



# TOR DES GEANTS

## Settore 1 Courmayeur - Valgrisenche

48,606 km 3750 D+ 3295 D-



### Legenda



Punto ristoro: forniti bevande ed alimenti.



Punto acqua: fornite solo bevande.



Punti di soccorso: punto di assistenza e chiamata soccorso.



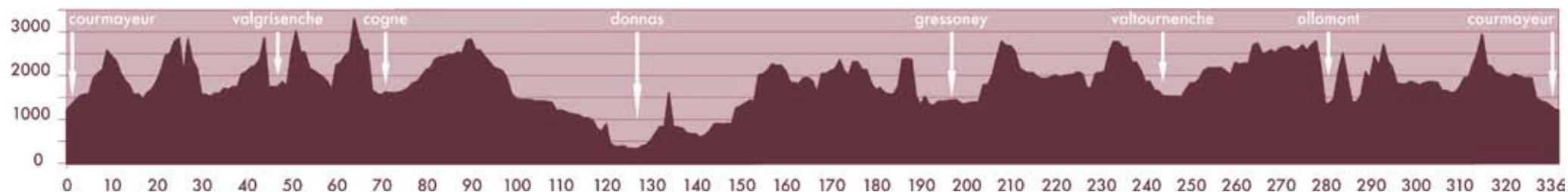
Base vita: assistenza, cure mediche, zona per il riposo.



Cronometraggio: lettura del chip corridore e invio dei dati cronometrici, controllo passaggio.



Partenza bus: previsto un servizio di rimpatrio dei concorrenti verso la base vita più vicina.

