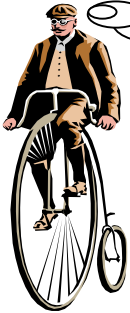


# SANARY CYCLO SPORTS



## MODIFICATIONS DES HORAIRES DES SORTIES

JUIN 2009



### Horaires des sorties routes du mois

|                          | Lieu                   | Heures |
|--------------------------|------------------------|--------|
| Dimanche et jours fériés | Port de Sanary         | 7h30   |
| Mardi                    | Moulin de Malte Bandol | 8h     |
| Jeudi                    | Moulin de Malte Bandol | 8h     |

Entre Midi et 14h, en semaine, possibilité de sorties : Tél : OKIBIKE 06 29 57 66 93

#### LUNDI 1 JUIN 100km

Sanary, Vallée du silence, Le Camp, Cuges, Gémenos, Pont de l'Etoile, Aubagne, La Bédoule, St Cyr, Les Baumelles, Sanary.

#### MARDI 2 JUIN 90km – Déniv : 1200m

Bandol, Le Plan, Le Castellet, Vallée du Silence, Le Camp, Riboux, Cuges, retour Le Grand Caunet, Ceyreste, Bandol.

#### JEUDI 4 JUIN 85km – Déniv : 785m

Bandol, Le Lançon, Var Matin, Toulon, Le Revest, La Valette, La Crau, Pierrefeu, Cuers par les vignes, La Farlède, La Valette, Bandol.

#### DIMANCHE 7 JUIN 90km

Sanary, Ollioules, Le Beausset, Le Camp, Montée Siou Blanc, Solliès Toucas, La Valette, Les Favières, Ollioules, Sanary.

#### MARDI 9 JUIN 90km

Bandol, Saint Cyr, La Ciotat, Route des Crêtes, Cassis, Roquefort, Grand Caunet, Le Camp, Tour du circuit complet direction Signes, Descente du grand Brûlat, Tour des Paluns, Bandol.

#### JEUDI 11 JUIN 83km

Bandol, Vallée du Silence, Le Beausset, Le Camp, Méounes, Vallée de Montrieux, Signes, Le Beausset, Les Gorges, Ollioules, Bandol.

#### DIMANCHE 14 JUIN 100km

Sanary, Chemin de l'Argile, la Cadière, St Cyr, La Ciotat, Cassis, La Gineste, Luminy, retour Carpiagne, Carnoux, Le grand Caunet, le Camp, Sanary.

#### MARDI 16 JUIN 75km

Bandol, Le Plan, Chemin de l'argile, La Cadière, Chemin des Belles Pierres, Les Luquettes, Les Paluns, Le Brulat, Le Castellet, Le Beausset, Le Plan, Le Beausset vieux, Ste Anne d'Evenos, Col de Garde. Ollioules, Bandol.

#### JEUDI 18 JUIN 80km

Bandol, Le Plan, St Cyr, La Ciotat, Belle Fille, Cassis, La Bédoule, Col de l'Ange, Le Camp, Le Beausset, Le Brûlat, Le Castellet, Le Plan, Bandol.

#### DIMANCHE 21 JUIN 100km

Sanary, Var matin, Le Mourillon, Carqueiranne, Hyères, Vallée de Sauvebonne, La Crau, l'Arthémise, Ollioules, Sanary.

#### MARDI 23 JUIN 75km – Déniv : 1050m

Bandol, zoo, Ollioules, Chateavallon, Col de Garde, Ste Anne, Le Beausset, Le Camp, Grand Brûlat, Les Paluns, Le Plan, Bandol.

#### JEUDI 25 JUIN 102km

Bandol, Le Plan, Le Camp, Cuges, Gémenos, L'Espigoulier, Gémenos, Col de l'Ange, Grand Caunet, le Camp, Bandol.

#### DIMANCHE 28 JUIN 110km

Sanary, Le Plan, Le Beausset, Signes, Méounes, Garéoult, La Roquebrussanne, retour, Signes, Circuit, Le Camp, descente du Brûlat, tour des Paluns, Sanary.

