





V3C Programme Printemps 2020

	Cat	Date	Heure de départ	lieu	Circuit 1				Circuit 2				
					N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps
Février	Route	dimanche 2 février 2020	9h00	l'Oursinade	463	57	728	3:15	Calas - Les Pennes - Gignac - D9_N368 - D5 Aigles Carry - D5 Aigles - D9_N368 - Gignac - Les Pennes Calas				
	Route	dimanche 9 février 2020	9h00	Les Michels	798	65	439	3h18	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Gréasque - Fuveau Les Michels - Peynier - Trets - La Barque - Gardanne Bouc Bel Air - Calas				
	Route	dimanche 16 février 2020	9h00	Les Fourches	132	58	515	3h05	Calas - St Pons - La Fare - D21_D10 - Les Fourches Lançon - Bonsoy - D19-Sibourg - D19_D10 - St Pons Calas				
	Route	dimanche 23 février 2020	9h00	Belcodène	1016	61	624	3h19	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Gréasque - Fuveau Belcodène - La Pomme - Valdonne - Gréasque Gardanne - Bouc Bel Air - Calas				
	Club	samedi 29 février 2020	17h30	 Foyer Rural	Réunion Annulée Réunion de fonctionnement								
Mars	Route	dimanche 1 mars 2020	8h30	Caire Val	684	65	742	3h39	Calas - Cote de Ventabren - Ventabren - Coudoux Les 4 Termes - Iambesc- Caire Val - Rognes - Eguilles St Pons - Calas				
	Route	dimanche 8 mars 2020	8h30	Le Régage	984	61	779	3h31	303	52	585	2h55	Calas - Cabriès - Simiane - Mimet - St Savournin Cadolive - Les Termes - Peypine - Valdonne - Gréasque Gardanne - Bouc Bel Air - Calas
	Club	samedi 14 mars 2020	12h00	 Foyer Rural	Journée festive				pour fêter le printemps des cyclistes				
	Route	dimanche 15 mars 2020	8h30	Saint Antonin	1000	68	806	3h49	Calas - Bouc Bel Air - Luynes - Meyreuil - Pont Bayeux Beaurecueil - St Antonin - Pied Cengle - Rousset Le Canet - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas				
	Route	dimanche 22 mars 2020	8h30	La Cride	632	66	680	3h38	Calas - Pont de Arc - Aix - Venelles - St Canadet Le Puy - Ganay - Puyricard - Eguilles - St Pons - Calas				
	Route	29/03/2020 (Chgt d'heure) 	8h30	 Concentration Velaux (C)	1018	72	565	3:45	Calas - St Pons - Velaux - Berre - D21_D10 Les Fourches - Lançon - Bonsoy - D19-Sibourg D19_D10 - St Pons - Calas				

V3C Programme Printemps 2020

Cat	Date	Heure de départ		lieu	Circuit 1					Circuit 2					
					N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps	étapes	
Avril	Route	dimanche 5 avril 2020	8h00		Le Juillet	300	75	791	4h04	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Le Canet Châteauneuf le Rouge - Pied Cengle - Rousset Peynier - Belcodène - La Pomme - Valdonne - Cadolive St Savournin - Mimet - Simiane - Cabriès.					
	Route	dimanche 12 avril 2020	7h30		Rando VTT	Présence souhaitée de tous les adhérents V3C									
	Route	lundi 13 avril 2020	8h00		Charleval	168	78	802	4h14	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Charleval - La Roque - Pt Cadenet - Rognes - Eguilles St Pons - Calas					
	Route	dimanche 19 avril 2020	8h00		Plan de Cuques (C)	617	70	874	4h00	Calas - Cabriès - Simiane - Mimet - St Savournin Cadolive - Les Termes - Logis neuf - Allauch Logis neuf - Les Termes - Cadolive - St Savournin Mimet - Simiane - Cabriès - Calas					
	Route	dimanche 26 avril 2020	8h00		Villelaure (C)	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