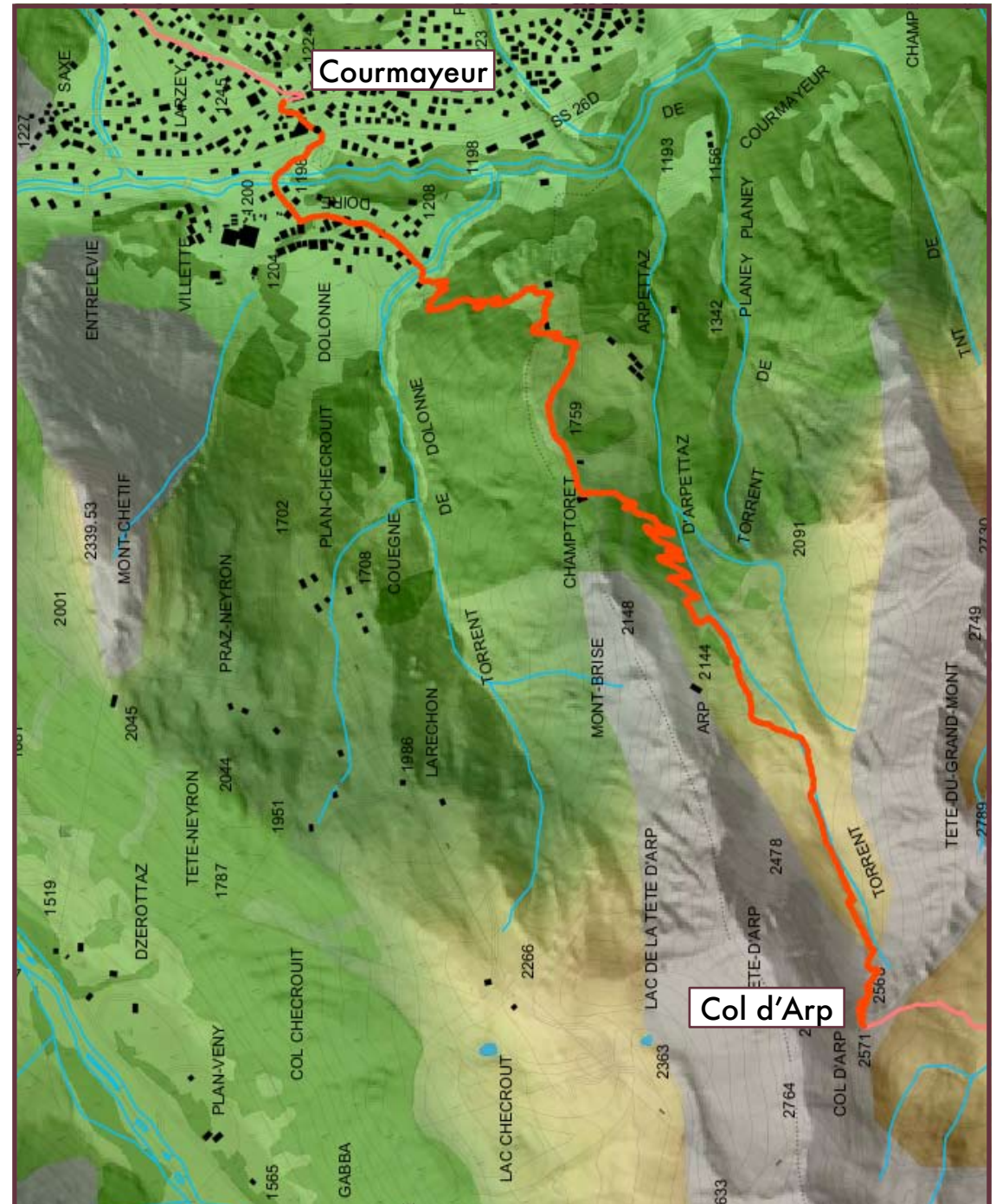
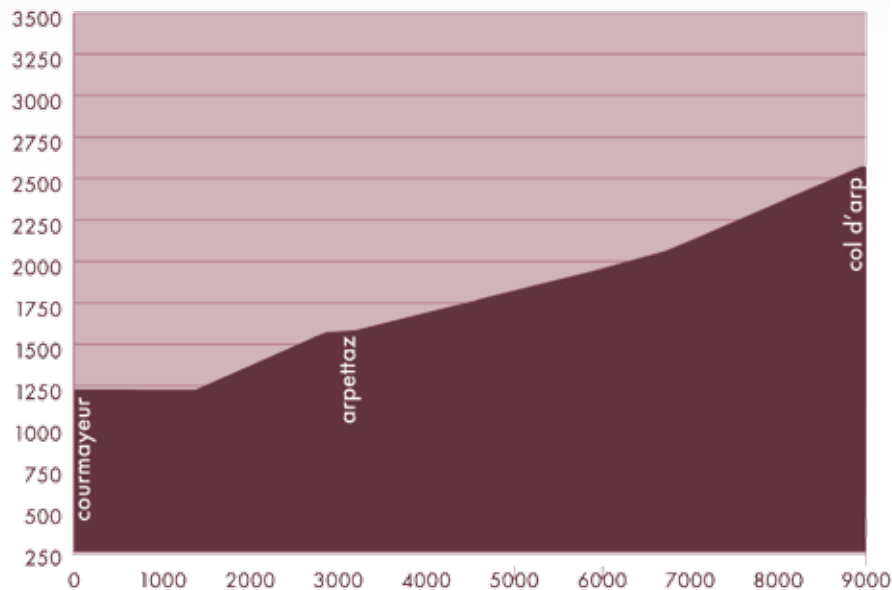




## Settore 1 tavola 1 Courmayeur Col d'Arp

km 8,120 D+ 1364 m D- 0 m

Dal centro di Courmayeur si prende la strada che porta al piazzale Monte Bianco, si prosegue in direzione Dolonne fino in fondo alla strada verso le Fonti Vittoria. Passato il ponte a sinistra si prende il sentiero 1A sulla destra che conduce all'alpeggio di Arpetta. Si continua sulla strada poderale fino all'ultimo alpeggio di Arp. Da lì si prosegue per il sentiero che conduce al Col Arp (2571 m).



