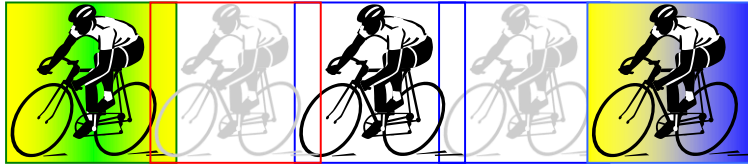


La section cyclisme du CSB vous souhaite une bonne année 2018



Les routes deviennent plus dangereuses en cette saison - Redoubler de prudence !

Programme des sorties de Janvier 2018

Sauf indication particulière, départ 9h00 : place du boulodrome de la Bouilladisse pour tout le mois

Lundi 1er : s'il reste des guerriers encore valides qui veulent attaquer l'année sans perdre de temps, ou plus simplement pour éliminer les bulles après une nuit trop courte, départ à 9h00 pour un parcours improvisé.

Dimanche 7 : rdv à partir de 8h30 pour la photo du nouvel an. Café offert par le club.

Venez nombreux !

Dimanche 7 Janvier 2018



n° 126 - Tour de Bédoule raccourci (60km) 750 m D+, Facile

La Destrousse - Beaudinard - Aubagne - Roquefort-la-Bédoule - le Pas d'Ouillier - vers Cassis - St-Jean - Roquefort-la-Bédoule par les fours à chaux - La Bédoule arrêt à la fontaine - la Rouvière - Aubagne - Beaudinard - la Destrousse - la Bouilladisse.



n° 17 - Saint-Antonin - Petit Galibier (75km) 1000 m D+, Difficile

Valdonne - Gréasque - Fuveau - Châteauneuf-le-Rouge - ☘ Bearecueil - Saint-Antonin - le Cengle ☘ - Puylobier - Pourrières - Trets - le Petit Galibier - Saint-Zacharie - Moulin de Redon - Auriol - la Bouilladisse.

Dimanche 14 Janvier 2018



n° 121 - Le Petit Galibier (60km) 750 m D+, Moyen

Le Pigeonnier - Peynier - Rousset - Puylobier - Pourrières - Trets - le Petit Galibier - Saint-Zacharie - Moulin de Redon - Auriol - la Bouilladisse.



n° 30 - Le Castellet (82km) 900 m D+, Moyen

La Destrousse - Roquevaire - St-Jean-de-Garguier - Gémenos - col de l'Ange - Cuges-les-Pins - le Camp - ☘ le tour du circuit du Castellet ☘ - le Grand Caunet - les Bastides - Roquefort-la-Bédoule - Aubagne - Beaudinard - Pont de l'Etoile - la Destrousse - la Bouilladisse.



Rappel : mercredi 17 Janvier à 18h au foyer du CSB, réunion d'information du Stage de juin en Ariège

Dimanche 21 Janvier 2018



n° 7 - Roquefort-la-Bédoule (62km) 700 m D+, Moyen

La Destrousse - Carnoux - vers Cassis - Saint-Jean - Roquefort-la-Bédoule - Roquefort - les Bastides - col de l'Ange - Gémenos centre ville, la poste - Saint-Jean-de-Garguier - Roquevaire - la Bouilladisse.



n° 15 - Le Régage - La Diote (74km) 1000 m D+, Difficile

La Destrousse - Peypin - le Régage - Pichauris - Logis-Neuf - Tour du rond-point - le Terme - Cadolive - la Diote - Gréasque - Fuveau - Direction Châteauneuf - Rousset - Trets - le Jayet - la Pomme - la Bouilladisse.



Vendredi 26 Janvier : C'est la traditionnelle galette des rois. Rendez-vous à partir de 18h30 à la salle des fêtes de la Bouilladisse, place de la mairie pour les membres de la section et leur famille. Venez nombreux !

