







## V3C Programme Route été 2019





Cat	Date	Heure de départ	Image	lieu	Circuit 1				Circuit 2						
					N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps	étapes	
Juin	Route	samedi 15 juin 2019	6h00		Grande Sortie Les Gorges de l'Ardèche	Grande sortie à la journée dans l'Ardèche									
	Route	dimanche 16 juin 2019	7h30		La Trannoy présidentielle + Charleval	91	84	924	4:41	Calas - St Pons - Eguilles - Les 4 Termes - Pélissanne Aurons - Vernègues - Cazan - Charleval - Lambesc Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas	1009	78	765	4:15	Calas - St Pons - Eguilles - Les 4 Termes - Pélissanne Aurons - Vernègues - Cazan - Lambesc - Les 4 Termes Coudoux - St Pons - Calas
	Route	dimanche 23 juin 2019	7h30		Le Grand Sambuc	940	85	873	4h38	Calas - Pont de Arc - Aix - Vauvenargues - Gd Sambuc Jouques - Peyrolles - Meyrargues - Venelles - Aix Pont de Arc - Calas	941	73	659	3h54	Calas - Pont de Arc - Aix - Le Tholonet - St Antonin Puylobier - Pied Cengle - Châteauneuf le Rouge Le Canet - Meyreuil - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas
	Route VTT	samedi 29 juin 2019	8h00		Le Sanglier du Jabron										
	Route	dimanche 30 juin 2019	7h30		Le Juillet + St antonin	722	85	1029	4h49	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Mimet - St Savournin Cadolive - Valdonne - La Pomme - Peynier - Trets Puylobier - St Antonin - Beaurecueil - Pont Bayeux Meyreuil - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas	824	71	629	3h45	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Mimet - St Savournin Cadolive - Valdonne - La Pomme - Peynier - Trets La Barque - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas
Juillet	Route	dimanche 7 juillet 2019	7h30		Petit Galibier	326	85	787	4h36	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Gréasque - Valdonne La Bouilladisse - La Destrousse - Auriol - St Zacharie Trets - La Barque - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas	511	72	650	3h51	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Gréasque - Valdonne La Pomme - Peynier - Rousset - Le Canet - Meyreuil Gardanne - Bouc Bel Air - Calas
	Route	dimanche 14 juillet 2019	7h30		Charleval	424	82	875	4h32	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Charleval - La Roque - Pt Cadenet - St Estève Rognes - Eguilles - St Pons - Calas	928	64	611	3h27	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Caire Val - Rognes - Eguilles - St Pons - Calas
	Route	dimanche 21 juillet 2019	7h30		Tour Ste Victoire	163	85	824	4h35	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque Châteauneuf le Rouge - Pied Cengle - Puylobier Pourrières - Puits Rians - Vauvenargues - Aix Pont de Arc - Calas	704	76	622	3h58	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque Châteauneuf le Rouge - Pied Cengle - Puylobier Trets - Peynier - Les Michels - Fuveau - Gréasque Gardanne - Bouc Bel Air - Calas
	Route	dimanche 28 juillet 2019	7h30		La Côte Bleue	999	79	900	4h25	Calas - Les Pennes - Gignac - D9_N368 - La Mède Martigues - La Couronne - Sausset - Carry - D5 Aigles D9_N368 - Gignac - Les Pennes - Calas	537	65	812	3:42	Calas - Les Pennes - pas des Lanciers - Gignac Le Rove - Carry - D5 Aigles - D9_N368 - Gignac pas des Lanciers - Les Pennes - Calas