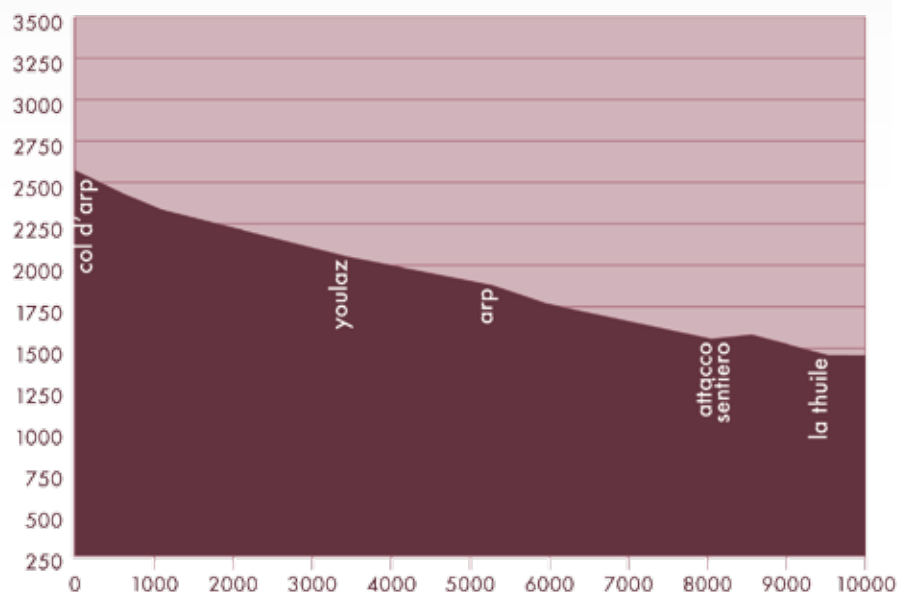
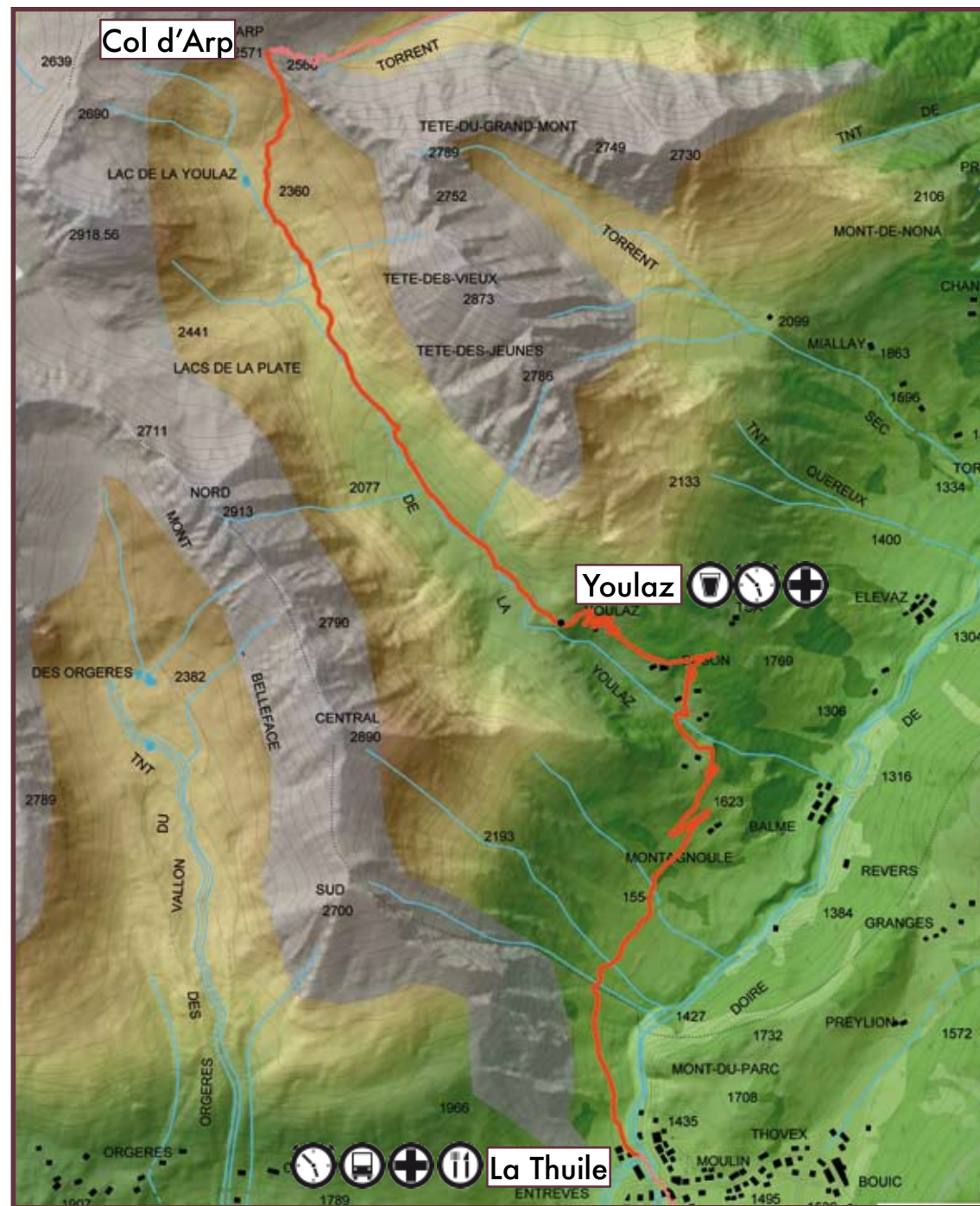




