



Union Cycliste et Pédestre Londaïse

Maison des Associations - Place Charles Camoin

83250 LA LONDE LES MAURES

Tél : 06 98 75 91 25

Courriel : ucplondaïse83@gmail.com

Site : www.ucplalonde.com



NOVEMBRE 2024 – RdV Place Camoin : 8h05 - Départ : 8h15

Vendredi 1/11

61kms ⇒ La Londe, Gambet, Cuers, Beauvais, La Portanière, Gambet, La Londe.

82kms ⇒ La Londe, Maraval, Solliès, Siou Blanc, Solliès, Maraval, La Londe.

99kms d+1030m ⇒ La Londe, Maraval, Méounes, Signes, Siou Blanc, Solliès, Maraval, La Londe.

Dimanche 3/11

⇒ **Concentration à La Garde : Club Cyclo Rand Gardeens (CCRG). Magasin "Le Cycliste"- 685 Chemin des Plantades -83130 LA GARDE. 76kms** ⇒ La Londe, les Salins, Carqueiranne, Bau Rouge, Le Pradet, La Garde, Les Goys, La Crau, La Farlède, La Londe.

55kms ⇒ La Londe, Giens, Carqueiranne, Col de Serre, La Crau, La Londe

Mardi 5/11 : Commission Cyclo 17h suivie du Comité directeur à 18h

Mercredi 6/11

51kms ⇒ La Londe, Bormes, Babaou, Gambet, La Londe.

73kms ⇒ La Londe, Bormes, Babaou, Pierrefeu, Les Borrels, La Londe.

87kms ⇒ La Londe, Bormes, Babaou, Collobrières, Vaudrèches, les Fourches, Collobrières, La Londe

Vendredi 8/11

62kms ⇒ La Londe, Gambet, Les Vidaux, Carnoules, Les Vidaux, Gambet, La Londe

85kms ⇒ La Londe, Gambet, Les Vidaux, Carnoules, Besse, Flassans, Gonfaron, Pignans, Les Vidaux, La Londe

Vendredi 8/11 : Assemblée Générale UCPL Salle PIAT

Dimanche 10/11

⇒ **Concentration à Bandol : Stade Deferrari, Corniche Bonaparte, port de BANDOL Aller et Retour. 106kms.** A l'aller La londe, piste cyclable traversée de Toulon, le port, Sanary, Bandol Le Château. Retour idem à Toulon port Marchand Le Mourillon, Cap brun, La Londe. Openrunner 20139927

53kms ⇒ La Londe, Bormes, Le Rayol, Le Lavandou, La Favière, La Griotte, La Londe.

Mercredi 13/11

55kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Rayol, Le Dattier, Le Lavandou, Bormes, La Londe.

70kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Canadel, Le Rayol, Lavandou, La Griotte, La Londe.

92kms d+1174m ⇒ La Londe, Bormes, les Crêtes, Canadel, Rayol, Cavalaire, Gassin, Croix Valmer, Lavandou, La Londe.

Vendredi 15/11

60kms ⇒ La Londe, Les Salins, Carqueiranne, Les Astourets, Carqueiranne, Les Salins.

80kms ⇒ La Londe, Les Salins, Gapeau, Les Borrels, Gambet, Babaou, Bormes, La Favière, La Griotte, La Londe.

156kms d+1611m ⇒ **Espigoulier** **Sortie journée départ La Londe. Openrunner : 10586303**

Ou 97kms ⇒ **Possibilité d'un départ décalé à Belgentier.** La Londe, Sauvebonne, Solliès Pont, Belgentier, Montrieux le Vieux, Signes, Camp du Castelet, Col de l'Ange, Géménos, **Espigoulier**, Plan d'Aups, Mazaugues, La Roquebrussanne, Méounes les Montrieux, Solliès Toucas, Les Maravals, Sauvebonne.

Dimanche 17/11

⇒ **Concentration à Cuers** : à la salle l'Oustau Per Touti. (À côté du Casino)

57kms ⇒ La Londe, Gambet, Pierrefeu, Beauvais, **Cuers** ©, et retour

82kms ⇒ La Londe, Gambet, Pierrefeu, Beauvais, **Cuers** ©, Rocbaron, Forcalqueiret, Besse, Carnoules, Vidaux, Gambet, La Londe.

Mercredi 20/11

55kms ⇒ Londe, Le Lavandou, Le Rayol, Le Dattier, Le Lavandou, Bormes, La Londe.

68kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Rayol, Cavalaire, Le Rayol, Le Lavandou, La Griotte, La Londe.

85kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Dattier, Cavalaire, Croix Valmer, Gigaro, Cavalaire, La Londe.

Vendredi 22/11

55kms ⇒ La Londe –Carqueiranne, Col de Serre, La Crau, La Londe

75kms ⇒ La Londe, Carqueiranne, Col de Serre, La Crau, Les Daix, Cuers, Gambet, La Londe.

87kms ⇒ La Londe, Carqueiranne, Col de Serre, La Crau, Les Daix, Cuers, Rocbaron, Puget, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

Dimanche 24/11

⇒ **Concentration UCPL à La Londe** Pôle Nautique au port. Parcours libre ou.

56kms ⇒ La Londe, La Griotte, Bormes, Babaou, Gambet, La Londe.

73kms ⇒ La Londe, La Griotte, Bormes, Babaou, Gambet, Les Borrels, Le Gapeau, Les Salins, La Londe

Mercredi 27/11

58kms ⇒ La Londe, La Griotte, Bormes, Babaou, Collobrières, Gambet, La Londe.

87kms ⇒ La Londe, Bormes, Babaou, Collobrières, Les Fourches, Gonfaron, Pignans, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

Vendredi 29/11

61kms ⇒ La Londe, Gambet, Carnoules, Bas Puget, Pierrefeu, La Londe.

74kms ⇒ La Londe, Gambet, Pignans, Carnoules, Bas Puget, Pierrefeu, Les Borrels, La Londe.

82kms ⇒ La Londe, Gambet, Pignans, Gonfaron, Flassans, Pignans, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

144 kms d+ 1636m ⇒ **Château Vert** **Sortie journée : Départ La Londe** **Openrunner N° 16682527**
La Londe, Carnoules, Carces, Correns, Chateauvert, Le Val, Brignoles, La Celle, Camp la source,
Folcarqueiret, Rocbaron, Puget, Gambet, La Londe.

DECEMBRE 2024 – RdV Place Camoin : 8h15 - Départ : 8h30

Dimanche 01/12

⇒ **Concentration à La Moutonne. Espace L'Estagnole**

56kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Carqueiranne, **La Moutonne** ©, Les Borrels, La Londe.

73kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Les Astourets, **La Moutonne** ©, Gambet, La Londe.

85kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Les Astourets, **La Moutonne** ©, Pierrefeu, Babaou, Gratteloup, La Londe.

Mercredi 04/12

51kms ⇒ La Londe, Bormes, Babaou, Gambet, La Londe.

62kms ⇒ La Londe, Gambet, Babaou, Bormes, La Griotte, La Londe.

76km ⇒ La Londe, Gambet, Collobrières, Col des Fourches, Collobrières, Babaou, Bormes, La Londe.

Vendredi 06/12

55kms ⇒ La Londe, Gambet, Pierrefeu, Cuers gare, Solliès, Maraval, Les Borrels, La Londe.

74kms ⇒ La Londe, Gambet, Beauvais, Cuers, Solliès, Les Daix, La Crau, La Moutonne, Giens, La Londe.

85kms ⇒ La Londe, Gambet, Beauvais, Cuers, Rocbaron, Forcalqueiret, Besses, Carnoules, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

Dimanche 08/12

⇒ **Concentration "Le Cycliste" La Garde.** Openrunner 20207916

Journée Téléthon : 5€ / personne Place Camoin (vin chaud à l'arrivée)

83kms ⇒ **d+865 m** La Londe, Les Salins, Carqueiranne, RP de la Diligence, Les Astourets, La Garde, **Magasin le Cycliste**©, Passerelle, La Valette, Le Coudon, retour La Valette, La Farlède, Maraval, La Londe.

Mercredi 11/12

57kms ⇒ La Londe, La Crau, La Garde, Les Astourets, Carqueiranne, Giens, La Londe.

79kms ⇒ La Londe, Gambet, Vidaux, Puget, Rocbaron, Cuers, Beauvais, Pierrefeu, Gambet, La Londe.

Vendredi 13/12

62kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Carqueiranne, La Moutonne, La Crau, Les Borrels, La Londe.

80kms d+1500m ⇒ **Camps du Castelet**, **Sortie journée : départ décalé Openrunner :20206049**

⇒Camps du Castelet, La Ciotat, Cassis, La Gineste, Cassis, Carnoux, Roquefort, Col de l'Ange, Cuges les Pins, Le Camp du Castelet.

Dimanche 15/12

51kms ⇒ La Londe, Gambet, Babaou, Bormes, La Londe.

