

SORTIES DES SAMEDIS ET FÊTES
DEUXIEME TRIMESTRE 2024

AVRIL

- | | | | |
|--------------|---|---|----------------|
| 1 | Stade RENE MAGNAC | 7h45 | 85 km |
| <i>Férié</i> | Cassis - La Ciotat - Ceyreste - Le Camp - Cuges - Gémenos | | |
| 6 | a) Randonnée des Alpilles | 7h45 : 130 Km - Départ de Lançon | |
| | b) SAINT MENET | 7h45 | 95 km |
| | Gémenos - Espigoulier - Nans les Pins - St Zacharie - Auriol | | |
| 13 | BOUGAINVILLE | 7h45 | 160 km |
| | a) Le Peirani | | |
| | b) Calas – Eguilles – Les 4 Termes – Coudoux – Roquefavour – Calas | | : 85 km |
| 20 | LA ROSE | 7h30 | |
| | a) ESPARRON - SEILLONS- | 140 km | |
| | b) Les Termes - Peynier – Trets - Rousset - Chateauneuf Le Rouge - Fuveau - Gréasque - Les Termes: | | 85 |
| 27 | a) Grand Lubéron (départ Pertuis) | 7H30 | 135 km |
| | b) Stade RENE MAGNAC | 7H30 | 90 km |
| | La Gineste - Roquefort - Col de l'Ange - Gémenos - Roquevaire - Peypin - Le Régage | | |

MAI

- | | | | |
|--------------|---|--|--|
| 1 | SAINT MENET | 7h30 | 90 km |
| <i>Férié</i> | Le Camp - Tour du circuit - Gd Caunet - Col de l'Ange - Gémenos | | |
| 4 | BOUGAINVILLE | 7h30 | Mini Triangle (retour par Calas) : 180/140/110 km |
| | a) Départ Bougainville : | 180 km | |
| | a') RdV à Calas 8h15 (café) | 8h30 | 140 km |
| | a'') RdV à Eguilles | 9h30 | 110 km |
| | b) Calas - Eguilles - St Cannat - Les 4 termes - Coudoux - Roquefavour - Calas – Marseille | | 90 km |
| 8 | LA ROSE | 7h30 | 90 km |
| <i>Férié</i> | Les Termes – Peypin – La Destrousse – Pont de Joux – Auriol - Espigoulier - Gémenos | | |
| 9 | Stade RENE MAGNAC | 7H30 | 90 km |
| <i>Férié</i> | Cassis – Gare de Cassis – Les Janots - La Ciotat – St Cyr – St Anne – Le Camp – Cuges – Gemenos | | |
| 11 | SAINT MENET | 7h30 | |
| | a) Siou Blanc | | 140 km |
| | b) Le Camp - Le Beausset - La Cadière - Les Lecques – Cassis | | : 90 km |
| 18 | BOUGAINVILLE | 7h15 | |
| | a) Séjour itinérant Ongles/Apt : | 125-110-110 km - Organisation Paulo | |
| | b) Calas - Eguilles - Rognes - Lambesc - 4 termes - Coudoux – Calas | | : 100 km |
| 20 | LA ROSE | 7h15 | 90 km |
| <i>Férié</i> | Les Termes - Trets - Le Petit Galibier – Auriol | | |
| 25 | Stade RENE MAGNAC | 7h15 | |
| | a) ND du Mai | | 150 km |
| | b) Cassis - La Ciotat - Les Lecques - Brûlat (village) – Castellet Médiéval - Beausset - Le Camp | | : 100 km |

JUIN

- | | | | |
|----|---|---|---------------|
| 1 | SAINT MENET | 7h15 | |
| | a) Gareoult : | 160 km (140 km en partant de St Menet) | |
| | b) Aubagne – Cuges – Le Camp - Tour du circuit - Gd Caunet – Les Bastides - Aubagne | | 95 km |
| 8 | BOUGAINVILLE | 7h00 | |
| | a) Rattrapage sortie ratée | | |
| | b) A définir | | |
| 13 | Séjour en étoile dans le Trièves (du 13 au 16) : 105-110-95-55 km | | |
| | <i>Organisation Paulo</i> | | |
| 15 | LA ROSE | 7h00 | 100 km |
| | Les Termes - La Pomme - Peynier - Rousset - Puylobier - Pourrières - Trets - Peynier - Les Termes | | |
| 22 | Stade RENE MAGNAC | 7h00 | |
| | Cassis - La Ciotat - Les Lecques - Brûlat (village) – Castellet Médiéval - Beausset - Le Camp : 100 km | | |
| 29 | SAINT MENET | 7h00 | 95 km |
| | Gémenos - St Zacharie - Nans les Pins - Espigoulier | | |

Séjours : - du 18 au 20 mai séjour itinérant Ongles/Apt 125-110-110 km - du 13 au 16 juin séjour en étoile dans le Trièves 105-110-95-55 km
--

**SORTIES DES DIMANCHES
DEUXIEME TRIMESTRE 2024**

AVRIL

7	LA ROSE	8h00
14	SAINT MENET	8h00
21	LA ROSE	8h00
28	SAINT MENET	8h00

MAI

5	LA ROSE	8h00
12	SAINT MENET	8h00
19	LA ROSE	8h00
26	SAINT MENET	8h00

JUIN

2	LA ROSE	8h00
9	SAINT MENET	8h00
16	LA ROSE	8h00
23	SAINT MENET	8h00
30	LA ROSE	

Pour ceux qui peuvent se libérer en semaine - Rendez-vous :

- Les Jeudi pairs 10 heures à SAINT MENET
- Les Jeudi impairs 10 heures à LA ROSE

Retour dans l'après midi - Il est bien entendu que ces sorties ne comptent pas pour les challenges.