## Settore 1 tavola 2 Col d'Arp - La Thuile

km 8,865 km progr. 17,084  
D+ 0 m D- 1113 m

Dal colle si scende lungo il vallone di Youlaz fino al primo punto di ristoro del Mayen di Youlaz. Da qui si continua sulla strada sterrata fino all'imbocco del sentiero che taglia verso i casolari dell'Arp desot. Si continua lungo la strada asfaltata fino al tornante da cui parte il sentiero che in mezza costa porta fino a La Thuile (1435 m). Punto di controllo e ristoro.

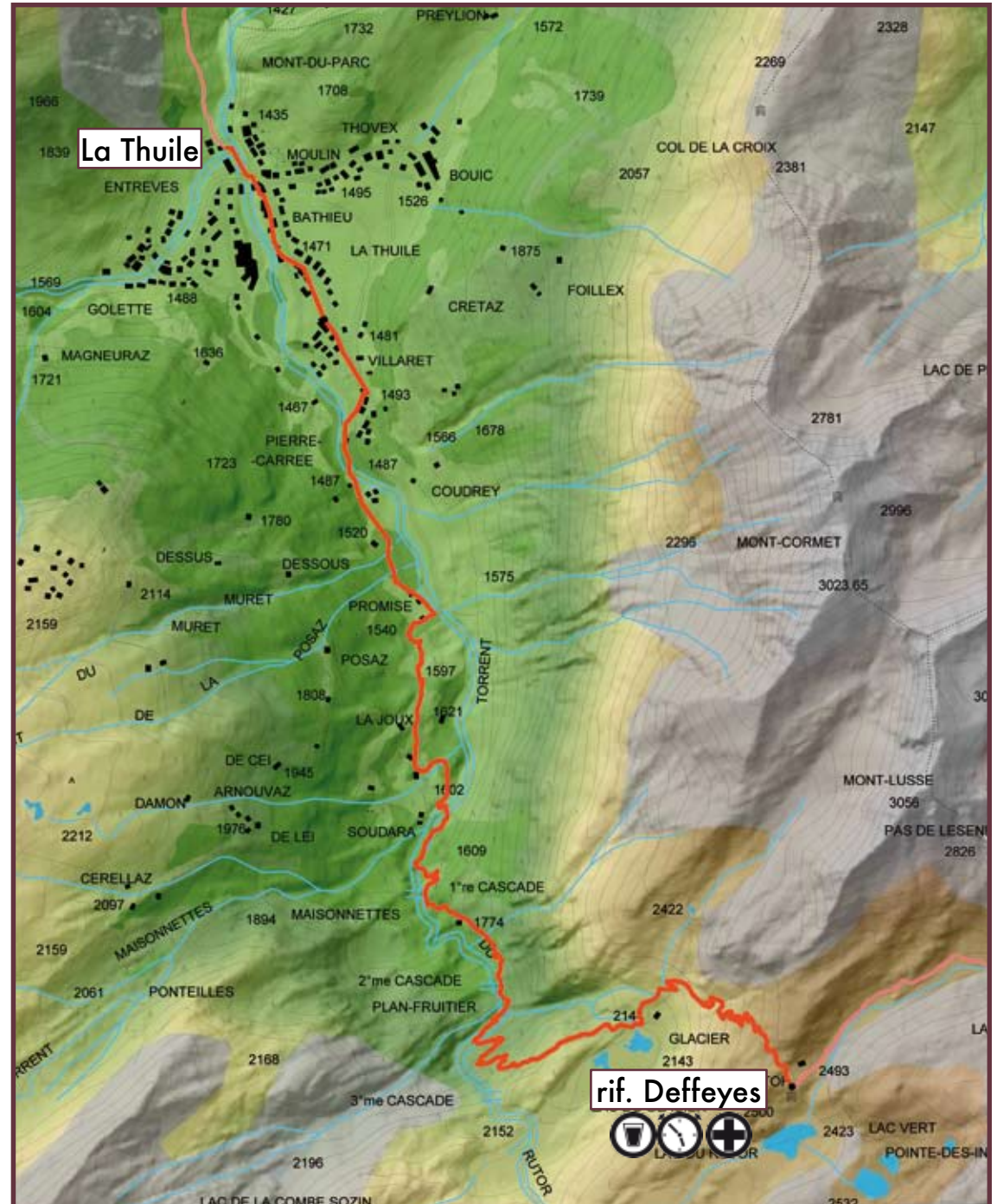
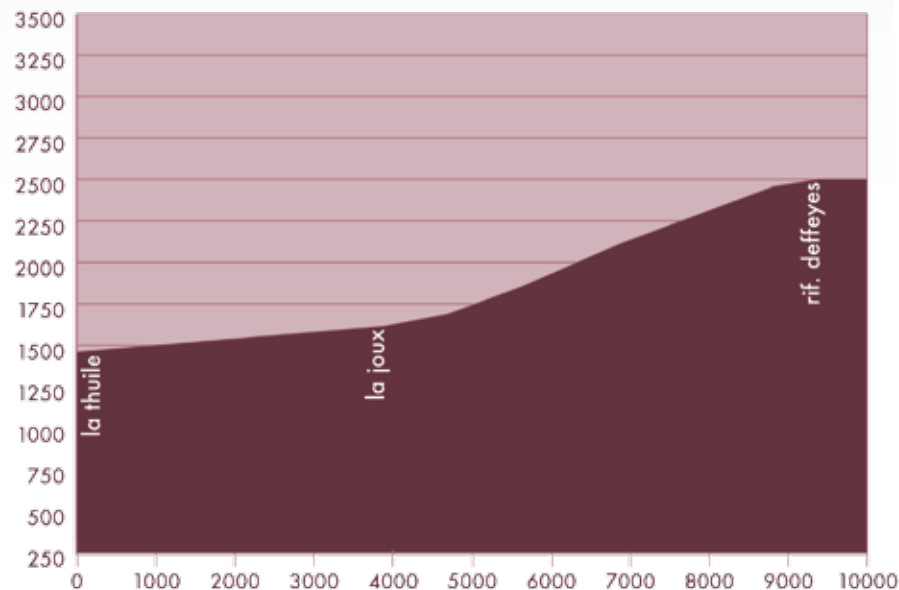




