



# TOR DES GEANTS

## Settore 3 Cogne - Donnas

46,595 km 1383 D+ 2600 D-



### Legenda



Punto ristoro: forniti bevande ed alimenti.



Punto acqua: fornite solo bevande.



Punti di soccorso: punto di assistenza e chiamata soccorso.



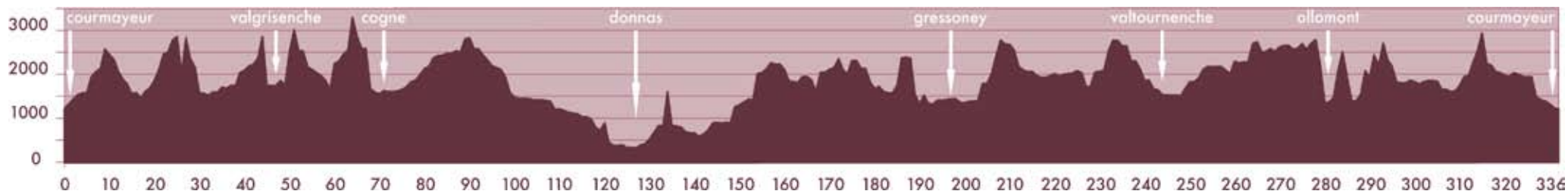
Base vita: assistenza, cure mediche, zona per il riposo.



