



Lunghezza del percorso/Longueur du parcours **22 km**
 Dislivello positivo/Dénivellation positive **1250m**
 Dislivello negativo/Dénivellation négative **1230m**

- Tente/Tenda
- Contrôle/Controllo
- Ravitaillement/Rifornimento
- Secouriste/Soccorso
- Médecin/Medico

22 KM	Arolla 2006m	
19 KM	Place P4 2118m	
16,5 KM	Pt Plan Bertol 2600m	
15 KM	Pied du Glacier 2560m	
11,5 KM	Col de collon 3080m	
9,5 KM	Rif. Nacamuli 2828m	
8 KM	Pisonet 2550m	
4 KM	Prarayer 2005m	
	Place Moulin 1989m	