## Settore 1 tavola 3 La Thuile rifugio Deffeyes

km 9,594 km progr. 26,678  
D+ 1042 m D- 0 m

Da La Thuile partono le indicazioni Alta Via 2.  
Si prosegue lungo la strada asfaltata fino ad un ponte  
da cui parte la strada sterrata che fiancheggia il tor-  
rente. Giunti alla strada asfaltata si prende il sentiero  
che sulla destra, nel bosco, porta fino a La Joux da cui  
si imbocca il sentiero delle cascate che porta al Rifugio  
Deffeyes (2500 m). Punto di ristoro.



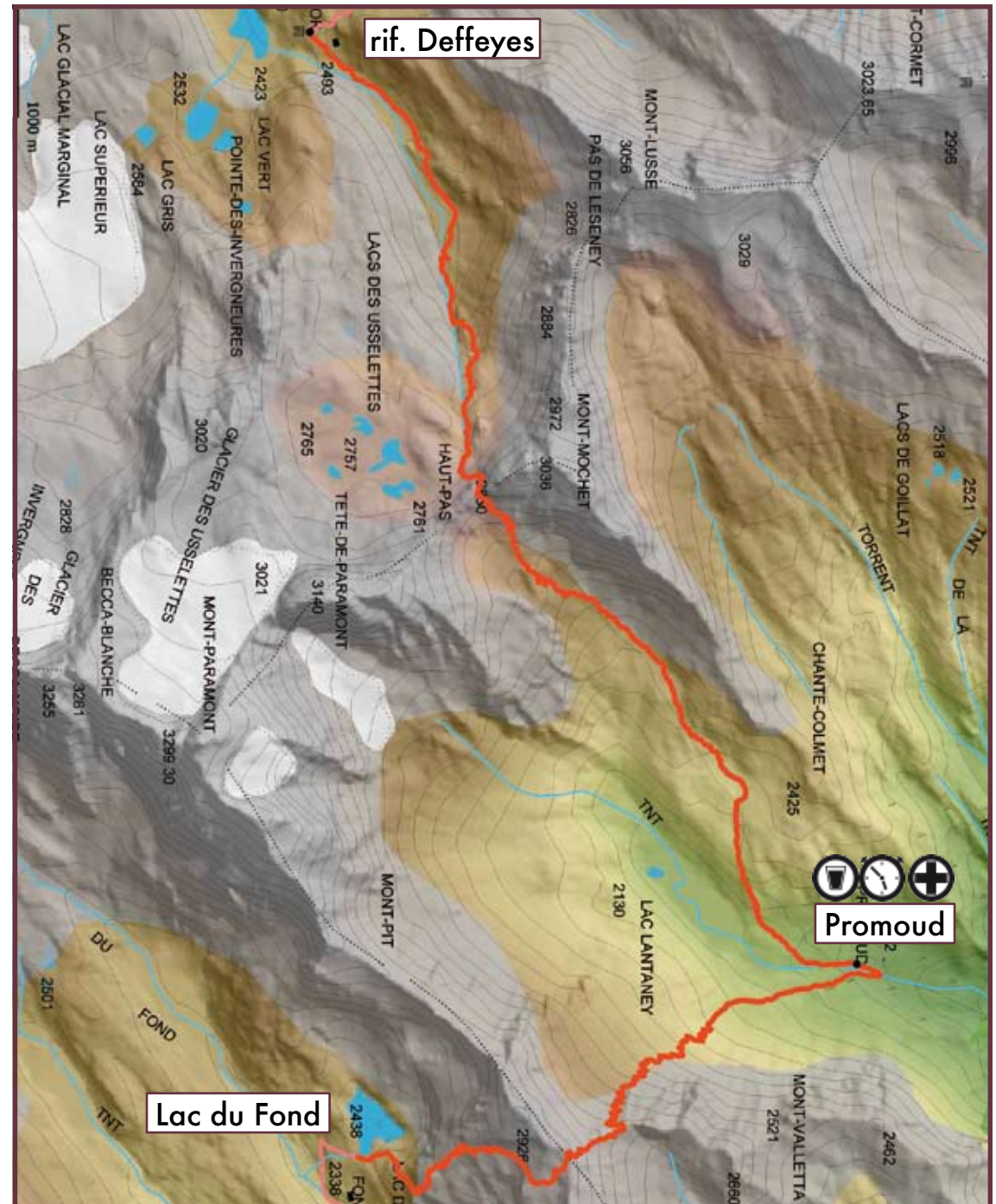
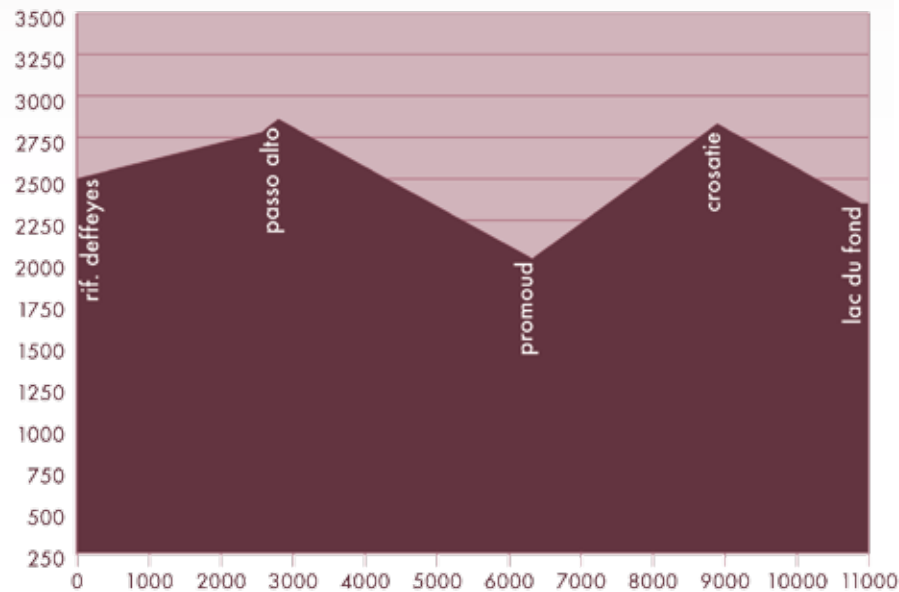