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



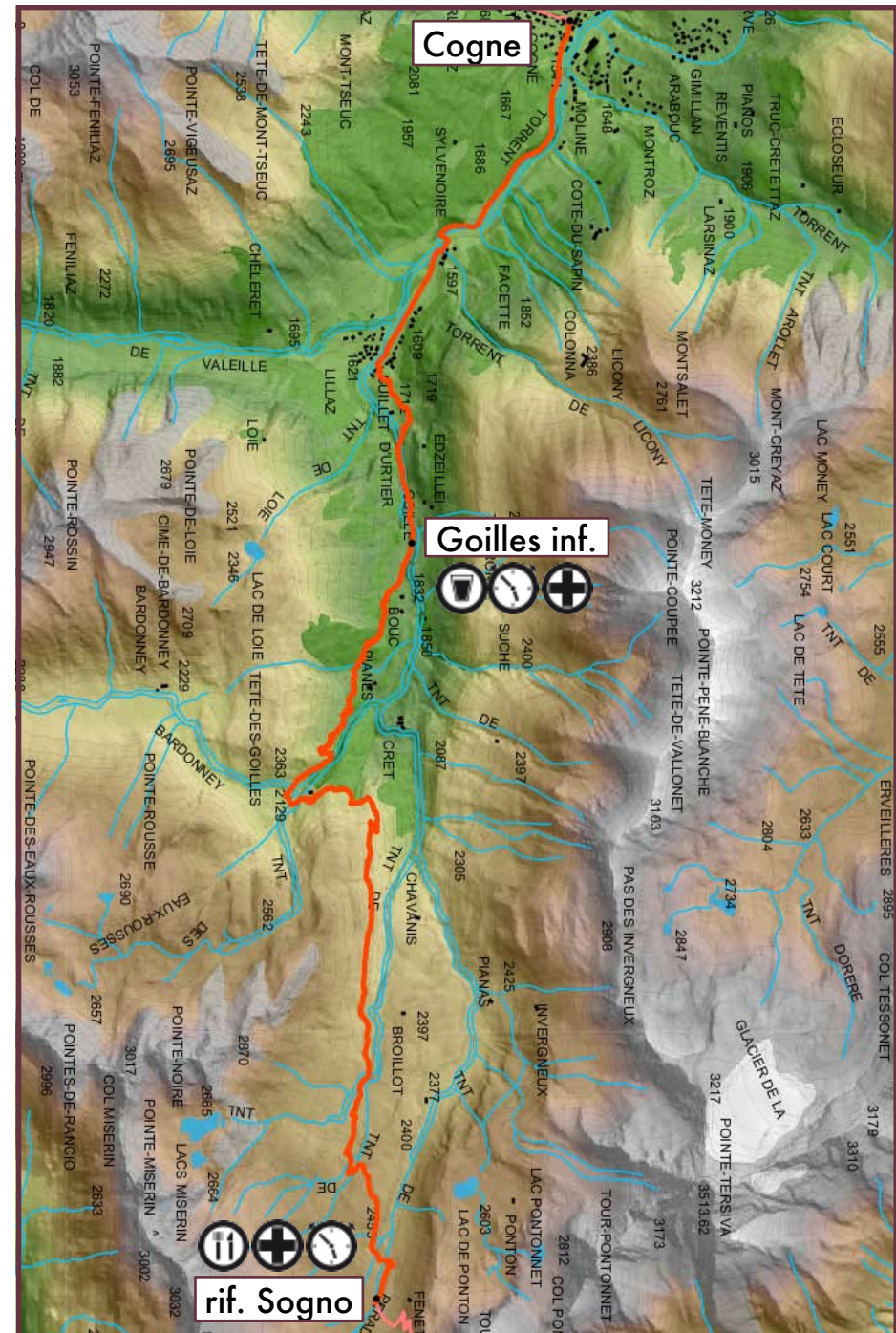
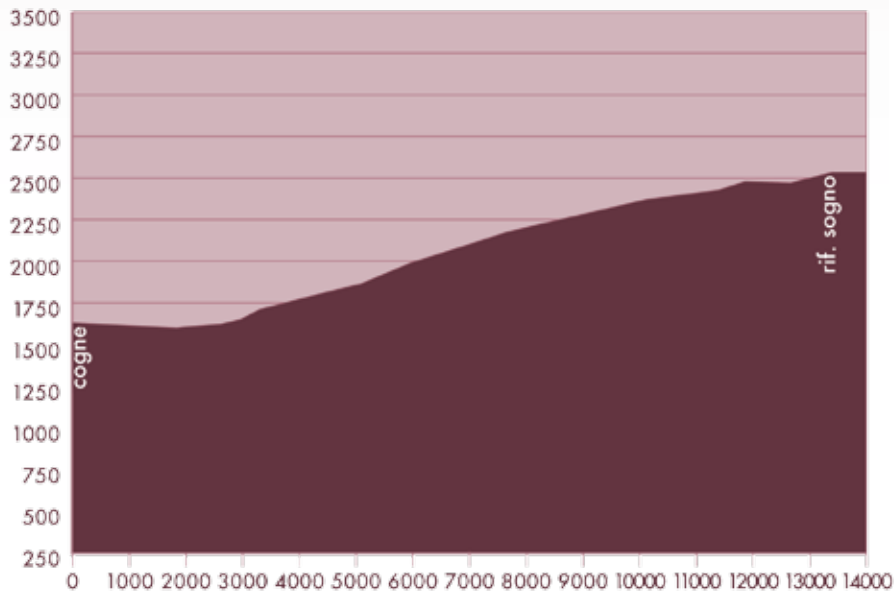
Partenza bus: previsto un servizio di rimpatrio dei concorrenti verso la base vita più vicina.



## Settore 3 tavola 1 Cogne Rifugio Sogno

km 14,594 km prog 116,735  
D+ 1019 m D- 16 m

All'uscita dalla base vita, costeggiando il torrente in direzione Saint Antoine, si segue la strada sterrata che, immersa nel bosco, sale dolcemente fino a Champlong (1596 m). Da qui si prosegue lungo la strada asfaltata, per circa 1km, fino a Lillaz (1623 m). Da Lillaz svoltando a sinistra si imbecca il sentiero 13 che costeggia per qualche metro una condotta forzata, entra nel bosco e conduce a Goilles Desot (1831 m). Punto acqua. Si prosegue sempre per il sentiero 13 per attraversare il ponticello sulla destra. All'uscita dal bosco si raggiunge il casotto del Guardaparco (2156 m) e seguendo il sentiero ben segnato, si giunge al Rifugio Sogno di Berdzé (2532 m). Punto di ristoro.



