









Lieu de passage	Informations	KM	DENIV+	DENIV-	Altitude	Temps de passage		Barrières horaires	Live trail	Commodités	Spectateurs (facilité d'accès)	
						Premier	Dernier					
Prémanon	Départ 25 km - 11:00	0	0	0	1049	11:00	11:00		X	 	X	
La Darbella		3,3	98	48	1169	11:11	11:35					X
Haut des Jouvencelles		7,2	384	88	1415	11:31	12:35					X
Les Dappes		8,8	384	269	1236	11:36	12:50	16:00	X		X	
La Dôle - Télésiège		11,1	807	269	1660	11:55	13:45					
Chalet de la Dôle		13,3	820	507	1435	12:03	14:10		X			X
Col de Porte		14,1	930	507	1545	12:10	14:30					
Le Balancier	Départ Rando - 9:30 à 10:00 Départ 15km - 10:30	16,9	930	848	1202	10:20	15:05	18:00	X	 	X	
Bief de la Chaille		20	937	1008	1048	12:33	15:40				X	
Pont Perroud		22,7	978	1192	905	12:45	16:15					
Sagy Haut		23,7	1120	1192	1050	12:52	16:50		X			X
Les Rousses	Départ 10km - 11:00	25,3	1200	1211	1112	13:00	17:10		X	  	X	