

DATE

HEURE

02/06/2026 7h30

02/06/2026 7h30

04/06/2026 7h30

04/06/2026 7h30

06/06/2026 7h30

06/06/2026 7h30

09/06/2026 7h30

09/06/2026 7h30

11/06/2026 7h30

11/06/2026 7h30

13/06/2026 7h30

13/06/2026 7h30

16/06/2026 7h30

16/06/2026 7h30

18/06/2026 7h30

18/06/2026 7h30

20/06/2026

20/06/2026 7h30

23/06/2026 7h30

23/06/2026 7h30

25/06/2026 7h30

25/06/2026 7h30

27/06/2026 7h30

27/06/2026 7h30

30/06/2026 7h30

30/06/2026 7h30

PARCOURS

DISTANCE

Tinazzi-Gémenos-L'Espigoulier-Le Plan d'Aups-La Grande Bastide-St Zac-Le Petit Galibier-Trets-Le Juillet-La Pomme-Roquevaire-Tinazzi.

88

(Parcours Bis)Tinazzi-Gémenos-L'Espigoulier-Le Plan d'Aups-La Grande Bastide-St Zac Moulin de redon Roquevaire Tinazzi.

65

Tinazzi-Roquevaire-Auriol-St Zacharie-La Sambuc-St Maximin-Rougiers-Auriol-Tinazzi.

90

(Parcours Bis)Tinazzi-Roquevaire-Auriol-St Zacharie-La Sambuc-Tour de Nans-Moulin de Redon-Roquevaire-Tinazzi

67

Tinazzi-Le Charel-Carnoux-Cassis-Les Fours à Chaux- La Bédoule-Le Pas d'Oullier-La Ciotat-Ceyreste-Caunet- La Bégude-Le Camp-Cuges-Gémenos-Tinazzi .

75

(Parcours Bis) Tinazzi-Le Charel-Carnoux-Cassis-Le Four à Chaux-La Bédoule-Fond Blanche-Le Col de l'Ange-Gémenos-Tinazzi .

45

Tinazzi-Aubagne-Roquevaire-Auriol-Le Pujol-Le Plan d'Aups-Les Glacieres-Rougiers-St Zacharie-Auriol-Tinazzi.

82

(Parcours Bis) Tinazzi-Aubagne-Roquevaire-Auriol-Le Pujol-Le Plan d'Aups-Le Plan d'Aups-La Grande Bastide-St Zacharie-Auriol-Roquevaire-Tinazzi .

68

Tinazzi-Le Charel-La Bédoule-Le pas d'Oullier-La Ciotat- Les Lecques-St Cyr-Le Castellet-Le Beausset-Le Camp-La Bégude-Caunet-Gémenos-Tinazzi.

85

(Parcours Bis)Tinazzi-Le Charel-La Bédoule-Le pas d'Oullier-La Ciotat-Ceyreste-Caunet-Gémenos-Tinazzi.

58

Tinazzi-Gémenos-l’Espigoulier-Le plan d’Aups-Mazaugues-La Roquebrussanne-Méounes-Le Gapeau-Signes-Le Camp-La Bégude-Caunet-Gémenos-Tinazzi	112
(Parcours Bis)Tinazzi-Gémenos-l’Espigoulier-Le plan d’Aups-Les glacières-Rougiers et retour par St Zac	80
Tinazzi-Aubagne-La Pomme-Peynier-Trets-Pourcieux-St Maximin-Rougiers par la D83-St Zacharie-Roquevaire-Tinazzi.	95
(Parcours Bis)Tinazzi-Aubagne-La Pomme-Peynier-Trets-Le petit Galibier-St Zacharie-Auriol-Tinazzi.	74
Tinazzi-La Destrousse-Peypin-Cadolive-La Diote-Gréasque-Fuveau-Rousset-Trets-Le juillet-Roquevaire-Tinazzi	80
(Parcours Bis)Tinazzi-La Destrousse-Peypin-Cadolive-La Diote-Gréasque-Fuveau-Belcodene-le chenil-Roquevaire-Tinazzi	60
Tinazzi-Le Charel-La Bédoule-Le Pas d’Oullier-La Ciotat- Les Lecques-Le Castellet-Le Beausset-Le Camp-La Bégude-Caunet-Gémenos-Tinazzi	85
(Parcours Bis)Tinazzi-Le Charel-La Bédoule-Le Pas d’Oullier-La Ciotat-Ceyreste-Caunet-La Bégude- Le Camp-Cuges-Gémenos-Tinazzi .	65
Tinazzi-Gémenos-L’Espigoulier-Le Plan d’Aups-Mazaugues- Rougiers-St Zacharie-Auriol-Roquevaire-Tinazzi.	90
(Parcours Bis)Tinazzi-Gémenos-L’Espigoulier- Le plan d’Aups-Nans les Pins-St Zacharie - Auriol- Roquevaire-Tinazzi.	72
Tinazzi-Aubagne-Gémenos-Le Col de l’Ange-Le Camp-Signes-Méounes-Le Gapeau-Le Camp-La Bégude-Caunet-Le Col de l’Ange-Gémenos-Tinazzi .	95

(Parcours Bis)Tinazzi-Aubagne-Gémenos-Le Col de l'Ange-Le Camp-Signes et retour par la Bégude-caunet-Le Col de l'Ange-Gémenos-Tinazzi .	74
Tinazzi-Allauch-Les Termes-Auberge Neuve-Valdonne-Gréasque-Fuveau-Les Michels-Rousset-Le Cengle-Puyloubier-Trets-Le Juillet-Roquevaire-Tinazzi	95
(Parcours Bis)Tinazzi-Allauch-Les Termes-Auberge Neuve-Valdonne--Gréasque-Les Michels-Peynier-Le Juillet-La Pomme - Roquevaire-Tinazzi	70
Tinazzi-Aubagne-Roquevaire-Auriol-St Zacharie-La Sambuc-Nans les pins-La Ste Baume-Le Plan d'Aups-La Coutronne-Gemenos-Aubagne-Tinazzi	77
(Parcours Bis)Tinazzi-Aubagne-Roquevaire-Auriol-St Zacharie-La Sambuc-Nans les pins-St Zac-Moulin de Redon Roquevaire -Tinazzi	67

DENIVELLE

OPENRUNNER

1305

24095196

772

24095308