Dimanche 28 Janvier 2018



n° 93 - Puylobier - Trets tour en vieille ville (64km) 730 m D+, Moyen

La Pomme - Peynier - Puylobier par D57 - Pourrières - **Trets, tour en vieille ville pour le fun** - le Petit Galibier - Saint-Zacharie - Moulin de Redon - la Bouilladisse.



n° 109 - Le Cengle - Pourcieux (78km) 1100 m D+, Difficile

La Pomme - Belcodène - Fuveau - Rousset - ☘ le Cengle ☘ - Puylobier - Pourrières - Pourcieux - Ollières - Saint-Maximin - Saint-Zacharie - Moulin-de-Redon - la Bouilladisse.

Note : les ☘ délimitent les portions de parcours à éviter pour ceux qui manquent d'entraînement ou de temps.

Les difficultés sont données à titre indicatif. Elles sont basées sur le niveau moyen des cyclistes du groupe.

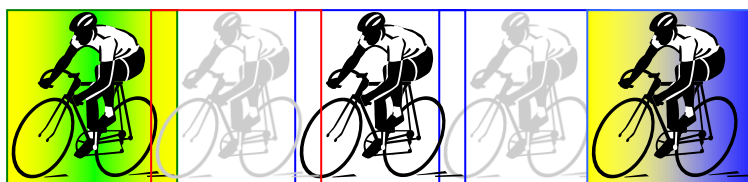
Les mercredis : RdV place du boulodrome, départ à 9h00, parcours improvisés.

NOTEZ LE : En Février les départs le dimanche et le mercredi seront à 9h00

Retrouvez toutes les infos du club sur notre site : www.labouilladissecyclisme.com



La section cyclisme du CSB vous souhaite une bonne année 2018



Programme des sorties du samedi pour Janvier 2018

Sauf indication particulière, départ 9:00 place du boulodrome de la Bouilladisse pour tout le mois

Samedi 6 Janvier 2018



n° 79 - La Route des Lapins à rebrousse poil (54 km) 500mD+, Facile

La Destrousse - Auriol - Saint-Zacharie - la Sambuc - direction Rougiers - laisser le carrefour du golf et prendre le chemin à droite 50m après le panneau "Rougiers 4 km" - Nans les Pins - la Sainte-Baume - le Plan d'Aups - la Coutronne - Auriol - la Destrousse - la Bouilladisse.

Samedi 13 Janvier 2018



n° 116 - Les fours à Chaux (57 km) 600m D+, Facile

La Destrousse - Beaudinard - Aubagne - Carnoux - vers Cassis - les Fours à Chaux - Roquefort-la-Bédoule - les Bastides - Col de l'Ange - Gémenos - Pont-de-l'Etoile - vers Lascours - Roquevaire - la Bouilladisse.

Samedi 20 Janvier 2018



n°124 - Le Grand Caunet tout seul (55 km) 600m D+, Moyen

La Destrousse - Roquevaire - Gémenos - Col de l'Ange - le Grand Caunet - demi-tour - les Bastides - la Bédoule - Aubagne - Beaudinard - Roquevaire - la Destrousse - la Bouilladisse.

Samedi 27 Janvier 2018



n° 121 - Puylobier par les champs - Trets tour en ville (55km) 600m D+, Facile

La Pomme - Peynier - Puylobier par D57 - Trets - le Petit Galibier - Saint-Zacharie - Moulin de Redon - Auriol - la Destrousse - la Bouilladisse.

Note : les 🚧 délimitent les portions de parcours à éviter pour ceux qui manquent d'entraînement ou de temps.

Les difficultés sont données à titre indicatif. Elles sont basées sur le niveau moyen des cyclistes du groupe

Les mardis et jeudis : RdV devant Weldom pour un parcours improvisé avec pause-café.

Contactez Jo ou Arthur pour l'heure de départ.

NOTEZ LE : En Février les départs le samedi seront à 9h00

Retrouvez toutes les infos du club sur notre site : www.labouilladissecyclisme.com

