

## SORTIES DES SAMEDIS ET FERIES

PREMIER TRIMESTRE 2022

### JANVIER

- 1 **SAINT MENET** **9h 00** : 65 km  
férié Aubagne - Roquefort - Col de l'Ange - Gémenos - Aubagne
- 8 **Stade RENE MAGNAC** **8h 30** : 75 km  
Cassis - La Bedoule - Aubagne - Beaudinard - Roquevaire - La Destrousse - Les Termes
- 15 **BOUGAINVILLE** **8h 30** : 70 Km  
Le Rove - Carry - Sausset et retour
- 22 **SAINT MENET** **8h.30** : 70 km **SORTIE OMELETTE** à Valdonne  
Aubagne - Les Roquettes - La Bouilladisse - Valdonne - Peypin - Le Régage
- 29 **LA ROSE** **8h 30** : 75 Km  
Peypin - La Destrousse - Pigeonnier - Belcodene - Fuveau - Greasque - Mimet - les Termes

### FEVRIER

- 5 a) **SORTIE MIMOSAS** **7h 45** : 100 km RdV le lavandou  
b) **Stade RENE MAGNAC** **8h 30** : 85 Km  
Cassis - Gare de Cassis - Janots - La Ciotat - St Cyr et Retour
- 12 **SAINT MENET** **8h 30**  
a) **Les Crêtes Littorales** : 110km  
b) Camp, St Anne du castellet, St Cyr - Cassis : 90 km
- 19 **BOUGAINVILLE** **8h 15**  
a) **Tour de l'Etang de Berre** : 130 km  
b) Le Rove - Le Douard - Châteauneuf les Martigues - Martigues - Sausset - Carry : 85 km
- 26 **LA ROSE** **8h15**  
a) **Tour de la Ste Victoire par Trets (anti-horaire)** : 130 km  
b) Les Termes - Trets - Le Petit Galibier - Auriol : 90 km

### MARS

- 5 a) **Pointu-Auribeau-Grambois** **8h 00** : 130/115 km RdV à Peyrolles  
b) **Stade RENE MAGNAC** : 85 Km  
Cassis - Roquefort - Gd Caunet - Le Camp - Cuges - Gémenos
- 12 **SAINT MENET** **8h 00**  
a) **Batelières sportives** : 135 km  
Espigoulier - Mazaugues - La Roquebrussane - Meounes - Signes - Le Camp - Cuges - Gemenos  
b) Gémenos - Espigoulier - Saint Zacharie - Auriol : 85 km
- 19 **BOUGAINVILLE** **8h 00**  
a) **La Trevarresse** : 130 km  
b) Calas - Eguilles - Les 4 Termes - Coudoux - Roquefavou - Calas : 85 km
- 26 **LA ROSE** **7h 45**  
a) **Cengle-Régagnas** : 125 km  
b) Les Termes - St Savournin - Gardanne - Meyreuil - Bearecueil - Chateauneuf le Rouge - Fuveau - Gréasque - Les Termes : 85 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 2022

### JANVIER

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

### FEVRIER

6	LA ROSE	8h 30
13	SAINT MENET	8h 30
20	LA ROSE	8h 30
27	SAINT MENET	8h 30

### MARS

6	LA ROSE	8h 30
13	SAINT MENET	8h 30
20	LA ROSE	8h 30
27	SAINT MENET	8h 30