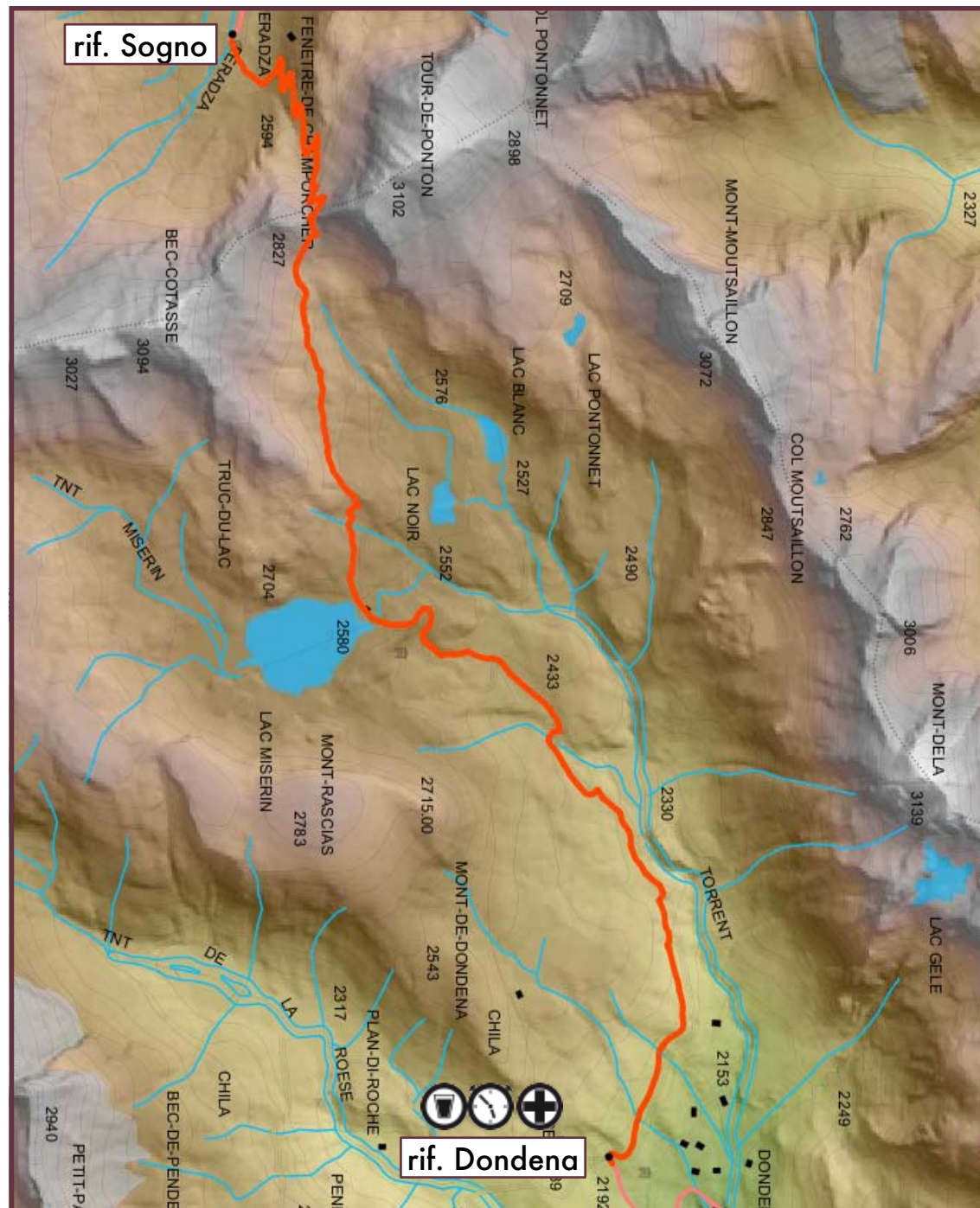
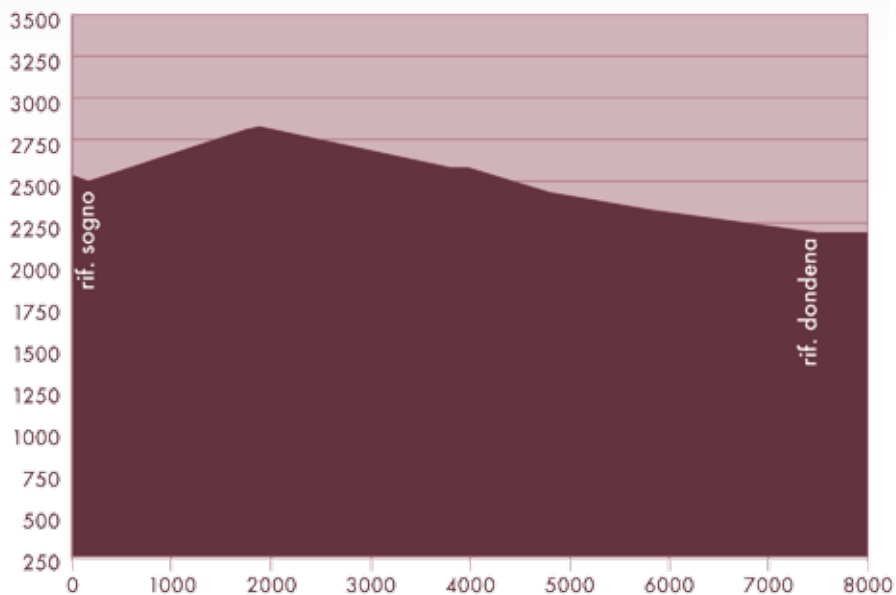




