



Union Cycliste et Pédestre Londaïse

Maison des Associations - Place Charles Camoin

83250 LA LONDE LES MAURES

Tél : 06 98 75 91 25

Courriel : ucplalonde@orange.fr

Site : www.ucplalonde.com



PARCOURS CYCLOS BIMESTRIELS

SEPTEMBRE 2022 – RdV : 7h35 - Départ : 7h45

Vendredi 4

La Londe- Les Salins- Giens-Carqueiranne- Le Bau Rouge- Le Pradet- La Crau-La Londe⇒ 62km

Idem jusqu'à La Crau - Les Daix-Solliès – Les Borrels- La Londe⇒ 69km

Idem jusqu'à La Crau - La Farlède -Solliès Pont- Maraval –Les Borrels – La Londe⇒ 94km

Dimanche 4

Randonnée de la Saint Joseph Vélo Club Cœur du Var

La Londe – Les Borrels - Maraval – Solliès – Cuers – La Ruol-Puget-Les Vidaux- La Londe ⇒ 62km

La Londe- Solliès- Méounes- Néoules- Garéoult -Rocbaron- Puget- Les Vidaux-Gambet-La Londe ⇒ 88km

↳ Besse- Carnoules- Les Vidaux- Gambet– La Londe ⇒92km

Mardi 6

Commission Cyclo à 17h suivi du Codir à 18h

Mercredi 7

La Londe-Gambet-Pierrefeu-BasPuget-Carnoules-Pignans-Gambet-La Londe ⇒ 63km

La Londe-Gambet-Pierrefeu-BasPuget-Carnoules-Ste Agathe-Pignans-Gambet-La Londe ⇒ 82km

La Londe-Gambet-Vidaux-Carnoules-Besse-Flassans-Peyrassol-Le Luc-Gonfaron-Pignans-
Gambet-La Londe ⇒ 94km

Vendredi 9

La Londe-Bormes- Dattier- Cavalaire-Retour ⇒ 60km

La Londe-Bormes-Canadel-les Crêtes- Gratteloup-le Babaou-Gambet-La Londe ⇒ 85 km

Samedi 10

Forum des associations

Dimanche 11

Randonnée de la Saint Brigitte Vélo Club Vidauban

La Londe-La Griotte -Le Lavandou- Le Dattier – Cavalaire – Le Lavandou-Bormes - La Londe ⇒66 km

La Londe-La Griotte–Le Lavandou-Cavalaire-RP Débarquement et retour ⇒75 km

↳ La Croix Valmer-La Mort du Luc-

Cogolin-Capelude-Taillude-Collobrières- Gambet-La Londe ⇒96 km

Mercredi 14

La Londe – Beauvais- Solliès – Cuers- Beauvais- La Portanière- Gambet – La Londe ⇒ 61km

La Londe – Maraval- Solliès- Siou Blanc- Solliès- Maraval- La Londe ⇒ 82km

La Londe- Beauvais- Solliès- Siou Blanc- Signes- Méounes- Solliès- Maraval- La Londe ⇒ 99km

16, 17 et 18 septembre : la Dromoïse

Vendredi 16

La Londe- Gambet-Les Vidaux-Pignans -Carnoules-Les Vidaux-Gambet - La Londe ⇒ 62 km

La Londe- Les Vidaux- Carnoules- Besse - Flassans- Gonfaron-Pignans-Les Vidaux- La Londe ⇒ 85km

Idem jusqu'à Besse –Flassans - Pignans- ND - Les Fourches- Collobrières- La Londe ⇒ 93km

Dimanche 18

La Londe- Giens-Carqueiranne-Col de Serre- La Crau – La Londe ⇒ 55km

La Londe- Giens-Carqueiranne-Col de Serre- La Crau – Les Daix-Cuers-Gambet-La Londe ⇒ 75km

Idem jusqu'à Cuers- La Ruol-Puget-Les Vidaux-Gambet-La Londe ⇒ 91km

Mercredi 21

La Londe – Le Lavandou – Le Dattier – Le Lavandou – La Griotte- La Londe ⇒ 58km

La Londe- Cavalaire-RP Débarquement -Le Lavandou – La Griotte- La Londe ⇒ 82km

↳ La Cx Valmer-Collebasse–Ramatuëlle - Paillas-Cx Valmer–Le Lavandou–La Londe ⇒ 96km

Vendredi 23

Sortie journée : La Londe 15461702 128 km - 955m dénivelé

La Londe, les Vidaux, Pignans, Gonfaron, Repenti, Le Luc, D17, Le Thoronet -Vidauban, Bois du Roucan, les Mayons, Gonfaron et retour La Londe.

