

fondo	distanza		dislivello				altitudine	località	note	ristori	barriera oraria
	cumulo km	parziale km	cumulo D+	parziale D+	cumulo D-	parziale D-					
asfalto	0,0	0,0	0	0	0	0	53	Sant'Ermete	Partenza		9:00
asfalto	1,0	1,0	7	7	24	24	36	Ponte della chiesa	Svoltare a destra sul ponte (via Caviglia)		
asfalto	1,2	0,2	10	3	25	1	38	Salita in via Viglietta	Svoltare a destra su via Viglietta		
asfalto	1,7	0,5	65	55	25	0	92	Na Vaè	Svoltare a destra		
sterrato	1,9	0,2	83	18	25	0	103	Inizio strada sterrata	A destra su sterrata in salita		
sterrato	3,0	1,1	206	123	28	3	233	Bivio della cava	Proseguire diritto, sopra la cava		
sterrato	4,3	1,3	334	128	36	8	352	Colle Trevo	Proseguire a destra in leggera salita		
sterrato	4,5	0,3	343	9	39	3	358	Ristoro Trofeo Peluffo	Salita ripida fino a Bric Colombino	Liquidi	
sentiero	4,8	0,3	431	88	41	2	442	Bric Colombino	proseguire sul crinale		
sterrato	5,9	1,1	467	36	90	49	429	Colle Natte	Salire a sinistra		
sterrato	7,5	1,6	587	120	221	131	419	Quadrivio Bric Berba	A sinistra		
sterrato	8,2	0,6	633	46	248	27	437	Acque di San Martino	A sinistra		
sterrato	8,8	0,6	685	52	253	5	485	Prati di Vezzi	Imboccare il sentiero con due quadrati rossi		
sentiero	9,3	0,5	745	60	283	30	515	Attraversamento asfalto via dei Tedeschi	Diritto in salita su sterrata		
sterrato	9,7	0,4	794	49	284	1	563	Quadrivio sliggia	A sinistra (vecchio ristoro)		
sterrato	10,9	1,2	860	66	298	14	615	Ca' di gatti	Dall'albero proseguire diritto		
sterrato	11,3	0,4	863	3	318	20	600	Rocche Bianche	Scendere a sinistra e poco dopo a destra verso la legnaia	Solidi e liquidi	11:30
sentiero	11,7	0,5	866	3	347	29	572	Sentiero Vezzi	proseguire diritto		
sentiero	12,1	0,4	876	10	366	19	563	Inizio cresta	a destra in salita		
sentiero	12,7	0,6	993	117	373	7	678	Bric Frabosa	Salita su rocchette fino a Bric Frabosa (ATTENZIONE IN CASO DI PIOGGIA)		
sterrato	13,0	0,3	993	0	425	52	622	Incrocio AR			
sterrato	14,4	1,4	1005	12	506	81	552	Strada per Orco	Salire a destra		
sterrato	14,7	0,4	1055	50	507	1	602	Incrocio	A sinistra		
sterrato	15,3	0,6	1110	55	507	0	657	Pra' Martino	Dopo la casa abbandonata salire a sinistra		
sentiero	15,5	0,2	1145	35	507	0	691	Sentiero per S.Giacomo	salire sul sentiero a destra		
sentiero	15,9	0,4	1250	105	507	0	794	Colla San Giacomo	Dallo spiazzo imboccare il sentiero in prossimità del cippo	Solidi e liquidi	
sentiero	16,5	0,6	1345	95	508	1	889	Attraversamento metanodotto	a sinistra e poi in salita senza sentiero		
sentiero	16,8	0,3	1412	67	508	0	956	Monte Alto	Seguire i segnali bianco-rossi e "R"		
sterrato	17,9	1,1	1422	10	722	214	819	Faggeta Tagliate	Seguire l'Alta Via		
sentiero	19,3	1,4	1427	5	823	101	792	Sentiero "supergroppo"	Scendere sul sentiero MTB "supergroppo"		
sentiero	21,4	2,1	1469	42	903	80	609	Rocche Bianche	Imboccare a destra il sentiero punto-linea rossi. Attenzione... INIZIO POCO EVIDENTE	Solidi e liquidi	14:00
sentiero	21,7	0,4	1532	63	916	13	668	Cisterna	Aggirare la cisterna e salire a sinistra		
sterrato	22,0	0,3	1576	44	917	1	710	Quadrivio	Proseguire diritto in salita		
sentiero	22,9	0,9	1671	95	932	15	792	Rocca dei corvi	Scendere sulla sterrata a sinistra		
sterrato	24,4	1,5	1680	9	1116	184	615	Campo dei francesi	Proseguire a sinistra		
sterrato	26,4	2,1	1693	13	1216	100	529	Cima delle rocche	Scendere a destra (discesa ripida)		
sterrato	26,9	0,5	1693	0	1336	120	408	Campo ferrato	Svoltare a sinistra e, dopo la casa, a destra		
sterrato	28,2	1,2	1694	1	1496	160	250	Casa del vecchietto	a sinistra poi subito a destra		
asfalto	29,4	1,2	1694	0	1668	172	78	Via bosco	Su asfalto a sinistra		
sterrato	30,1	0,8	1696	2	1701	33	53	Sant'Ermete	Arrivo	Pasto	15:00

