



# ITINERAIRE du 42<sup>e</sup> Tour Cycliste International du Haut-Var

## 1<sup>ère</sup> étape La Croix Valmer ... Grimaud 175,6 Kms

Kilomètres			ITINÉRAIRE 175,6 KM	Horaires		
à parcourir	parcourus	itinéraire		45 km/h	40 km/h	38 km/h
			<b>La Croix Valmer "centre ville" D 559</b>	<b>12:30:00</b>	<b>12:30:00</b>	<b>12:30:00</b>
			Défilé fictif de 4km300 jusqu'au KM 0, direction Gigaro à gauche bd de Tabarin (après 3km400)			
175,6	0,0		Domaine La Croix ( <b>départ arrêté</b> )	12:45:00	12:45:00	12:45:00
174,8	0,8	D 559	Rond point direction Gassin	12:46:04	12:46:12	12:46:15
174,5	1,1		Rond point traversée La Croix Valmer, direction Gassin ( <b>ralentisseurs</b> )	12:46:28	12:46:39	12:46:43
171,2	4,4	D 89	Feux tricolores à droite direction Gassin (pied du Col)	12:50:52	12:51:36	12:51:55
169,1	6,5		<b>Sommet du Col, à gauche St Tropez Coste Brigade (GPM 3)</b>	12:53:40	12:54:45	12:55:13
169,0	6,6		Château Minuty ( <b>descente rapide</b> )	12:53:48	12:54:54	12:55:22
166,8	8,8	D 61	A droite direction Ramatuelle	12:56:44	12:58:12	12:58:50
162,5	13,1		Entrée Ramatuelle	13:02:28	13:04:39	13:05:37
162,4	13,2	C 13	Rond point à gauche direction La Croix Valmer	13:02:36	13:04:48	13:05:46
160,8	14,8	D 93	Rond point direction St Tropez (route des plages)	13:04:44	13:07:12	13:08:17
154,5	21,1		A droite Tahiti La Garbine (route de Ste Anne)	13:13:08	13:16:39	13:18:13
152,7	22,9		Entrée St Tropez avenue A. Granjeon ( <b>descente sinueuse</b> )	13:15:32	13:19:21	13:21:03
152,4	23,2		Rue du Temple ( <b>nombreux retraiçissements</b> )	13:15:56	13:19:48	13:21:31
152,3	23,3		A gauche place des Licès ( <b>terre-pleins centraux</b> )	13:16:04	13:19:57	13:21:40
152,0	23,6		Boulevard Louis Blanc	13:16:28	13:20:24	13:22:08
151,6	24,0		A gauche direction sortie de la ville ( <b>nombreux ralentisseurs</b> )	13:17:00	13:21:00	13:22:45
150,4	25,2	D 98 A	Sortie St Tropez, entrée Gassin	13:18:36	13:22:48	13:24:38
147,8	27,8		A droite direction Cogolin	13:22:04	13:26:42	13:28:44
147,0	28,6		Entrée Cogolin	13:23:08	13:27:54	13:29:59
146,3	29,3	D 559	A droite direction Ste Maxime	13:24:04	13:28:57	13:31:05
145,1	30,5		Niveau Port Grimaud	13:25:40	13:30:45	13:32:58
144,5	31,1	D 14	A gauche direction Grimaud	13:26:28	13:31:39	13:33:54
140,2	35,4	D 558	Entrée Grimaud	13:32:12	13:38:06	13:40:41
139,2	36,4		<b>Sprint Henri Desgrange</b>	13:33:32	13:39:36	13:42:15
138,5	37,1		Direction La Garde Freinet, pied du Col	13:34:28	13:40:39	13:43:21
130,4	45,2		Entrée La Garde Freinet	13:45:16	13:52:48	13:56:08
129,9	45,7		<b>Sommet du Col, centre ville (GPM 3)</b>	13:45:56	13:53:33	13:56:55
129,3	46,3		Sortie La Garde Freinet ( <b>descente sinueuse sur 7 kms</b> )	13:46:44	13:54:27	13:57:51
122,4	53,2	D 75	A gauche direction Gonfaron les Mayons	13:55:56	14:04:48	14:08:44
115,3	60,3	D 33	A droite Le Luc en provence	14:05:24	14:15:27	14:19:56
108,1	67,5		<b>Passage à niveau</b>	14:15:00	14:26:15	14:31:18
106,6	69,0		Entrée Le Luc	14:17:00	14:28:30	14:33:40
106,0	69,6	D 97	A droite direction <b>A8</b>	14:17:48	14:29:24	14:34:36
105,6	70,0		Magasin "les meubles du Luc" ( <b>Sprint</b> )	14:18:20	14:30:00	14:35:13
105,5	70,1	DN 7	A droite direction Le Cannet des Maures	14:18:28	14:30:09	14:35:22
104,8	70,8		Entrée Le Cannet des Maures ( <b>nombreux terre-pleins centraux</b> )	14:19:24	14:31:12	14:36:28