La Londe- Collobrières- Les Fourches-Collobrières- La Londe ⇒ 66km

La Londe- Collobrières - Les Fourches– Gonfaron – Pignans-Les Vidaux- Gambet – La Londe ⇒ 92km

Dimanche 25

Randonnée La Gaspard de Besse Les Adrets

La Londe – Maraval –Solliès – Cuers- Beauvais – La Portanière- Gambet – La Londe ⇒ 61km

La Londe- Solliès- Méounes- Néoules- Rocharon- Puget- Les Vidaux- Gambet- La Londe ⇒ 87km

↳ La Roquebrussanne-Garéoult- Besse-Carnoules- Les Vidaux- La Londe ⇒ 95km

Mercredi 28

La Londe -Giens-Carqueiranne-La Moutonne-La Crau- Les Borrels-La Londe ⇒ 62km

La Londe – Gambet – Pignans – ND des anges – les Fourches -Collobrières – Babaou - Bormes-La Londe ⇒ 90km

Vendredi 30

La Londe - Gambet – Collobrières – Taillude et retour même route ⇒ 60km

La Londe - Gambet – Collobrières – Taillude – Col du Périer et retour même route ⇒ 74km

Idem jusqu'à Col du Périer–Cogolin-La Mort du Luc-Cx Valmer-Le Lavandou-La Londe ⇒ 94km

Samedi 1

Randonnée TPG La Garde :123 km 980 m et 158km et 1160 m

Dimanche 2

Concentration La Seyne (port Saint Elme à confirmer)

La Londe – Gambet – Babaou –Bormes – La Griotte - La Londe ⇒ 59km

La Londe – Gratteloup- Cogolin – Capelude – Collobrières – Gambet - La Londe ⇒ 83 km

↳ Babaou-Bormes –La Londe ⇒ 95 km

Mardi 4

Réunion du Codir à 18h

Mercredi 5

La Londe-Gambet-Les Vidaux-Pignans- Carnoules-Les Vidaux- Gambet- La Londe ⇒ 62km

La Londe-Gambet-Les Vidaux-Pignans- Gonfaron -Flassans –Carnoules-Gambet- La Londe ⇒ 84km

Vendredi 7

Sortie Journée : Départ Décalé Carnoules 154 61 477 103 km 1335 m dénivelé

Carnoules -Besse-Flassans-A gauche après A8 et à droite vers Cabasse -Carces-Cotignac-Sillant la Cascade-Salernes-Entrecasteaux-Saint ANTONIN (65 km) Pique-Nique-Le Thoronnet-Cabasse-Flassans-Besse - Carnoules

La Londe-Les Salins-Giens-Carqueiranne-Le Bau Rouge-Le Pradet- La Crau-La Londe⇒ 62km

Idem jusqu'à La Crau - Les Daix-Sollies – Les Borrels- La Londe⇒ 69km

Idem jusqu'à La Crau - La Farlède - Solliès Pont- Maraval –Les Borrels – La Londe ⇒ 77km

Dimanche 9

La Londe – Le Lavandou –Le Dattier- Le Lavandou – La Griotte- La Londe ⇒ 58km

La Londe –Maraval-La Crau-La Farlède – La Valette – Dardenne - à D direction Les Pomets Le

Broussan -Col du Corps de Garde et retour par même itinéraire ⇒87km

Mercredi 12

La Londe – La Crau – La Garde -Les Astourets – Carqueiranne – Giens – La Londe ⇒ 57km

La Londe – Gambet - Les Vidaux – Puget – Rocbaron – Cuers - Solliès-Maraval-Les Borrels-La Londe

⇒ 79km

La Londe- Gambet-Les Vidaux-Puget-Rocbaron-Forcalqueret-Garéoult-Néoules-Méounes-Maraval-Les

Borrels ⇒ 93km

Vendredi 14

La Londe – Le Lavandou – Le Dattier – Le Lavandou – La Griotte- La Londe ⇒ 58km

La Londe- Cavalaire-RP Débarquement -Le Lavandou – La Griotte- La Londe ⇒ 82km

↳ La Cx Valmer-Collebasse–Ramatuille-Paillas-Cx Valmer–Le Lavandou–La Londe ⇒ 99km

Dimanche 16

La Londe – Maraval –Solliès – Cuers- Beauvais – La Portanière- Gambet – La Londe ⇒ 61km

La Londe- Solliès- Méounes- Néoules- Rocbaron- Puget- Les Vidaux- Gambet- La Londe ⇒ 87km

↳ La Roquebrussanne-Garéoult-Besse-Carnoules- Les Vidaux- La Londe ⇒ 95km

Mercredi 19

La Londe – Bormes- Le Rayol -Le Lavandou –La Favière - La Griotte- La Londe ⇒ 53km

