche chemin du père éternel puis à gauche chemin des 4 vents – à droite vers Hyères – Hyères – La Crau – cote de Maraval – route vers Sollies – à gauche chemin de La Tour – La Farlède – Toulon (**85km / +432m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/274659938>

- **Dim 18/08 : sortie club**

P1 : Brégaillon – route vers Ollioules – à droite route de Faveyrolles – Les Routes – ▲ Le Faron – La Valette – ▲ Bar des Chênes – ▲ Le Revest – ▲ Col du Corps de Garde – Ste Anne d'Evenos – Ollioules – Sanary – Le Brusca – ▲ Le Mai – Fabregas (**86km / +1715m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/275548075>

P2 : Brégaillon – route vers Ollioules – à droite route de Faveyrolles – Les Routes – ▲ Le Faron – La Valette – ▲ Bar des Chênes – ▲ Le Revest – ▲ Col du Corps de Garde – Ste Anne d'Evenos – Ollioules – Sanary – Six-Fours (**76km / +1497m**)

- **Jeudi 22/08 : sortie club**

P1 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Circuit Castellet entrée Est – Signes – vallée de Montrieux – Belgentier – chemin de Guiran – La Farlède – Bar des Chênes (**79km / +774m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/280132668>

- **Dim 25/08 : concentration Puget Ville 7h30-11h30 / RDV boulodrome / gratuit**

- **Dim 25/08 : sortie club**

P1 : Toulon – La Farlède – Meounes – Forcalqueiret – Rocbaron – ▲ Col du Clapier – Puget Ville – Pierrefeu – ▲ Col du Gambet – La Londe – Hyères – La Recence – La Moutonne – Le Pradet - Toulon (**120km / +852m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/263985706>

P2 : Toulon – La Farlède – Meounes – Forcalqueiret – Rocbaron – ▲ Col du Clapier – Puget Ville – Pierrefeu – La Crau – La Moutonne – Le Pradet - Toulon (**103km / +739m**)

- **Jeudi 29/08 : sortie club**

P1 : La Valette – à La Bigue à gauche « les gueules cassées » - moulin du Partegal – La Farlede – les Daix – Sollies pont – à droite cote de Maraval – Pierrefeu bas à gauche – Route des Vidaux – au début à gauche chemin de Clouachière – puis retour vers route de l'aérodrome – Cuers centre – La Farlede – La Valette (**82km / +524m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/262314598>

PARCOURS DU MOIS DE SEPTEMBRE 2024

DEPARTS A **07H30**

- **Dim 01/09 : sortie club**

P1 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Le Camps – le Grand Caunet – ▲ Les Bastides – ▲ Pas d'Ouiller – plage La Ciotat – entrée St Cyr faire le tour du rond point pour récupérer la route pour rejoindre le chemin St Antoine – Pont Bleu – La Cadiere – Chemin de l'Argile – Bandol – Sanary – Six Fours (**93km / +1050m**)

<https://connect.garmin.com/modern/course/275599736>

P2 : Ollioules – Le Beausset – ▲ Le Camps – le Grand Caunet – Ceyreste – gare de La Ciotat – entrée St Cyr faire le tour du rond-point pour récupérer la route pour rejoindre le chemin St Antoine – Pont Bleu – La Cadiere – Chemin de l'Argile – Bandol – Sanary – Six Fours (**78km / +875m**)

- **Jeudi 05/09 : sortie club**

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 Begude – 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. (**75 kms / +1057m**).

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