104,0	71,6	D 217	A droite centre ville, Le Cannet des Maures	14:20:28	14:32:24	14:37:43
102,7	72,9	DN 7	A droite sortie Le Cannet des Maures	14:22:12	14:34:21	14:39:46
102,1	73,5	D 558	Rond point direction St Tropez	14:23:00	14:35:15	14:40:42
96,6	79,0		Pont de L'aille ( <b>zone de ravitaillement</b> )	14:30:20	14:43:30	14:49:23
98,9	82,2	D 48	A gauche direction Vidauban	14:34:36	14:48:18	14:54:26
90,6	90,5	D 72	A droite direction Plan de la Tour	14:45:40	15:00:45	15:07:32
87,5	93,6		<b>Pont très étroit, une seule file</b>	14:49:48	15:05:24	15:12:25
84,1	97,0		Pied du Col du Revest	14:54:20	15:10:30	15:17:47
75,1	106,0	D 44	A droite Plan de la Tour	15:06:20	15:24:00	15:31:59
74,1	107,0		<b>Sommet Col du Revest (GPM 1)</b>	15:07:40	15:25:30	15:33:33
74,0	107,1		<b>Descente très sinueuse</b>	15:07:48	15:25:39	15:33:42
71,5	109,6		Entrée Plan de la Tour ( <b>descente très sinueuse sur 1,5 kms</b> )	15:11:08	15:29:24	15:37:38
69,8	111,3	D 74	A gauche direction Ste Maxime	15:13:24	15:31:57	15:40:19
64,0	117,1	D 25	A droite entrée Ste Maxime ( <b>nombreux ronds points</b> )	15:21:08	15:40:39	15:49:28
62,1	119,0		Rond point 2ème sortie à droite direction Fréjus ( <b>ralentisseurs</b> )	15:23:40	15:43:30	15:52:28
61,3	119,8		A gauche direction Fréjus av. du Débarquement ( <b>ralentisseurs</b> )	15:24:44	15:44:42	15:53:43
59,7	121,4		Rond point à droite direction Fréjus-St Raphaël	15:26:52	15:47:06	15:56:14
58,7	122,4		Sortie Ste Maxime	15:28:12	15:48:36	15:57:48
58,1	123,0	D559	Rond point direction Fréjus	15:29:00	15:49:30	15:58:44
55,3	125,8		Entrée Les Issambres (traversée sur 1km)	15:32:44	15:53:42	16:03:09
49,4	131,7		Entrée St Aygulf	15:40:36	16:02:33	16:12:27
48,1	133,0	DN 7	Rond point à gauche direction Roquebrune sur Argens	15:42:20	16:04:30	16:14:30
43,2	137,9		Entrée Roquebrune sur Argens	15:48:52	16:11:51	16:22:14
42,0	139,1	D 8	A gauche direction les Issambres	15:50:28	16:13:39	16:24:07
39,0	142,1		Pied du Col du Bognon	15:54:28	16:18:09	16:28:51
35,5	145,6		<b>Sommet du Col du Bognon (GPM 2)</b>	15:59:08	16:23:24	16:34:22
35,4	145,7		<b>Descente rapide et sinueuse</b>	15:59:16	16:23:33	16:34:31
33,8	147,3		Entrée les Issambres ( <b>descente très sinueuse</b> )	16:01:24	16:25:57	16:37:02
32,3	148,8	D 559	A droite direction Ste Maxime ( <b>virage très serré</b> )	16:03:24	16:28:12	16:39:24
26,9	154,2		Entrée Ste Maxime	16:10:36	16:36:18	16:47:55
25,4	155,7		<b>Sprint Casino Barrière (souvenir Robert Chapatte)</b>	16:12:36	16:38:33	16:50:17
19,2	161,9	D 14	A droite direction Grimaud	16:20:52	16:47:51	17:00:04
14,8	166,3		Entrée Grimaud	16:26:44	16:54:27	17:07:00
13,8	167,3		<b>Sprint Henri Desgrange</b>	16:28:04	16:55:57	17:08:34
7,6	168,0		A gauche direction Collobrières	16:29:00	16:57:00	17:09:40
6,1	169,5	D 48	A gauche direction Cogolin ( <b>pont très étroit</b> )	16:31:00	16:59:15	17:12:02
2,6	173,0	D 558	A gauche direction Grimaud	16:35:40	17:04:30	17:17:33
1,1	174,5		Rond point direction Grimaud	16:37:40	17:06:45	17:19:55
1,0	174,6		<b>"Dernier kilomètre"</b>	16:37:48	17:06:54	17:20:04
0,4	175,2		A droite direction Hôtel de Ville ( <b>mur pavé 20%</b> )	16:38:36	17:07:48	17:21:00
0,0	<b>175,6</b>		<b>Arrivée Grimaud au niveau de Hôtel de Ville</b>	16:39:08	17:08:24	17:21:37

