

SORTIES DES SAMEDIS ET FETES

PREMIER TRIMESTRE 2020

JANVIER

- | | | |
|--------------|---|----------------------|
| 1 | SAINT MENET | 9h.00 : 60 Km |
| Jour de l'An | Gémenos - Col de l'Ange - Roquefort - Aubagne | |
| 4 | MAGNAC | 8h.30 : 75 Km |
| | Cassis - La Ciotat - Ceyreste - Grand Caunet - Col de l'Ange | |
| 11 | LA ROSE | 8h.30 : 75 Km |
| | Les Termes - Peynier - Les Michels - Fuveau - Gréasque - Valdonne - Les Termes | |
| 18 | BOUGAINVILLE | 8h.30 : 70 Km |
| | Le Rove - Carry - Sausset et retour | |
| 25 | SAINT MENET | 8h.30 : 75 km |
| | Gémenos - St Jean de Garguier - St Estève - Roquevaire - La Destrousse - Les Boyers - Plan Redon - Auriol | |

FEVRIER

- | | | |
|----|---|---|
| 1 | MAGNAC | 8h.30 : 75 km |
| | Cassis - gare de Cassis, Les Janots - Pas de Belle Fille - Pas d'Oullier - Roquefort - Col de L'Ange - Gémenos - Saint Pierre - Aubagne | |
| 8 | LA ROSE | 8h 30 : 65 km « SORTIE OMELETTE » |
| | Les Termes - Peypin - La Destrousse - Roquevaire - Moulin de Redon | |
| 15 | SAINT MENET | 8h 30 |
| | a) Crêtes Littorales : 110 km | |
| | b) Le Camp - Le Beausset - La Cadière - Les Lecques - Cassis: 90 km | |
| 22 | BOUGAINVILLE | 8h 15 : 85 km |
| | a) Tour de l'Etang de Berre : 125 km | |
| | b) Le Rove - Le Douard - Châteauneuf les Martigues - Martigues - Sausset - Carry : 85 km | |
| 29 | a) SORTIE MIMOSAS | 8h 15 : 100 km RdV le Lavandou |
| | b) LA ROSE | 8h 15 : 80 km |
| | Les Termes - Peypin - La Destrousse - Pont de Joux - Auriol - St Zacharie et retour Aubagne | |

MARS

- | | | |
|----|--|----------------------|
| 7 | SAINT MENET | 8h.00 : |
| | a) Tour des Batelières horaire : 135 km | |
| | b) Auriol - Saint Zacharie - Petit Galibier - Trets - Peynier - Juillet - 90 km | |
| 14 | MAGNAC | 8h.00 |
| | a) Col du Corps de Garde par N.D. de Beausset-Vieux 140 km. | |
| | b) Cassis - La Ciotat - St CYR - Ste Anne - Le Camp - Cuges - Gémenos 90 km | |
| 21 | BOUGAINVILLE | 7h.45 : 85 km |
| | Vitrolles - Rognac - Velaux - Coudoux - Les 4 Termes - Equilles - Calas | |
| 28 | LA ROSE | 7h45 |
| | a) Tour de la Sainte VICTOIRE envers (horaire) : 130 km | |
| | b) Les Termes - Greasque - Fuveau - Châteauneuf le R - Beaurecueil - St Antonin - Le Cengle - Rousset - Peynier : 95 km | |

Pour les Cyclos qui peuvent se libérer en semaine - Rendez-vous :
 Les Jeudis pairs 10 heures à SAINT MENET
 Les Jeudis impairs 10 heures à LA ROSE
 retour dans l'après midi. - Il est bien entendu que ces sorties ne comptent pas pour les challenges.

SORTIES DES DIMANCHES

PREMIER TRIMESTRE 2020

JANVIER

5	LA ROSE	8h.30
12	SAINT MENET	8h.30
19	LA ROSE	8h.30
26	BOUGAINVILLE	8h.30 : 75 Km - <i>Randonnée des 3 frères à Châteauneuf Les Martigues - CP</i> Le Rove - Le Douard - Châteauneuf les M. - Martigues – et retour

FEVRIER

2	SAINT MENET	8h.30
9	LA ROSE	8h.30
16	SAINT MENET	8h.30
23	LA ROSE	8h.30

MARS

1	SAINT MENET	8h.30
8	BOUGAINVILLE	8h.30 Traces entre forts et mer - Cyclo Club Rovenain au Rove - CP
15	SAINT MENET	8h.30
22	LA ROSE	8h.30
29	BOUGAINVILLE	8h.30 Rando de la Côte Bleue – Sausset les Pins

AVRIL

5	SAINT MENET	8h.30 La Tinazzi Souvenir André Payan (Tinazzi Aubagne)
---	-------------	--