#### MARDI 30 JUIN 75km

Bandol, Le Lançon, Ollioules, l'Arthémise, Montée du Coudon, Col de Garde, Le Beausset, Le Plan, Bandol.

10% de remise sur vos achats chez



sur présentation de votre licence SCS

## SORTIES LONGUES

### Départs Cave Vinicole Sanary

JEUDI 4 JUIN 130km – Déniv : 1150m

Sanary, Var Matin, Pont du Las, Toulon (par piste cyclable), Le Pradet, Carqueiranne, L'ayguade, La Londe, Brégançon, Bormes les Mimosas, Col du Babaou, Pierrefeu, La Crau, La Farlède, Les Favières, Var Matin, Sanary.

JEUDI 11 JUIN 135km

Bandol, Le Beausset, Le Camp, Signes, Méounes, La Roquebrussanne, Mazaugues, L'Espigoulier, Gémenos, Cuges, Grand Caunet, Le Camp, Bandol.

JEUDI 18 JUIN 150km

Bandol, Ollioules, Bar des Chênes, Solliés-Pont, Cuers, XD40/D12, Rocbaron, Forcalqueiret, XD12/D554, Camps la Source, Brignoles, Le Val, Bras, Tourves, Méounes, Signes, Le Beausset, Ollioules, Bandol.

JEUDI 25 JUIN 150km

Sanary, Toulon, Corniche du Mourillon, Carqueiranne, La Londe, Brégançon, Bormes, Le Rayol canadel, Col du CANADEL (269), La Môle, Col de Gratteloup (192), La Londe, Hyères, La Valette, Col des Chênes (209), Ollioules, Sanary.

## COURSES UFOLEP

1 JUIN - MIRAMAS  
6 JUIN - PERTUIS  
7 JUIN - ST CHRISTOL – L'ESPIGOULIER  
13 JUIN - GOULT  
14 JUIN – ENTRESSENS  
20 JUIN - MALLEMORT  
21 JUIN - CARQUEIRANNE – MONTFAVET  
28 JUIN - STE TULLE

## COURSES FFC

1 JUIN – DRAGUIGNAN  
7 JUIN – LA SEYNE/MER  
14 JUIN – VIDAUBAN  
20 JUIN – MONACO  
21 JUIN – LE BEAUSSET – NICE – ANTIBES  
27 JUIN - ROCBARON

**POUR TOUS RENSEIGNEMENTS &  
INSCRIPTIONS AUX COURSES FFC ET  
UFOLEP :**

**Roland TEULADE**

Port : 06 32 32 89 89

Ou [alain.aurillac@laposte.net](mailto:alain.aurillac@laposte.net)

## CYCLOSPORTIVES

6 JUIN – VENTOUX – BAUMES/VENISE  
LA LIMOUSINE  
7 JUIN – CYCL'AIGOUAL – BESSEGES  
14 JUIN – GRANITE/MT LOZERE  
CIMES DU MERCANTOUR  
27 JUIN – CLERMONT – AURILLAC  
28 JUIN – TRISTAN MAURIC

## RANDOS CYCLOTOURISTES

6 JUIN – LA CARQUEIRANNAISE  
7 JUIN – RANDONNEE DU HAUT VAR  
(Lorgues)  
13 JUIN – RANDONNEURS MONDIAUX  
(La Garde)  
20 JUIN – LA HYEROISE  
21 JUIN – RANDONNEE DU HAUT VAR  
(Salernes)  
27 JUIN – LA FARLEDE/COLMARS ALPES

## VTT

7 JUIN – LES DRAILLES DE GASPARD  
(Besse/Issole)  
14 JUIN – RANDO SECOURS POPULAIRE  
(Plan de Cuques)  
21 JUIN – RANDONNEE DU HAUT VAR  
(Salernes)  
27 JUIN – DEFI DES FONDUS DE L'UBAYE  
(Barcelonnette)

**LA SECURITE !  
TOUJOURS LA SECURITE !!!**