# 1ère Etape La Croix Valmer ... Grimaud 175,6 Kms



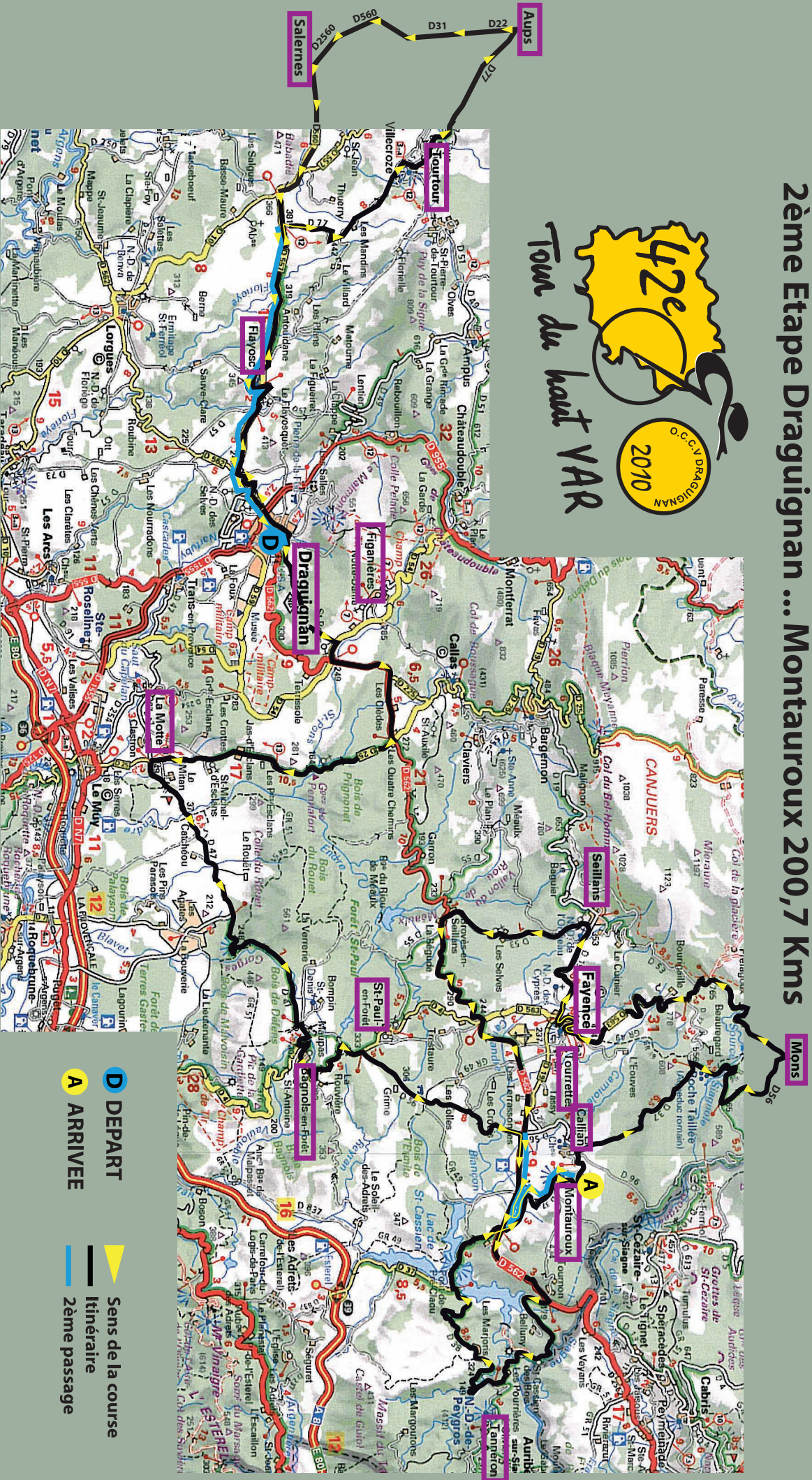


# ITINERAIRE du 42<sup>e</sup> Tour Cycliste International du Haut-Var

## 2<sup>ème</sup> étape Draguignan ... Montauroux 200,7 Kms

Kilomètres			ITINÉRAIRE 200,7 KMS	Horaires		
à parcourir	parcourus	itinéraire		42 km/h	39 km/h	35 km/h
			<b>Draguignan (départ fictif Bd Joffre)</b> Défilé de 3km400 Direction le Col de l'Ange et route de Flayosc	<b>11:20:00</b>	<b>11:20:00</b>	<b>11:20:00</b>
200,7	0,0	D 557	Direction Flayosc	11:30:00	11:30:00	11:30:00
197,4	3,3		Entrée Flayosc	11:34:42	11:35:04	11:35:39
197,0	3,7		Rond point à gauche centre ville Flayosc	11:35:16	11:35:40	11:36:20
195,9	4,8		A gauche direction Salernes	11:36:50	11:37:21	11:38:13
190,3	10,4	D 77	A droite direction Tourtour (pied du col)	11:44:49	11:45:57	11:47:48
183,2	17,5		A gauche entrée la Bastide de Tourtour (virage très serré)	11:54:57	11:56:52	11:59:58
183,1	17,6		<b>La Bastide de Tourtour (GPM 2)</b>	11:55:05	11:57:01	12:00:08
183,0	17,9		Traversée de Tourtour, direction Aups (descente étroite et sinueuse)	11:55:30	11:57:28	12:00:38
181,8	18,9		Sortie Tourtour direction Aups	11:56:55	11:59:00	12:02:20
173,6	27,1		Entrée Aups	12:08:37	12:11:36	12:16:23
172,8	27,9	D 22	A gauche direction Salernes	12:09:45	12:12:49	12:17:45
171,6	29,1	D 31	Direction Salernes	12:11:27	12:14:39	12:19:48
171,1	29,6		Sortie Aups	12:12:09	12:15:25	12:20:39
164,6	36,1	D 560	A droite direction Salernes	12:21:26	12:25:24	12:31:47
164,2	36,5	D 2560	A gauche direction Salernes	12:22:00	12:26:00	12:32:28
163,5	37,2		Entrée Salernes (nombreux ralentisseurs)	12:22:59	12:27:04	12:33:39
162,8	37,9	D31	A droite direction Draguignan	12:23:58	12:28:08	12:34:50
162,6	38,1	D 231	A gauche direction Draguignan	12:24:15	12:28:26	12:35:10
162,4	38,3	D 2560	A droite direction Draguignan "les caves du Commandeur"	12:24:32	12:28:44	12:35:30
161,0	39,7	D 560	A droite direction Draguignan	12:26:31	12:30:53	12:37:53
155,5	45,2	D 557	A gauche direction Draguignan	12:34:22	12:39:20	12:47:18
144,0	56,7	D 562	Rond point à gauche entrée Draguignan	12:50:47	12:57:01	13:07:00
