

## CALENDRIER ROUTE LOISIR MARS 2019

| Date                     | Départ        | Distance | Dénivelé         | Difficulté | Parcours                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------|---------------|----------|------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Le<br>02.03.2019<br>13 h | Salle OCHV    | 72 km    | 809 m            | *          | Le vallon Sourn par Sillans , Barjols , Corrense , Montfort , Cotignac , Entrecasteaux et Salernes                                                                                                                                    |
| Le<br>09.03.2019<br>13 h | Salle OCHV    | 70 km    | 860 m            | **         | Salernes , Entrecasteaux , St Antonin , Lorgues drte dir Carces , gauche le Thoronet , dir les camailles Pardigon , gauche Carces drte dir Montfort , drte Cotignac , Sillans et Salernes                                             |
| le<br>16 03.2019<br>13 h | Salle OCHV    | 76 km    | 627 m            | *          | Salernes , Entrecasteaux , Carcès , Montfort sur Argens , Le Val , gauche Vins Sur Caramy , le lac , Carcès , Cotignac , Entecasteaux et Salernes                                                                                     |
| Le<br>23.03.2019<br>13 h | Salle OCHV    | 64 km    | 1000 m           | ***        | Salernes , Villecroze , Tourtour , au rd point gauche Aups , la bigue , Vérignon tourtour , descente vers SPA drte dir Salernes , drte dir Villecroze , dir Salernes sortie du village gauche dir Barbebelle point p et drte salernes |
| Le<br>30 03 2019<br>13h  | Salle<br>OCHV | 63 km    | 768 M            | **         | Salernes, Villecroze, Aups ,d 60 le logis ,d32 direction tavernes , à gauche d 60 droite d 560 direction barjols ,à gauche pontevés ,retour d560 ,rognette d 13 cotignac , d 50 entrecasteaux ,salernes                               |
|                          |               |          | <b>ATTENTION</b> |            | <b>A noter dans vos agenda les 100 km de Frejus le 10 Mars base nature Fréjus la Primavera le 17 Mars 100 km départ Cabasse la rando à hyeres le 31 mars</b>                                                                          |

Moyenne sorties 20 km/h Restez groupés même dans les côtes, à l'allure du plus lent. Respectez le code de la route. 2 cyclistes max de front s'il n'y a pas de voiture qui double.

**Rappel , il est impératif , pour des raisons de sécurité , de porter un casque**

**Le Site du Club :** [www.ochv.com](http://www.ochv.com)

**Mail :** [route@ochv.com](mailto:route@ochv.com) [vtt@ochv.com](mailto:vtt@ochv.com)

Fédération Française d Cyclotourisme : <http://www.cyclotourisme83-ffct.org>

**Avertissement** : Les sorties sont organisées par le club et réservées à ses licenciés, aux licenciés FFCT de clubs amis ou voisins , et à l' accueil de futurs licenciés pendant 3 sorties consécutives , en présence d'un dirigeant du club ou d'un cadre fédéral . Pendant ces sorties , tous les autres participants présents , et le club ( en raison de leur présence ) ne sont pas assurés.