## Settore 1 tavola 4 rifugio Deffeyes Lac du Fond

km 10,903 km progr. 37,581  
D+ 1169 m D- 1230 m

Dal rifugio Deffeyes si prosegue verso il Passo Alto (2857 m). Dal colle si scende prima su pietraia, poi su sentiero, fino all'alpeggio di Promoud (2022 m). Punto di ristoro. Si prosegue seguendo le indicazioni per il Colle de la Crosatie (2838 m), al quale si giunge percorrendo il sentiero lungo il torrente, fino ad un val-loncello di sfasciumi e poi alla pietraia che termina alla sommità con grandi scalini in pietra. Dal colle si scende verso destra lungo la diagonale in mezza costa che porta al Lac du Fond ed ai resti di un alpeggio (2338 m).





## Settore 1 tavola 5 Lac du Fond Valgrisenche

km 11,025 km progr. 48,606  
D+ 175 m D- 952 m

Il sentiero attraversa il torrente e prosegue lungo il pianoro fino i casolari di Bénévry, dove si entra nel bosco. Finito il sentiero si segue la strada fino a La Clusaz e poi Planaval (1554 m). Punto di Ristoro. Si segue la strada asfaltata fino all'abitato di Revers, poi la strada sterrata che porta a Prariond, dove parte il sentiero per La Frassy. Da qui, sulla strada asfaltata, si giunge all'abitato di Gerbelle. Attraversato il ponte si arriva a Valgrisenche (1660 m). Prima Base Vita.

**BARRIERA ORARIA Lunedì h 07:00**