143,9	56,8		Descente Col de l'Ange	12:50:55	12:57:10	13:07:10
143,7	57,0		Traversée Draguignan (nombreux terre plein centraux)	12:51:12	12:57:28	13:07:30
140,8	59,9		Draguignan centre ville (Sprint)	12:55:20	13:01:55	13:12:28
139,9	60,8		Pied de la côte des Tuilières	12:56:37	13:03:18	13:14:00
137,6	63,1		<b>Sommet de la côte des Tuilières (GPM 1)</b>	12:59:54	13:06:50	13:17:56
137,5	63,2		<b>Descente sinueuse et très étroite sur 2km500</b>	13:00:02	13:06:59	13:18:06
135,1	65,6	D 54	A droite direction St Pons	13:03:27	13:10:40	13:22:12
134,5	66,2	D 562	A gauche direction Fayence/Grasse	13:04:18	13:11:35	13:23:13
129,4	71,3	D 2560	A droite direction Le Muy	13:11:35	13:19:25	13:31:57
119,5	81,2	D 47	Rond point à gauche direction Bagnols en forêt	13:25:43	13:34:38	13:48:55
112,5	88,2		Pied du Col du Blavet (roches rouges)	13:35:42	13:45:24	14:00:54
110,0	90,7		<b>Sommet Col du Blavet (GPM 2)</b>	13:39:16	13:49:14	14:05:11
105,6	95,1		A droite Bagnols en forêt	13:45:33	13:56:00	14:12:43
104,9	95,8		A droite (pont très étroit)	13:46:32	13:57:04	14:13:54
104,5	96,2	D 4	A gauche direction Fayence	13:47:06	13:57:40	14:14:35
104,4	96,3		Traversée Bagnols en forêt (route étroite et très sinueuse)	13:47:14	13:57:49	14:14:45
99,5	101,2	D 56	A droite direction Montauroux	13:54:13	14:05:21	14:23:08
94,6	106,1		Golf des terres blanches	14:01:12	14:12:53	14:31:31
91,4	109,3	D 562	A droite direction Montauroux	14:05:46	14:17:48	14:37:00
90,3	110,4		Rond point Agora	14:07:20	14:19:29	14:38:53
87,7	113,0		Rond point direction Peymeinade (zone de ravitaillement)	14:11:02	14:23:28	14:43:20
84,1	116,6	D 94	A droite direction Tanneron	14:16:10	14:29:00	14:49:30
79,6	121,1		A gauche (pont très étroit)	14:22:35	14:35:55	14:57:12
79,5	121,2		Côte St Cassien des bois	14:22:43	14:36:04	14:57:22
77,0	123,7	D 38	A droite direction Lac de St Cassien, sommet de la côte	14:26:17	14:39:54	15:01:39
76,9	123,8		Descente du Gros Vallon (très sinueuse)	14:26:25	14:40:03	15:01:49
75,9	124,8		Pied du Col des Marjoris (ponts très étroits)	14:27:50	14:41:35	15:03:31
73,4	127,3		<b>Sommet Col des Marjoris (GPM 2)</b>	14:31:24	14:45:25	15:07:48