## Settore 3 tavola 2 Rifugio Sogno Rifugio Dondena

km 7,248 km totali 123,982  
D+ 293 - D- 676

Dal rifugio il sentiero 13 prosegue fino al colle Fene-  
tre di Champorcher (2826 m) per scendere sull'altro  
versante con un facile sentiero che porta al lago ed al  
rifugio di Miserin (2588 m). Proseguendo per il Che-  
min du Roi (7B) si arriva al rifugio Dondena (2192 m).  
Punto acqua.

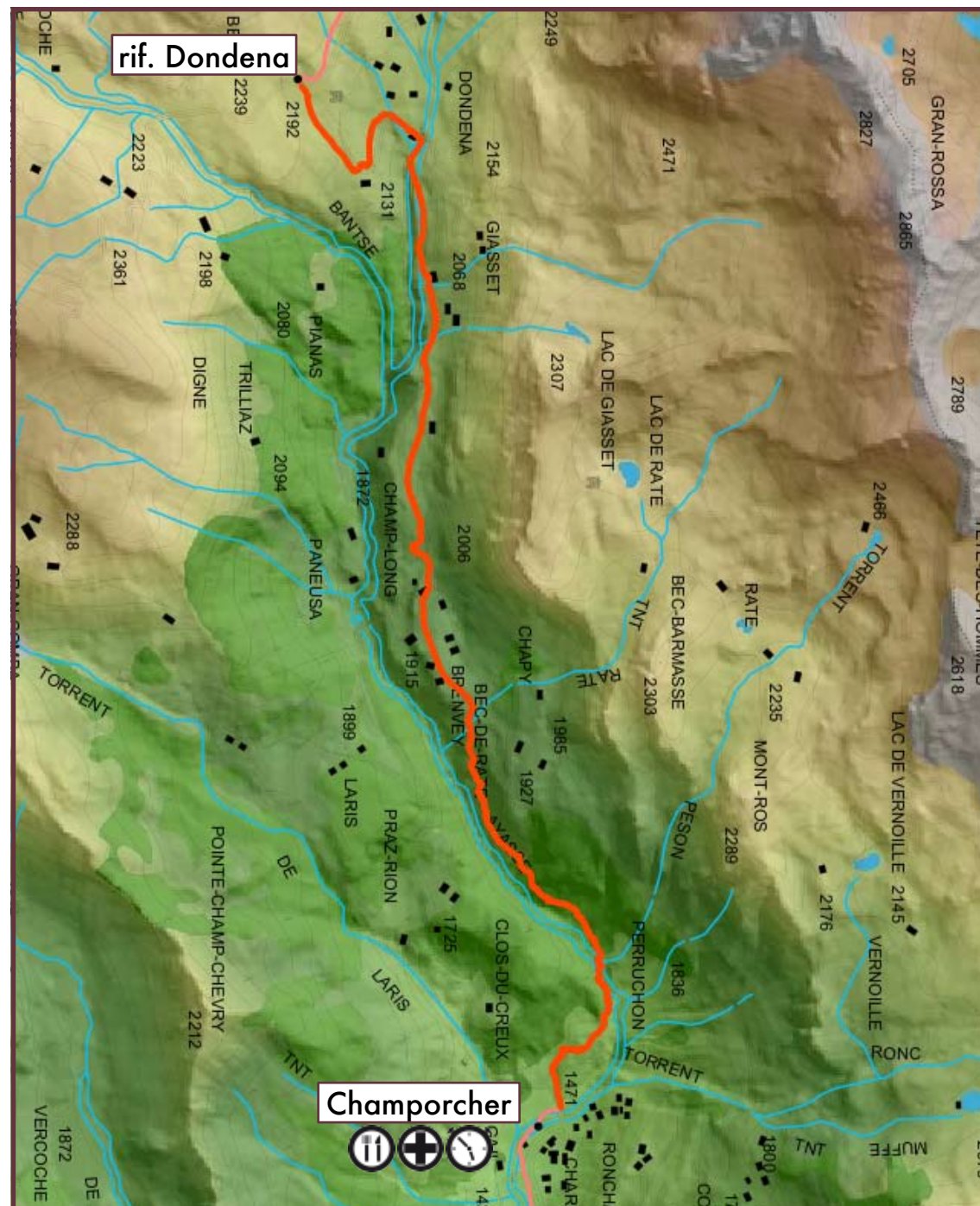
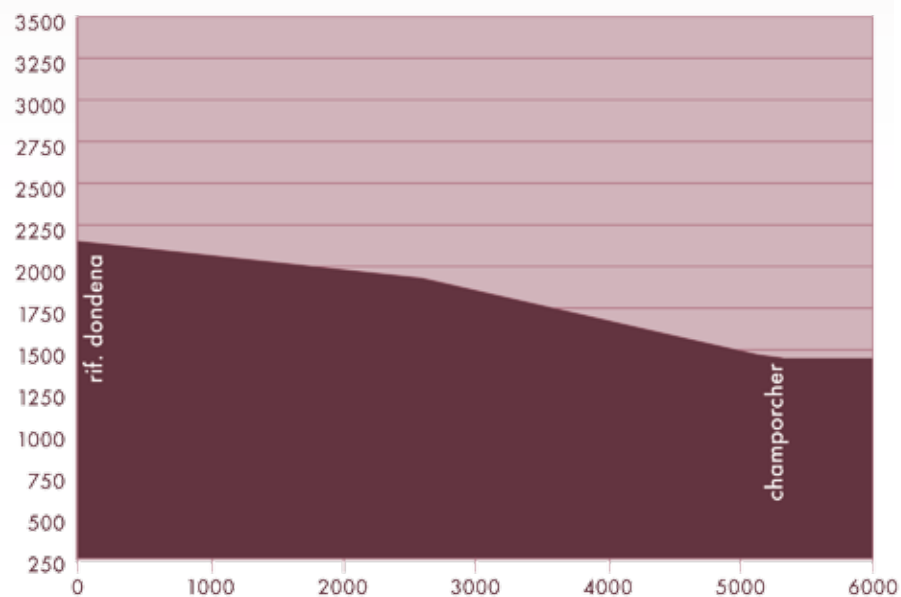




## Settore 3 tavola 3 Rifugio Dondena Champorcher

km 5,843 km progr. 129,825  
D+ 0m D- 701 m

Dal rifugio si prosegue per la strada sterrata fino a Champlong (1955 m) e poi per il sentiero sulla destra che rapidamente porta fino a Chardonney (1450 m). Punto di ristoro.