La Londe – Bormes- Cavalaire-RP Débarquement -Le Lavandou – La Griotte- La Londe ⇒ 78km

La Londe – Bormes - Les Crêtes-Canadel –Cogolin–Capelude-Collobrières-Gambet-La Londe ⇒ 99km

Vendredi 21

Sortie journée Départ La Londe N°143 46 699 124 km et 1489 m

La Londe -Colobrières-Cappelude-Grimaud-Port Grimaud-Le Plan de la Tour-Col du Vignon-La Moure-Bois du Roucan-Les Mayons-Gonfaron-Pignans- Les Vidaux-Gambet -La Londe

La Londe- Maraval- Solliès- Cuers- Rocbaron-Pierrefeu -Gambet–La Londe ⇒ 70 km

La Londe- Maraval- Solliès- Cuers- Rocbaron-Besse-Carnoules-Gambet–La Londe ⇒ 87 km

Idem jusq'à Besse - Flassans- Pignans-Gambet – La Londe ⇒ 95 km

Dimanche 23

La Londe – La Crau – La Garde -Les Astourets – Carqueiranne – Giens – La Londe ⇒ 57km

La Londe-Hyères- La Crau-Les Daix – Solliès – Cuers – Les Vidaux – Gambet – La Londe ⇒ 72 km

La Londe – La Crau – La Farlède –Revest-Dardene-Faron-Corniche – Retour La Londe ⇒ 76 km

Mercredi 26

La Londe- Bormes-Babaou- Gambet -La Londe ⇒ 51km

La Londe- La Griotte -Bormes-Babaou-La Portanière- Pierrefeu stade –Les Borrels-La Londe ⇒ 73km

↳ Collobrières- Vaudrèches-Fourches-Collobrières-La Londe ⇒ 87km

Vendredi 28

La Londe - Gambet – Collobrières – Taillude et retour même route ⇒ 60km

La Londe - Gambet – Collobrières – Taillude – Col du Périer et retour même route ⇒ 74km

Idem jusq'à Col du Périer–Cogolin-La Mort du Luc-Cx Valmer-Le Lavandou-La Londe ⇒ 94km

Dimanche 30

La Londe – La Crau – La Garde -Les Astourets – Carqueiranne – Giens – La Londe ⇒ 57km

La Londe-Hyères-La Garde-piste cyclable-Port St Louis -Cap Brun-Le Pradet –Carqueiranne–Giens-Les Salins-La Londe ⇒ 72 km

NOVEMBRE 2022 – RdV : 8h05 - Départ : 8h15

Mercredi 2

Commission cyclo à 17h et Codir à 18h

Mercredi 2

La londe – Maraval- Solliès – Cuers- Beauvais- La Portanière- Gambet – La Londe ⇒ 61km

La Londe – Maraval- Solliès- Siou Blanc- Solliès- Maraval- La Londe ⇒ 82km

La Londe-Maraval -Méounes – Signes -Siou Blanc-Solliès-Maraval- La Londe ⇒99km

Vendredi 4

Sortie journée Départ décale Cogolin N°110 84 171 100km - deniv1455 m

Cogolin-grimaud-Port Grimaud-Plan de la Tout-Col du Gratteloup-Vers le Muy-Tour du Rocher de Roquebrune coté sud-Roquebrune-Col de Valdingarde- Col du Gratteloup-Plan de la tour-Col du Vignon-La Garde Freinet-Cogolin.

La Londe- Giens – Carqueiranne – Col de Serre - La Crau – La Londe ⇒ 55km

La Londe- Giens- Carqueiranne- Col de Serre- La Crau – Les Daix- Cuers-Gambet – La Londe ⇒ 75km

Idem jusqu'à Cuers – Beauvais - Gambet- La Londe ⇒ 91km

Dimanche 6

La Londe – Bormes- Le Rayol -Le Lavandou –La Favière - La Griotte- La Londe ⇒ 53km

Les Borrels – La Crau- La Farlède - La Valette – Le Coudon –retour La Londe ⇒75 km

Mercredi 9

La Londe -Giens-Carqueiranne-La Moutonne-La Crau- Les Borrels-La Londe ⇒ 62km

La Londe – Gambet – Pignans – ND des anges – les Fourches -Collobrières – Babaou - Bormes-La Londe
⇒ 90km

Vendredi 11

La Londe- Bormes-Babaou- Gambet -La Londe ⇒ 51km

La Londe- La Griotte -Bormes-Babaou- Pierrefeu –Les Borrels-La Londe ⇒ 73km

↳ Collobrières- Vaudrèches-Fourches-Collobrières-La Londe ⇒ 87km