73,3	127,4		Descente du Col (sinueuse)	14:31:32	14:45:34	15:07:58
68,6	132,2	D 37	A droite direction Montauroux	14:38:23	14:52:57	15:16:11
65,2	135,5		Rond point direction Montauroux	14:43:05	14:58:01	15:21:50
63,7	137,0		Ascension côte de Montauroux	14:45:13	15:00:19	15:24:24
62,0	138,7		Pied du mur de Montauroux (300 m à 22 %)	14:47:38	15:02:55	15:27:18
61,7	139,0		Sommet du mur de Montauroux direction Callian	14:48:03	15:03:22	15:27:48
61,0	139,7		Sortie Montauroux	14:49:02	15:04:26	15:28:59
59,4	141,3	D 56	A gauche direction Callian	14:51:19	15:06:53	15:31:43
59,1	141,6		Entrée Callian	14:51:44	15:07:20	15:32:13
59,0	141,7		Pied du mur de Callian (300 m à 24 %)	14:51:52	15:07:29	15:32:23
58,6	142,1	D 37	Sommet du mur à gauche direction Mons	14:52:26	15:08:05	15:33:04
56,2	144,5		Traversée forêt domaniale de Tourettes	14:55:51	15:11:46	15:37:10
52,3	148,4	D 56	A droite direction Mons	15:01:25	15:17:45	15:43:51
50,7	150,0		Pied du Col de Mons (pont très étroit)	15:03:42	15:20:12	15:46:35
44,4	156,3		<b>Sommet du Col de Mons (toit du Haut Var) (GPM H.C.)</b>	15:12:41	15:29:53	15:57:22
44,3	156,4	D 563	Direction Fayence	15:12:49	15:30:02	15:57:32
41,6	159,1		<b>Pont très étroit</b>	15:16:40	15:34:11	16:02:09
37,7	163,0		<b>Descente très sinueuse vers Fayence</b>	15:22:14	15:40:10	16:08:50
30,9	169,8		Entrée Fayence (descente étroite, très sinueuse 2,5 kms)	15:31:56	15:50:37	16:20:29
28,7	172,0	D 19	A droite direction Seillans	15:35:04	15:54:00	16:24:15
24,9	175,8		Entrée Seillans	15:40:29	15:59:50	16:30:45
24,3	176,4	D 53	A gauche direction Draguignan	15:41:20	16:00:45	16:31:46
24,1	176,6		<b>Sprint Moïse Puginier</b>	15:41:37	16:01:03	16:32:06
24	176,7		Sortie Seillans	15:41:45	16:01:12	16:32:16
18,1	182,6	D 562	A gauche direction Fayence	15:50:10	16:10:16	16:42:22
5,2	195,5		Nombreux ronds points	16:08:35	16:30:06	17:04:28
3,5	197,2	D 37	Rond point à gauche direction Montauroux	16:11:00	16:32:42	17:07:22
2,2	198,5		Pied de l'ascension côte de Montauroux	16:12:51	16:34:41	17:09:35
1,0	199,7		"Dernier kilomètre"	16:14:33	16:36:31	17:11:38
0,0	200,7		<b>Arrivée finale sommet mur Montauroux</b>	16:14:33	16:36:31	17:11:38