# V3C

## Programme Route été 2019

Cat	Date	Heure de départ	lieu	Circuit 1				Circuit 2						
				N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps	étapes	
Août	Route	dimanche 4 août 2019	7h30	Aurons	682	84	809	4h33	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - D572_D67 La Barben - Péliissanne - Aurons - Abbaye Ste Croix Salon D17-D22 - Péliissanne - Lançon - Les Fourches D21_D10 - La Fare - St Pons - Calas	683	76	704	4:03	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - D572_D67 La Barben - Péliissanne - Lambesc - Les 4 Termes Coudoux - Ventabren - St Pons - Calas
	Route	dimanche 11 août 2019	7h30	Le Petit Galibier par Trets	93	87	918	4:47	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque - Trets St Zacharie - Auriol - La Bouilladisse - Valdonne Gréasque - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas	991	70	549	3h39	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque - Trets Peynier - La Pomme - Valdonne - Gréasque - Gardanne Bouc Bel Air - Calas
	Route	jeudi 15 août 2019	7h30	St Estève	976	76	746	4h08	Calas - St Pons - Eguilles - Rognes - St Estève Pt Cadenet - Lambesc - Les 4 Termes - Coudoux St Pons - Calas	966	72	673	3h50	Calas - St Pons - Eguilles - Rognes - Pt Cadenet Lambesc - Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas
	Route	dimanche 18 août 2019	7h30	Le Grand Sambuc	179	85	873	4h39	Calas - Pont de Arc - Aix - Venelles - Meyrargues Peyrolles - Jouques - Gd Sambuc - Vauvenargues - Aix Pont de Arc - Calas	709	67	621	3:36	Calas - Pont de Arc - Aix - Venelles - Puyricard - Ganay Rognes - Eguilles - St Pons - Calas
	Route	dimanche 25 août 2019	7h30	Villelaure	136	88	758	4h38	Calas - St Pons - Eguilles - Rognes - Pt Cadenet Cadenet - Villelaure - Pertuis - Les Goirands St Canadet - Puyricard - Eguilles - St Pons - Calas	510	71	699	3:51	Calas - St Pons - Eguilles - Rognes - Pt Cadenet St Estève - Le Puy - Ganay - Puyricard - Eguilles St Pons - Calas
Septembre	Route	dimanche 1 septembre 2019	7h30	Tour Etang de Berre	681	95	662	4h52	Calas - Les Pennes - pas des Lanciers - Gignac N568-D48 - La Mède - Martigues - Roseron St Mitre les Remparts - St Blaise - Istres - St Chamas D21_D10 - La Fare - St Pons - Calas	707	66	618	3h33	Calas - Les Pennes - pas des Lanciers - Gignac N568-D48 - La Mède - Martigues - La Mède N568-D48 - Gignac - pas des Lanciers - Les Pennes Calas
	Club	samedi 7 septembre 2019	14h00	 Forum des associations										
	Route	dimanche 8 septembre 2019	7h30	 Eyguières (concentration)	216	94	355	4h28	Calas - St Pons - D19_D10 - Lançon - Grans N113-D569 - Eyguières - N113-D569 - Grans - Lançon D19_D10 - St Pons - Calas					
	Route	dimanche 15 septembre 2019	7h30	 Coudoux (Concentration)	424	82	875	4h32	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Charleval - La Roque - Pt Cadenet - St Estève Rognes - Eguilles - St Pons - Calas	928	64	611	3h27	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Caire Val - Rognes - Eguilles - St Pons - Calas
	Route	dimanche 22 septembre 2019	8h00	Le Pigeonnier	908	70	897	4h02	Calas - Bouc Bel Air - La Malle - Simiane - Mimet St Savournin - Cadolive - Valdonne - La Bouilladisse Le Pigeonnier - Belcodène - Fuveau Châteauneuf le Rouge - Le Canet - Gardanne Bouc Bel Air - Calas	909	67	809	3h48	Calas - Bouc Bel Air - La Malle - Simiane - Mimet St Savournin - Cadolive - Valdonne - La Pomme Belcodène - Fuveau - Châteauneuf le Rouge Le Canet - Gardanne - Bouc Bel Air - Cala
	Club	samedi 28 septembre 2019	12h00	 Journée festive										
	Route	dimanche 29 septembre 2019	8h00	Le Cengle	910	82	694	4h18	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque Châteauneuf le Rouge - Pied Cengle - St Antonin Puylobier - Trets - La Barque - Gardanne Bouc Bel Air - Calas	471	72	459	3:38	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque Châteauneuf le Rouge - Pied Cengle - Puylobier Trets - La Barque - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas






## V3C Programme Route été 2019

	Cat	Date	Heure de départ	lieu	Circuit 1					Circuit 2				
					N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps	étapes
Octobre	Route	samedi 5 octobre 2019	6h00		<i>Grande Sortie dans le Haut Var - Des circuits pour tous</i>									
	Route	dimanche 6 octobre 2019	8h00		Eguilles (Concentration)	252	80	451	4h02	Calas - St Pons - Eguilles - Les 4 Termes - Pélissanne Lançon - Cornillon - St Chamas - D21_D10 - La Fare St Pons - Calas				
	Route	dimanche 13 octobre 2019	8h00		Le Puy (Concentration)	735	73	800	4:03	Calas - St Pons - Eguilles - St Cannat - Rognes - Le Puy St Canadet - Puyricard - Eguilles - St Pons - Calas				
	Club	samedi 19 octobre 2019	17h30		Foyer Rural									

## V3C Programme Route été 2019

Cat	Date	Heure de départ		lieu	Circuit 1					Circuit 2				
					N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps	étapes

### Légende

Image	Signification
	Concentration organisée par un club de la région et qui est au calendrier FFCT. En général, on part de Calas, et on fait un parcours qui passe par le lieu de la concentration.
	Le départ se fait de Calas en voiture où on rejoint le point de départ (soit une randonnée FFCT organisée par un club de la région ou une sortie déportée organisée par V3C) Dans les 2 cas, le retour est prévu pour le déjeuner.
	Grande sortie à la journée (généralement le samedi). Le départ se fait de Calas en voiture le matin et le retour est prévu pour le soir avec un repas au restaurant le midi.
	Réunion de fonctionnement ou assemblée générale
	Séjour avec les familles où sont mixées activités cyclo et tourisme (organisé sur plusieurs jours en résidence ou hôtel)