

Lieux	Alti	D+	Km	BH	temps	Heure		
Queige Lac	530				0:00	4:00		temps souhaité
Les Chappes	1550	1040	7		1:10	5:10		19:00:00
Roche Pourrie	2050	1560	9,5		1:47	5:47		
Col des Lacs	2250	1880	13		2:23	6:23		
Arolles	1900	2020	17,5		2:58	6:58		
Tête du Cuvy	1930	2360	22,5		3:54	7:54		
St Guérin	1557	2360	26,5		4:21	8:21		
Cormet Arêches	2108	2930	30,5	12h20	5:13	9:13		
marmottes	2280	3200	32		5:39	9:39		
Col à Tutu	2570	3540	36		6:35	10:35		
Presset	2514	3680	38		7:02	11:02		
Brèche Parozan	2660	3860	40		7:32	11:32		
Plan de la laie	1813	3950	48	17h00	8:42	12:42		
Entée tunnel	2190	4335	50,5		9:30	13:30		
Col de la Sauce	2307	4585	54,5		10:13	14:13		
Refuge Bonhomme	2433	4840	57,5		10:48	14:48		
Gittaz	1665	4935	63,5	21h20	11:53	15:53		
Col de la Gittaz	2300	5575	67,5		13:07	17:07		
Col du Joly	1989	5715	73,5	00h25	14:12	18:12		
Col du Véry	1962	5865	81		15:26	19:26		
les Saisies	1660	6020	90	3h50	16:53	20:53		
Bisanne	1941	6360	93		17:37	21:37		
Queige lac	530	6380	105	7h00	19:00	23:00		

