

## **Juillet 2025**

### **Jeudi 3 juillet : Vauvenargues Jouques**

**Groupe 1 et 2:** Saint-Maximin - Ollières – Avant Rians à gauche D223 Vauvenargues-D561 Jouques - Rians - Esparon-de-Pallières-Seillons- Saint- Maximin.  
Distance : 88 km Dénivelé : 1233 m

**Groupe 3:** Saint-Maximin - Ollières - Rians - Saint-Martin-de-Pallières - Seillons - Saint Maximin.  
Distance : 50,5 km Dénivelé : 562 m

### **Lundi 7 juillet : Abbaye du Thoronet-Lac de carcès**

**Groupe1:**Saint maximin-Bras-Le val-Vins-sur-Caramy-Le lac de Carces-L'abbaye du Thoronet-Carces-le Val- Bras- Saint maximin.  
Distance: 90km Dénivelé: 900m

**Groupe 2:** Saint maximin-Bras- Le Val-Vins-Le lac - Carces-Montfort- Correns-Châteauvert-Barjols-Bras- ST maximin.  
Distance: 81km Dénivelé: 755m

**Groupe3:** Saint maximin- Mazaugue-La celle -Brignoles-Vins-Le val-Bras- Stmax  
Distance:65km Dénivelé: 679m

### **Jeudi 10 juillet: Ascension du Jaillet-La Coutronne-Plan-D'Aups**

**Groupe 1et 2:** Saint Maximin-Ollières -Pourrières-Trets- Peynier-Montée du Jaillet-à gauche- Le Pigeonnier- les Boyers- Rond point d'Auriol -ascension de la Coutronne-Plan D'aups-Nans- les-Pins-Rougiers.Saint Maximin.  
Distance:88km Dénivelé : 1076m

**Groupe 2 :**Saint-Maximin - Ollières - Pourcieux - Pourrières- Trets- Peynier- Belcodène-Fuveau-retour par Peynier-Trets - Pourrières - Pourcieux -Ollières - Saint Maximin.  
Distance:77km – Dénivelé:728m

**Groupe 3 :** Saint Maximin-Ollières-Pourcieux-Pourrières-Puyloubier-direction Rousset- Trets par la piste cyclable-Pourrières- déchetteries Pourcieux-Ollières- Saint Maximin  
Distance: 62km Dénivelé: 540m

### **Lundi 14 juillet : Saint Jullien Ginasservis**

**Groupe 1 :** Saint-Maximin - Seillons - Brue-Auriac - Varages - La Verdière - Saint-Julien - Ginasservis - Rians -(Direction Ollières puis à gauche ) Artigues - Esparron-de-Pallières - Seillons Saint-Maximin.  
Distance:86 km Dénivelé : 1162 m

**Groupe 2:** Saint-Maximin - Seillons - Brue-Auriac - Varages - La Verdière - Saint-Julien- Rians - Esparron-de-Pallières - Seillons - Saint-Maximin.

Distance : 70 km Dénivelé : 972 m

**Groupe 3:** Saint-Maximin - Seillons - Brue-Auriac - Varages - Esparron-de-Pallières - Seillons - Saint Maximin.

Distance : 54 km Dénivelé : 759 m

#### **Jeudi 17 juillet : Montmeyan**

**Groupe 1 :** Saint-Maximin - Bras - Barjols -Tavernes - Montmeyan - La Verdière - Varages - Brue-Auriac (Saint- Estève) - Bras - Saint-Maximin.

Distance : 84 km Dénivelé : 960 m

**Groupe 2 :** Saint-Maximin - Bras - Barjols -Tavernes - Montmeyan - La Verdière - Varages - Brue-Auriac -Seillons - Saint-Maximin.

Distance : 75 km Dénivelé : 960 m

**Groupe 3 :** Saint-Maximin - Bras - Barjols -Tavernes - Varages - Brue-Auriac - Seillons - Saint-Maximin.

Distance : 53 km Dénivelé : 670 m

#### **Lundi 21 juillet : Forcalqueiret -**

**Groupe 1 et Groupe 2 :** Saint-Maximin - Bras - Les quatre termes - La Celle - Forcalqueiret – Sainte Anastasie sur Issole-Besse-sur-Issole -Flassans - Cabasse - Vins-sur-Caramy - Le Val - Saint-Maximin.

Distance : 89 km - Dénivelé : 929 m

**Groupe 3:** Saint-Maximin - Bras - Le Val - Vins-sur-Caramy - Brignoles - La Celle - Les Censiés - Tourves - Saint-Maximin.

Distance : 57 km – Dénivelé : 566 m

#### **Jeudi 24 juillet : Fox Amphoux**

**Groupe1:** Saint Maximin-Bras-Barjol-Direction --> Aups- Fox Amphoux-Montmeyan-La verdriere-Varage-Brue-Auriac-Bras-Saint Maximin

Distance:92km Dénivelé:1023 m

**Groupe2:** Saint Maximin-Bras-Barjols-Direction --> Aups - Fox Amphoux-Tavernes-Varage-Brue-Seillons-Saint Maximin

Distance:76km km- Dénivelé: 988m

**Groupe3:** Saint Maximin-Bras-Barjol-Tavernes- Varage-Brue-Bras-Saint Maximin

Distance: 59km -Dénivelé: 744m

#### **Lundi 28 juillet : Sillans la cascade - Cotignac**

**Groupe 1:** Saint -Maximin-Bras-Le Val-Montfort-Cotignac-Sillans-la-Cascade-Barjols-Bras-Saint Maximin.

Distance:-: 84km Dénivelé:848m

**Groupe 2:** Saint -Maximin-Bras-Le Val-Montfort-Cotignac-Brue-Auriac-Seillons-Saint Maximin.

Distance: 69km Dénivelé: 654m

**Groupe 3:** Saint -Maximin-Bras-Le Val-Chateauvert-Barjols-retour par (Bras ou Brue-Auriac)  
Saint Maximin

Distance: 63km Dénivelé: 668m

**Jedi 31 juillet : Saint Antonin par le- puits- de- Rians**

**Groupe 1 :** Saint Maximin-Ollières-Direction Rians-avant Rians à gauche D23 le puits de Rians  
Pourrières-Puyloubier-Ascension Saint Antonin-Beaurecueil-Chateauneuf Le Rouge-Rousset-Trets-  
Pourrières-Pourcieux-Ollières-Saint Maximin  
Distance : 92km Dénivelé : 1083m

**Groupe 2:** Saint Maximin-Ollières-Direction Rians-avant Rians à gauche D23 le puits de Rians  
Pourrières-Puyloubier-Ascension Saint Antonin-Retour par le Cengle-Rousset-Trets-Pourrières-  
Pourcieux-Ollières-Saint Maximin  
Distance : 84km Dénivelé : 1014m

**Groupe2 bis:** Saint Maximin-Ollières-Direction Rians-avant Rians à gauche D23 - le puits de  
Rians-Pourrières-Puyloubier-Rousset-Trets-Pourrières-Pourcieux-Ollières-Saint Maximin  
Distance : 77km Dénivelé : 788m

**Groupe 3 :** Saint-Maximin - Ollières - Pourcieux - Pourrières - Puyloubier - Rousset - (Piste  
cyclable) - Trets - Pourrières - Pourcieux - Ollières - Saint-Maximin.  
Distance: 67 km Dénivelé: 635 m