V3C Programme Printemps 2020

Cat	Date	Heure de départ	lieu	Circuit 1					Circuit 2				
				N°	Kms	deniv	temps	étapes	N°	Kms	deniv	temps	étapes
Route	vendredi 1 mai 2020	7h30	Saint Antonin	1008	76	684	4h04	Calas - Pont de Arc - Palette - Le Tholonet - St Antonin Puylobrier - Pied Cengle - Rousset - Les Michels Fuveau - Gréasque - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas					
Route	samedi 2 mai 2020	6h30	 Grande sortie - Eyguières	<i>Sortie organisée par le club d'Eyguières dans les Alpilles</i>									
Route	dimanche 3 mai 2020	7h30	Val de Cuech	800	88	772	4:39	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Pélissanne - Salon - D16_D22 - Vernègues - La Barben - D572_D67 - Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas	987	66	490	3:24	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Pélissanne - La Barben - D572_D67 - Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas
Route	vendredi 8 mai 2020	7h30	 Alleins (C)	1019	90	828	4h42	Calas - St Pons - Eguilles - Rognes - Lambesc - Cazan Malmort13 - Alleins - Aurons - Pélissanne Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas					
Route	dimanche 10 mai 2020	7h30	 Istres (C)	356	94	531	4h39	Calas - Les Pennes - Gignac - D9_N368 - La Mède Martigues - Istres - St Chamas - D21_D10 - La Fare St Pons - Calas	746	66	650	3h35	Calas - Les Pennes - pas des Lanciers - Gignac N568-D48 - La Mède - Martigues - La Mède N568-D48 - Gignac - pas des Lanciers - Les Pennes Calas
Club	jeudi 14 mai 2020	18h30	 Foyer rural	Réunion de fonctionnement			Préparation séjour en Ariège (18h30 - 21h00) avec pizzas						
Route	dimanche 17 mai 2020	7h00	Espigoulier	920	98	1180	5h33	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - Gréasque - Valdonne - La Bouilladisse - La Destrousse - Roquevaire - Pont Etoile - Gémenos - Espigoulier - Auriol - La Destrousse - La Bouilladisse - Valdonne - Gréasque - Gardanne - Bouc Bel Air - Calas	921	62	816	3h34	Gréasque - Valdonne - La Bouilladisse - La Destrousse - Roquevaire - Pont Etoile - Gémenos - Espigoulier - Auriol - La Destrousse - La Bouilladisse - Valdonne - Gréasque
Route	dimanche 17 mai 2020	7h30	Cornillon	252	80	451	4h02	Calas - St Pons - Eguilles - Les 4 Termes - Pélissanne - Lançon - Cornillon - St Chamas - D21_D10 - La Fare - St Pons - Calas					
Route	jeudi 21 mai 2020	7h30	 Souvenir Fillon - Roquefavour © Excelsior	420	84	787	4h32	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Cazan - Malmort13 - Alleins - Aurons - Pélissanne - Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas	754	73	592	3h49	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Lambesc Pélissanne - Lançon - Bonsoy - D19_D10 - St Pons Calas
Route VTT	samedi 23 mai 2020	6h00	 Grande Sortie commune Route VTT	<i>Les Maures</i>									
Route	dimanche 24 mai 2020	7h30	Cornillon	252	80	451	4h02	Calas - St Pons - Eguilles - Les 4 Termes - Pélissanne - Lançon - Cornillon - St Chamas - D21_D10 - La Fare - St Pons - Calas					
Route	samedi 30 mai 2020	6h30	 Grande sortie - Excelsior	<i>Sortie organisée par le club Excelsior dans le Haut Var</i>									

Mai


V3C Programme Printemps 2020

	Cat	Date	Heure de départ	Image	lieu	Circuit 1				Circuit 2		
						N°	Kms	deniv	temps		étapes	
	Route	dimanche 31 mai 2020	7h30		Vernègues	689	85	823	4h34	Calas - St Pons - Coudoux - Les 4 Termes - Péliissanne - La Barben - Vernègues - Aurons - Péliissanne - Lançon - Bonsoy - D19-Sibourg - D19_D10 - St Pons - Calas		
Juin	Route VTT	du Samedi 6 Juin au Samedi 13 Juin			Tarascon / Ariège	Route + VTT + Tourisme + Farniente						
	Route	dimanche 7 juin 2020	7h30		Charleval	91	84	924	04h41	Calas - St Pons - Eguilles - Les 4 Termes - Péliissanne - Aurons - Vernègues - Cazan - Charleval - Lambesc - Les 4 Termes - Coudoux - St Pons - Calas		
	Route	dimanche 14 juin 2020	7h30		Le 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 21 juin 2020	7h30		Tour Ste Victoire	163	85	824	4h35	Calas - Bouc Bel Air - Gardanne - La Barque Châteauneuf le Rouge - Pied Cengle - Puylobrier 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 - Puylobrier Trets - Peynier - Les Michels - Fuveau - Gréasque Gardanne - Bouc Bel Air - Calas
	Route	samedi 27 juin 2020	6h00		Calas-Anduze-Calas					Calas - Anduze		
	Route	dimanche 28 juin 2020	8h30				Anduze - Calas					
	Route	dimanche 28 juin 2020	7h30		La côte bleue	536	82	818	4h29	Calas - Les Pennes - Gignac - D9_N368 - D5 Aigles Carry - Sausset - La Couronne - Martigues - La Mède - D9_N368 - Gignac - Les Pennes - Calas		

V3C Programme Printemps 2020

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)