



chilometri
dislivello
barriere orarie
altimetria

	km parziali	km totali	dislivello +	barriera oraria
Settore 1 - Courmayeur	0	0	0	
col Arp	8,5	8,5	1441	
baite youlaz	2,4	10,9	0	
la thuile	8,9	19,8	0	
rifugio deffeyes	7,9	27,7	1042	
passo alto	2,8	30,5	357	
bivacco promuod	3,5	34	0	
col crosatie	2,6	36,6	812	
planaval	7,8	44,4	75	
valgrisanche	5,3	49,7	206	L 7:00
Settore 2 - Valgrisanche	0	0	0	
rifugio epee	6,5	6,5	806	
col fenetre	3,5	10	488	
rhemes ND	4,5	14,5	0	
col entrelor	5,5	20	1416	
eaux rousses	10,9	30,9	0	L 19:00
col loson	11,7	42,6	1642	
rif. Sella	4,9	47,5	0	
cogne	8,5	56,0	78	Ma 6:00
Settore 3 - Cogne	0	0	0	
rifugio Sogno	13,6	13,6	980	
col fenetre	1,9	15,5	361	
rifugio dondena	5,6	21,1	0	
champorcher	5,8	26,9	0	Ma 19:00
pontboset	9,7	36,6	0	
donnas	7,4	44,0	23	Me 2:00
Settore 4 - Donnas	0	0	0	
santa margherita	10,8	10,8	1493	
rifugio Coda	5,6	16,4	1022	
lago Vargno	7,9	24,3	563	Me 12:00
colle della vecchia	6,4	30,7	618	
Niel	5,9	36,6	814	
Ober Loo	8,2	44,8	0	
Steina	7,3	52,1	0	
Gressoney	1,4	53,5	0	G 1:00
Settore 5 - Gressoney	0	0	0	
Alpenzu	7,4	7,4	685	
colle Pinter	7,5	14,9	990	
Rifugio Crest	5,6	20,5	0	
St Jacques	3,7	24,2	0	G 14:00
rif Grand Tournalin	6,4	30,6	835	
col Nana	1,4	32	237	
Valtournenche		39,0	0	G 21:00
Settore 6 - Valtournenche	0	0	0	
Rif Barmasse	4,3	4,3	687	
Gran Raye	4,2	8,5	318	
Fenetre Tsan	5,3	13,8	462	
Bivacco Reboulaz	1,3	15,1	70	
Col terray	1,8	16,9	200	
rif Cuney	2,3	19,2	103	
bivacco Clermont	4	23,2	260	
Col Vessonaz	0,5	23,7	83	
Oyace (Closé)	8,4	32,1	91	V 13:00
Brunon Arp	3,7	35,8	622	
col Brunon	2,5	38,3	408	
Ollomont	6,4	44,7	0	V 19:00
Settore 7 - Ollomont	0	0	0	
Rif Champillon	4,9	4,9	1311	
Col Champillon	2,5	7,4	274	
Ponteille desot	7,1	14,5	147	
barasson	1,3	15,8	48	
St Remy	3,2	19	0	
Tsa de Merdeux	8,7	27,7	743	S 7:00
Col Malatrà	2,8	30,5	659	
Rif Bonatti	5,5	36	0	
Rif Bertone	9,6	45,6	0	
Courmayeur	2,4	48,0	0	S 16:00
	km		D+	
Totali	334,9		23470	

