



Cyclo Sport Ciotaden Parcours du mois de Décembre 2016

Sorties décembre 2016	Départ de St Jean à 8h30	Distance / Dénivelé
Samedi 3 décembre PARTICIPATION au TELETHON 2016 (voir message sur le blog)	Groupe A : La Ciotat - St Cyr – La Malissone - Rond point de La Cadière – Le Plan du Castellet – Le Val D'Aren – Ollioules - Col de Garde – Le Beausset – Le Camp – Caunet – La Ciotat. Groupe B: Groupe B: La Ciotat - St Cyr – La Malissone – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Ollioules – Chateauvallon – <u>Col du Corps de Garde</u> – Ste Anne d'Evenos – Le Beausset – Le Brulat – St Cyr – La Ciotat .	78 kms / D + 1120 m 75 kms / D + 780 m
Samedi 10 décembre	Groupe A : La Ciotat – St Cyr les Lecques – Le Beausset par la D66 (Domaine d'Ott) et D559b – Ste Anne d'Evenos – <u>Le Broussan</u> – <u>Col du Corps de Garde</u> – <u>Chateauvallon</u> – <u>Les Gorges d Ollioules</u> – Le Beausset – <u>RN8</u> – <u>Le Camp</u> – Ceyreste - La Ciotat Bédoule – Aubagne – Coulin – <u>Col de l'Ange</u> – Cuges les Pins – <u>Le Camp</u> – Tour du circuit – Le Beausset - Le Brulat – St Cyr – La Ciotat.	80kms / D + 1090m 77kms / D + 960m
Samedi 17 décembre	Groupe A : La Ciotat – Belle Fille – Cassis – Les fours à chaux – La Bédoule – Aubagne – Coulin – Col de l'Ange – Cuges les Pins – Riboux (Aller-Retour) - Le Camp – Le Beausset - Le Brulat – St Cyr – La Ciotat. Groupe B: La Ciotat – St Cyr les Lecques – La Malissone – Le plan du Castellet – Bandol – Sanary – Le Brusç – <u>Notre Dame du Mai</u> – Fabregas – Six Fours – <u>Les gorges d'Ollioules</u> – Le Beausset – Le Brulat - La Ciotat.	80kms / D + 1150m 82kms / D + 640m
Samedi 24 décembre (Il n'est pas interdit de mettre l'habit du Père Noël) 	Groupe A : La Ciotat - La Malissone – Le Plan du Castellet – Le Val d'Aren – St Anne d'Evenos - Le Beausset montée de Baro Nuecho -Carrefour de l'Arbre – Tour du circuit – (Passage devant la « péniche » - Le Camp – Le Grand Caunet - Font Blanche – La Bédoule -Le Pas d'Oullier & retour à la Ciotat. Groupe B : La Ciotat – Belle Fille – Cassis – Les fours à chaux – La Bédoule – Aubagne – Coulin – Col de l'Ange – Cuges les Pins – Riboux (Aller-Retour) - Le Camp – Le Beausset - Le Brulat – St Cyr – La Ciotat .	75 kms / D + 1030m 80 kms / D + 1150m
Samedi 31 décembre	Groupe A : La Ciotat - St Cyr – La Malissone – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – <u>Les gorges d'Ollioules</u> – Ste Anne d'Evenos – Le Beausset – Le Brulat – St Cyr – La Ciotat. 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 – La Cadière – St Côme – Don Bosco – La Madrague – Les Lecques et retour La Ciotat.	62kms / D + 390m 57 kms / D + 510 m

Samedi 31 décembre : les parcours sont raccourcis et si possible, on se retrouve tous à l'arrivée pour fêter ensemble la fin d'année en buvant le verre de l'amitié dans un lieu que nous choisirons au départ.

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