

CCRG La Garde

Sortie du Mois de Novembre 2018

GROUPE CYCLOSPORT

Départ 8h00 du Lavoir pour tous le mois

Mercredi 01 Novembre 2018 : <https://www.openrunner.com/r/9161064>

112Km - D+ 1353 – Parcours plutôt Facile – Prévision Horaire 8h00 – 12h00 à 28,0 Km/h

La Garde – La Farlède – Solliés-Toucas – Signes – Le Camp – Cuges Les Pins – Col de l'Ange – D1 Les Bastides – Roquefort Puis D41c Direction La Ciotat – Sommet du Pas de Bellefille - La Ciotat – St Cyr – Bandol – Ancien Chemin de Toulon – Ollioules – Route de Faveyrolles – Toulon les Moulins – Bar des Chênes –
La Garde Arrivée.

Dimanche 04 Novembre 2018 : <https://www.openrunner.com/r/9161254>

104Km – D+ 1580 - Parcours Moyennement Exigeant – Prévision Horaire 8h00- 12h00 à 26,2 Km/h

La Garde – Bar des Chênes – Corps du Col de Garde – Evenos – Ollioules – Montée du Gros Cerveau – Chemin de La Tourelle – Ancien Chemin de Toulon – Le Plan du Castelet – St Anne du Castelet – Montée du Brulât – Le Camps – Signes – Vallée du Gapeau – La Farlède - **La Garde Arrivée.**

Dimanche 11 Novembre 2018 : <https://www.openrunner.com/r/9164705>

110Km – D+ 1058 – Parcours Moyennement Exigeant – Prévision Horaires 8h00 – 12h00 à 27,5 Km/h

La Garde - La Farlède – Cuers par le chemin des Bancaous – Montée de St-Philomène – Rocbaron par le Stade – Forcalqueiret – Flassans – Gonfaron – Col des Fourches – Collobrières – Pierrefeu – Vallée de Sauvebonne – La Crau – La Pauline – **La Garde Arrivée**

Dimanche 18 Novembre 2018 : <https://www.openrunner.com/r/9164736>

106Km – D+ 1287 – Parcours Plutôt Exigeant – Prévision Horaires 8h00 – 12h00 à 26,5 Km/h

La Garde – La Pauline – La Crau (Centre) – Vallée de Sauvebonne – Pierrefeu – Les Vidaux – Pignans – Notre Dame des Anges - Sommet du Col des Fourches - Collobrières – Col du Babaou – Sommet du Gratteloup – Val Rose - La Londe – Le Golf Hôtel – Hyères Centre – La Bayorre – Le Chemin Long – **La Garde Arrivée.**

Dimanche 25 Novembre 2018 : <https://www.openrunner.com/r/9164795>

108Km – D+ 1034 – Parcours Plutôt Facile – Prévision Horaires 8h00 – 12h00 à 27,0 Km/h

La Garde – La Moutonne par le Vieux Chemin d'Hyères – Montée de Costebelle – Route du Magic World – Les Salins – Route de Léoube – Pas de la Griotte – Montée de Bormes par le Bbl des Tennis et le Chemin de la Verne – Sommet de Caguo Ven – Col du Babaou – Le Pas du cerf – La Londe Nord – Chemin de La Decelle - Vallée de Sauvebonne - Côte de Maraval – Les Daix – La Farlède – ZI de Toulon Est – **Arrivée La Garde**

PHRASE DU MOIS

« Je crois beaucoup en la chance et plus je travaille, plus la chance me sourit »