88kms ⇒ La Londe, Solliès, Méounes, Néoules, Garéoult, Forcalqueiret, Rocbaron, Puget, Les Vidaux, Gambet, La Londe .

Mercredi 18/12

60kms ⇒ La Londe, La Griotte, Bormes, Babaou, Gambet, La Londe.

76kms ⇒ La Londe, Gambet, Collobrières, Col des Fourches, Babaou, Gratteloup, La Londe.

Vendredi 20/12

48kms ⇒ La Londe, Les Salins, Hyères, Le Palyvestre, Gapeau, Les Borrels, La Londe.

70kms ⇒ La Londe, Les Salins, Carqueiranne, Bau Rouge, La Crau, Les Daix, Maraval, Les Borrels, La Londe.

83kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Carqueiranne, Bau Rouge, Les Oursinières, (option) Le Pradet, La Crau, Les Daix, Cuers, Beauvais, Pierrefeu, Gambet, La Londe.

Dimanche 22/12

55kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Rayol, Le Dattier, Le Lavandou, La Londe.

66kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Dattier, Le Lavandou, Bormes, La Griotte, La Londe.

84kms ⇒ La Londe, Les Borrels, Pierrefeu, Babaou, Bormes, La Favière, Pas de La Griotte, La Londe.

JOYEUX NOEL

Mercredi 25/12 **Parcours libre.....**

Vendredi 27/12

61kms ⇒ La Londe, Gambet, Les Vidaux, Pignans, Le Lac, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

64kms ⇒ La Londe, Gambet, Les Vidaux, Carnoules, Pignans, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

84kms ⇒ La Londe, Gambet, Les Vidaux, Carnoules, Besse, Flassans, Gonfaron, Pignan, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

Dimanche 29/12

55kms ⇒ Londe, Le Lavandou, Le Rayol, Le Dattier, Le Lavandou, Bormes, La Londe.

68kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Rayol, Cavalaire, Le Rayol, Le Lavandou, La Griotte, La Londe

85kms d+1010m ⇒ La Londe, Gambet, Babaou, Gratteloup, La Môle, Canadel, bord de mer, Griotte, route du Caroubier, La Londe.

BON REVEILLON

Mercredi 01/01/2025 Parcours libre.....

Vendredi 03/01

62kms ⇒ La Londe, Les Borrels, Maraval, Solliès, Cuers, La Ruol, Puget, Les Vidaux, La Londe.

88kms ⇒ La Londe, Solliès, Méounes, Néoules, Garéoult, Forcalqueiret, Rocbaron, Puget, Les Vidaux, Gambet, La Londe.

116kms d+1279m ⇒ Presqu'île de Saint Tropez, **Sortie journée : départ La Londe Open :14341419**
La Londe, La Croix Valmer, Col de Collebasse, Plage de Saint Tropez, Cogolin, Taillelude, Cappelude, Collobrières, Gambet, La Londe.

Dimanche 05/01

⇒ **Concentration à Carqueiranne**

52kms ⇒ La Londe, Les Salins, Carqueiranne, **plage Peno** ©, La Crau, Les Borels, La Londe.

75kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Carqueiranne, **plage Peno**©, La Crau, Pierrefeu, Gambet, La Londe.

83kms ⇒ La Londe, Les Salins, Giens, Carqueiranne, **plage Peno**©, Bau Rouge, Le Pradet, La Crau, Pierrefeu, La Londe.

Mardi 07/01/2025 Commission Cyclo 17h, suivie du Comité directeur à 18h

Mercredi 08/01

51kms ⇒ La Londe, Gambet, Babaou, Bormes, La Londe.

85kms ⇒ La Londe, Bormes, Rayol, Col du Canadel, Crêtes, Caguo Ven, Babaou, La Londe.

Jeudi 09/01

Réunion Galette des rois 18h30 Salle Cassin

Vendredi 10/01

51kms ⇒ La Londe, Gambet, Babaou, Bormes, La Londe.

74kms ⇒ La Londe, La Griotte, Le Lavandou, Cavalaire, Le Lavandou, Bormes, La Londe.

85kms ⇒ La Londe, Le Lavandou, Le Dattier, Cavalaire, Gigaro, Croix Valmer, Cavalaire, La Londe.

Dimanche 12/01

⇒ **Concentration à La Farlède**

85kms ⇒ La Londe, Les Salins, Carqueiranne, La Diligence, La Garde, **La Farlède** ©, Sollies, Cuers, Beauvais, Pierrefeu, Gambet, Les Borrels, Gapeau, La Londe.