

Séniors Sportifs Seynois

Programme des balades de septembre à décembre 2025

Important : compte tenu du nombre important d'inscrits pour la balade, vous devrez choisir chaque semaine entre le mardi et le jeudi. Vous ne pourrez pas faire les deux ! Merci pour votre compréhension.

Dates	La balade	informations
Mardi 23 septembre Jeudi 25 septembre	LE CROS-LE GAOU	5.4 km, dénivelé 38 m, Départ du parking du CROS, sur D616 (à sens unique !) à gauche avant d'arriver au BRUSC par le bord de mer. SIX-FOURS-LES-PLAGES.
Mardi 30 septembre Jeudi 2 octobre	MARVIVO-FABREGAS	4 km, dénivelé 70 m. Départ de la plage de Marvivo, LA SEYNE-SUR-MER.
Mardi 7 octobre Jeudi 9 octobre	JANAS-AMPHITRIA	4km, Dénivelé : 95m ; Boucle Point de départ : le parking goudronné de Janas. LA SEYNE-SUR-MER
Mardi 14 octobre Jeudi 16 octobre	BALAGUIER-LA SEYNE	5,7km, Dénivelé : 97m, Boucle Point de départ : sur le parking devant le CFA des Métiers de la Mer. LA SEYNE-SUR-MER
Mardi 21 Jeudi 23 octobre Mardi 28 Jeudi 30 octobre	Pas de balades	Congés scolaires
Mardi 4 novembre Jeudi 6 novembre	LA COUDOULIERE-SANARY	5,5km Départ du parking Avenue du CAP NEGRE, face au parc Méditerranée, SIX-FOURS-LES-PLAGES.
Mardi 11 novembre Jeudi 13 novembre	Pas de balades	11 novembre férié.
Mardi 18 novembre Jeudi 20 novembre	LA GARDIOLE-LE BRUSC	5,3km - Dénivelé : 118m - Boucle Point de départ : au bout du port du BrusC, prendre à gauche vers le parking « La Gardiole », fléché et gratuit. SIX-FOURS-LES-PLAGES
Mardi 25 novembre Jeudi 27 novembre	LES SABLETTES-PIN ROLLAND	4,3km - Dénivelé : 51m - Boucle Point de départ : parking des Sablettes, près de l'Office du Tourisme. LA SEYNE-SUR-MER
Mardi 2 décembre Jeudi 4 décembre	LA COUDOULIERE-LE CYGNE-LE CAP NEGRE	4.2 km, dénivelé 69 m. Départ du parking Avenue du CAP NEGRE, face au parc Méditerranée, SIX-FOURS-LES-PLAGES.
Mardi 9 décembre Jeudi 11 décembre	BANDOL-ANSE DE RENACROS-LE CANET	4,7 km, Dénivelé 57 m, Boucle Départ du Parking du Capelan, près des tennis. Intersection Av Albert 1 ^{er} et Bd du Capelan. BANDOL.
Mardi 16 décembre Jeudi 18 décembre	JANAS PAR CHEMIN BOTANIC	5.5 KM ? Dénivelé 129 m boucle Départ : du parking goudronné de Janas. LA SEYNE-SUR-MER
Mardi 23 décembre Jeudi 25 décembre Mardi 30 décembre	Pas de balades	Congés scolaires

Vos animateurs : Francis SABLAYROLLES 06 31 23 00 69
Gilles COPINE 06 62 12 31 08
Michel LE MEUR 06 10 76 69 95