# 2ème Etape Draguignan ... Montauroux 200,7 Kms



- D** DEPART
- A** ARRIVEE
- Sens de la course
- Itinéraire
- 2ème passage



**OLYMPIQUE CYCLISME CENTRE-VAR  
DRAGUIGNAN**



# 42<sup>ème</sup> Tour Cycliste International du Haut Var

## PROGRAMME DE L'ÉPREUVE

### Vendredi 19 Février 2010

- 14h / 19h** **La Croix Valmer** - Permanence Salle des Fêtes  
Remise des pièces officielles, accréditations, service radio.
- 16h** Salle des Fêtes – Réunion de tous les pilotes voitures et motos de l'échelon course, consignes générales par le Directeur de course.
- 17h** Réunion des Directeurs Sportifs avec le Président du Collège des Commissaires. Tirage au sort de l'ordre de marche des voitures des groupes sportifs dans la course.

### Samedi 20 Février 2010

- 8h/12h** **La Croix Valmer** - Permanence de départ, Salle des Fêtes
- 9h/12h15** Ouverture du Village, buffet campagnard, dégustation de produits locaux, animation...
- 11h/12h15** Contrôle et signature, présentation des équipes sur le podium protocolaire.
- 12h20** Appel et rassemblement des coureurs sous l'arche de départ.
- 12h30** Le Maire, Monsieur François GIMMIG coupe le ruban tricolore et donne le départ fictif du **42<sup>e</sup> TOUR Cycliste International du Haut VAR**, pour rejoindre le lieu départ réel Km 0 – Domaine La Croix.
- 12h45** **Départ réel arrêté** au Km 0  
Domaine La Croix
- 16h40** Arrivée Ville de GRIMAUD
- 16h50** Podium Protocolaire
- 17h15** Dépôt gerbe tombe Henri DESGRANGE
- 17h/18h** Buffet dinatoire salle Beausoleil.

### Dimanche 21 Février 2010

- 8h/11h** **Draguignan** - Permanence de départ, remise des pièces officielles, accréditations, service radio – Parking allée d'Azemar
- 9h/11h** Ouverture du Village, buffet campagnard, dégustation de produits locaux, animation... -
- 10h/11h15** Contrôle et signature, présentation des équipes sur le podium protocolaire.
- 11h15** Appel et rassemblement des coureurs sous l'arche de départ, Bd Marechal Joffre.
- 11h20** Le Maire, Monsieur Max PISELLI coupe le ruban tricolore et donne le départ fictif du **42<sup>e</sup> TOUR Cycliste International du Haut VAR**, pour rejoindre le lieu du départ réel Km 0 par Boulevard Brossolette – Col de l'Ange – Route de Flayosc.
- 11h30** Départ réel lancé km 0, D557 Direction Flayosc.
- 13h00** Après 60 km de course dans l'arrière pays, les coureurs effectueront un nouveau passage à Draguignan et emprunteront la montée des Tuilières.
- 16h35** **Arrivée** au sommet du Mur de Montauroux
- 16h50** Podium Protocolaire.
- 17h/18h** Apéritif de Clôture sur place.



Correspondance : Serge PASCAL - 11, avenue du 4 Septembre - 83300 DRAGUIGNAN - Tél./Fax : 04.94.70.30.98 - 06.61.73.79.56  
Email : [occvdraguignan@free.fr](mailto:occvdraguignan@free.fr) - [tourduhautvar@free.fr](mailto:tourduhautvar@free.fr) - Site : [www.tourduhautvar.com](http://www.tourduhautvar.com)

N°Siret 429 914 401 00014 - N°Affiliation FFC : 0883073 - N° Agrément Jeunesse & Sport 83S793 - TVA Intracommunautaire : FR78429914401