

Parcours du mois de Janvier 2017
Cyclo Sport Ciotaden

Sorties janvier 2017	Départ de St Jean à 8h30	Distance / Dénivelé
Samedi 14 janvier	<p>Groupe A : La Ciotat - St Cyr – La Malissone – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Ollioules – Chateaufallon – Col du Corps de Garde – Ste Anne d’Evenos – Le Beausset – RN8 – Le Camp – Ceyreste - La Ciotat .</p> <p>Groupe B: La Ciotat – St Cyr – Rond-point La Cadière – Le Beausset – les gorges d'Ollioules - Ollioules – montée du Gros Cerveau – Ollioules – Sanary – Bandol – Le Plan du Castellet – La Malissone et retour à La Ciotat :76 kms et 740 m de dénivelé.</p>	<p>82 kms / D + 1040m</p> <p>76 kms / D + 740 m</p>
Samedi 21 janvier	<p>Groupe A : La Ciotat - St Cyr – La Malissone – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Six Fours - Les Sablettes – Tamaris - La Seyne – Les gorges d’Ollioules – Le Beausset – Le Brulat - La Ciotat : 79kms et 470m de dénivelé.</p> <p>Groupe B: La Ciotat - St Cyr – La Malissone – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Ollioules – Chateaufallon – Col du Corps de Garde – Ste Anne d’Evenos – Le Beausset – Le Brulat – St Cyr – La Ciotat .</p>	<p>79 kms / D + 470 m</p> <p>75 kms / D + 780 m</p>
Samedi 28 janvier	<p>Groupe A : La Ciotat – St Cyr – Côte de La Frégate – Bandol – Sanary – Six Fours - Fabregas – Notre Dame du Mai (à l'envers) – Sanary – Chemin de l’Huide - Ancien chemin de Toulon – Le Plan du Castellet – St Côme – Les Baumelles – St Cyr – La Ciotat .</p> <p>Groupe B: La Ciotat - St Cyr – La Malissone - Route des Vignes (les Paluns) - St Anne du Castellet – Le Brulat – Rond point de La Cadière – Route de l'Argile- Le Plan du Castellet – Le Val D'Aren – Le Beausset - Le Brulat – Ste Anne du Castellet - tour des Paluns – Rond Point La Cadière – Coopérative La Cadiérienne (pour recharger les bidons) - St Côme – Don Bosco – La Madrague – Les Lecques et retour La Ciotat.</p>	<p>71 kms / D + 690 m</p> <p>63 kms / D + 840 m</p>

Les parcours du groupe C (groupe Cool) sont définis au départ de St Jean.