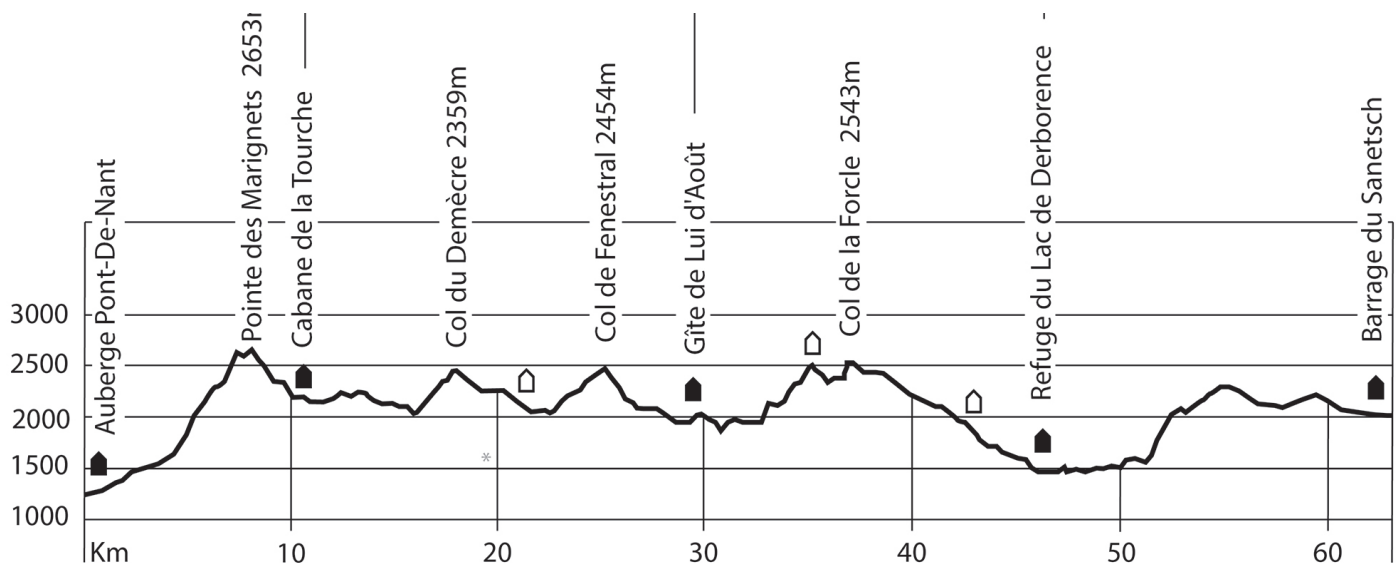


Höhenprofil



Marschtabelle

Variante 4 Tage

Start	Ziel	via	Distanz	Aufstieg	Abstieg	Max Höhe	Zeit	LKm
1 Auberge Pont-De-Nant	Cabane de la Tourche	Pointe Marig.	10.3 Km	1470 m	526 m	2641 m	05:05	25.0 LKm
2 Cabane de la Tourche CAS	Gîte de Lui d'Août	Col Fenestral	19.4 Km	1189 m	1426 m	2459 m	07:05	31.3 LKm
3 Gîte de Lui d'Août	Refuge Lac Derborence	Col la Forcle	17.3 Km	1089 m	1574 m	2548 m	06:30	28.2 LKm
4 Refuge du Lac de Derborence	Barrage du Sanetsch	Chaux Miex	17.2 Km	1369 m	772 m	2314 m	06:12	30.9 LKm
			64.1 Km	5117 m	4298 m	2641 m	24:52	115.3 LKm

Horizontaldistanz	64.1 Km
Leistungskilometer (nur mit Aufstieg)	115.3 LKm
Leistungskilometer (mit Aufstieg und Abstieg)	136.8 LKm

Variante 3 Tage (Start am Donnerstag)

Start	Ziel	via	Distanz	Aufstieg	Abstieg	Max Höhe	Zeit	LKm
1 Auberge Pont-De-Nant	Gîte de Lui d'Août	la Tourche	26.2 Km	2509 m	1804 m	2641 m	11:05	51.3 LKm
2 Gîte de Lui d'Août	Refuge Lac Derborence	Col la Forcle	17.3 Km	1089 m	1574 m	2548 m	06:30	28.2 LKm
3 Refuge du Lac de Derborence	Barrage du Sanetsch	Chaux Miex	17.2 Km	1369 m	772 m	2314 m	06:12	30.9 LKm
			60.7 Km	4967 m	4150 m	2641 m	23:47	110.4 LKm

Horizontaldistanz	60.7 Km
Leistungskilometer (nur mit Aufstieg)	110.4 LKm
Leistungskilometer (mit Aufstieg und Abstieg)	131.2 LKm