

Sorties Mai 2018	Départ de St Jean à 8h30 (à partir du 15 mai, départ à 8h)	Distance / Dénivelé
Samedi 5 mai	<p>Groupe A : La Ciotat - St Cyr – La Malissone – Le Plan du Castellet – Bandol – Sanary – Ollioules – Chateaufallon – Col du Corps de Garde – Ste Anne d’Evenos – Le Beausset – RN8 – Le Camp – Ceyreste - La Ciotat .</p> <p>Groupe B: Ciotat – St Cyr – Rond-point La Cadière – Le Beausset – les gorges d'Ollioules - Ollioules – montée du Gros Cerveau – Ollioules – Sanary – Bandol – Le Plan du Castellet – La Malissone - La Ciotat. 76 kms et 740 m de dénivelé.</p>	<p>82kms et 1040m de dénivelé</p> <p>76 kms et 740 m de dénivelé.</p>
Samedi 12 mai	<p>Groupe A : La Ciotat – <u>Le Beausset</u> – Signes – Le Gapeau – Belgentier – Sollies-Toucas – Les Morières – Siou Blanc – D2 – Le Camp – Caunet – Ceyreste – La Ciotat.</p> <p>Groupe B: La Ciotat – Ceyreste – <u>Caunet</u> – Le Camp – Signes – Le Gapeau – Belgentier – Sollies-Toucas – Les Morières – Siou Blanc – D2 – Le Camp – Caunet – Ceyreste – La Ciotat. Possibilité de partir d'en haut de Caunet.</p>	<p>110 kms et 1390 m de dénivelé</p> <p>100kms et 1360m de dénivelé.</p>
Samedi 19 mai	<p>Groupe A : Caunet- Gémenos – Espigoulier – Auriol – St Zacharie – Plan d'Aups – Espigoulier – Gémenos – Col de l'Ange – La Ciotat.</p> <p>Groupe B : La Ciotat – Belle Fille – Cassis – Les fours à chaux – La Bédoule – Aubagne – Coulin – Col de l’Ange – Cuges les Pins – Le Camp – Tour du circuit – Le Beausset - Le Brulat – St Cyr – La Ciotat.</p>	<p>77kms et 960m de dénivelé.</p>
Samedi 26 mai	<p>Groupe A : La Ciotat – Ceyreste – <u>Caunet</u> – Le Camp – Signes – <u>La Batelière</u> – Méounes – Garéoult - Les Lacs – La Roquebrussane – Méounes - Le Gapeau - (ou la Batelière) – <u>Côte de Signes</u> - Le Camp – Ceyreste – La Ciotat .</p> <p>Groupe B : La Ciotat – Ceyreste – <u>Caunet</u> – Font Blanche – Col de l’Ange – Gemenos – L’Espigoulier – La Coutronne – Auriol – Roquevaire – Pont de l’Etoile – Gemenos – <u>Col de l’Ange</u> – <u>Font Blanche</u> - Ceyreste – La Ciotat .</p>	<p>96kms et 950m de dénivelé.</p> <p>80kms et 1350m de dénivelé</p>

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