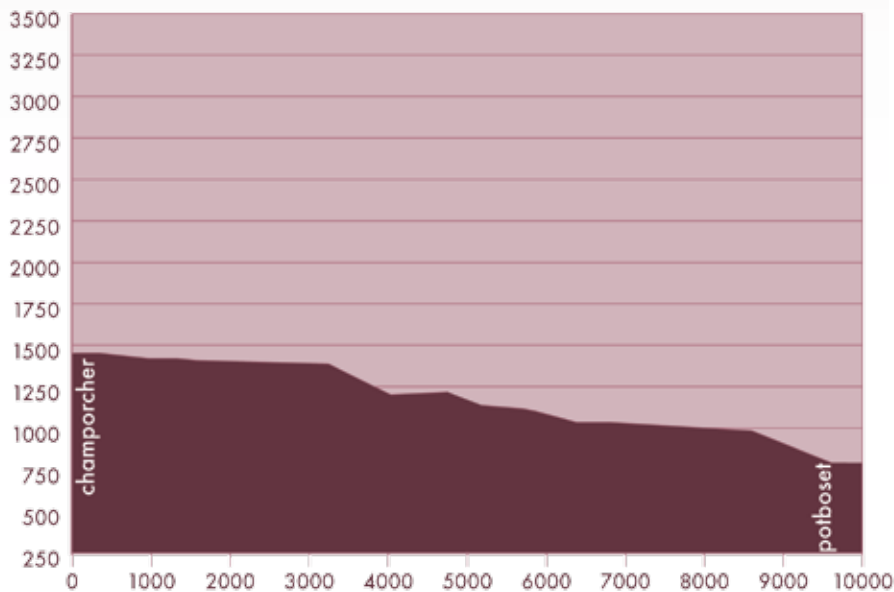




## Settore 3 tavola 4 Champorcher Pontboset

km 9,196 km progr. 139,021  
D+ 21 m D- 680 m

Per la strada asfaltata si attraversa il torrente e si imbocca il sentiero dell'alta via n. 2 che conduce nella Valle della Legna. Si costeggia il torrente fino all'imbocco del "sentiero degli orridi". Si prende la destra fino ai ruderi di Porte (1346 m). Si scende verso sinistra lungo la mulattiera fino a Outre l'Eve (1230 m). Si attraversa il paesino e si continua verso Bormes. Si prosegue camminando sopra l'acquedotto intercalato a tratti da passerelle in metallo molto esposte. All'incrocio si prende il sentiero n. 2 che porta velocemente verso Frassinney. Attraversato il ponte si segue il sentiero fino a Trambeser, si riattraversa un ponte, per continuare il sentiero fino a Pontboset. Punto acqua



## Settore 3 tavola 5 Pontboset Donnas

km 9,715 km progr. 148,736  
D+ 0 m D- 60 m

Si scende verso il fiume e si attraversa il ponticello in pietra da cui parte la strada che conduce a Frontiere. Si scendono i due tornanti asfaltati, si attraversa il paesino e si continua per il sentiero n. 2 che si addentra nel fitto bosco. Si prosegue fino a sbucare sul tornante della strada che scende a Hone. Dopo qualche centinaio di metri si attraversa la passerella sul fiume, si raggiunge la piazza del Municipio e si prosegue fino al tipico ponte in pietra sulla Dora Baltea. Si attraversa la SS 26 e ci si addentra nel borgo di Bard ai piedi del forte. Si prosegue lungo l'antica strada romana che conduce nel borgo di Donnas. Base vita.  
**BARRIERA ORARIA Mercoledì h 2:00**

