

# TOR des Géants®

D1 = 8 Sett./sept./sept. 2019

- COURMAYEUR START**  
1.224m | km 0,0 | D+ 0,0m | D1 h. 12:00
- La Thuile** - barriera D1 17,30  
1.458m | km 18,60  
D1 14,00 | D1 17,10
- Rifugio Deffeyes**  
2.500m | km 27,20  
D1 16,00 | D1 22,00
- Bivacco Promoud**  
2.017m | km 33,40  
D1 17,00 | D2 01,30
- Planaval**  
1.517m | km 43,03  
D1 19,00 | D2 05,30
- Valgrisenche** - barriera IN D2 7,00 / OUT D2 09,00  
1.800m | km 50,00  
D1 19,30 | D2 07,00
- Rhêmes-notre-dame**  
1.738m | km 65,60  
D1 21,35 | D2 16,50
- Eaux Rousses** - barriera D2 21,30  
1.683m | km 81,40  
D2 01,20 | D2 21,20
- Rifugio Vittorio Sella**  
2.585m | km 98,00  
D2 04,50
- Cogne** - barriera IN D3 06,00 / OUT D3 08,00  
1.531m | km 106,20  
D2 05,45 | D3 05,00
- Gaillies**  
1.830m | km 111,80  
D2 06,50
- Rifugio Sogno**  
2.534m | km 120,40
- Rifugio Dondena**  
2.151m | km 122,80  
D2 09,35
- Chardonney**  
1.450m | km 133,20  
D2 10,00 | D3 18,00
- Donnas** - barriera IN D4 02,00 / OUT D4 04,00  
330m | km 151,30  
D2 12,00 | D4 01,00
- Sassa**  
1.398m | km 164,90  
D2 15,00 | D4 09,00
- Rifugio Coda** - Metà GA8A  
2.224m | km 169,30  
D2 16,30 | D4 14,15
- Rifugio della Balma** - barriera D4 15,00  
2.040m | km 178,00  
D2 19,00 | D4 15,00
- Lago Chiaro**  
2.096m | km 183,40  
D2 20,30 | D4 17,17
- Col della Vecchia**  
2.184m | km 187,20  
D2 21,30 | D4 19,35
- Niel - Dortoir La Gruba** - barriera D4 21,30  
1.573m | km 192,90  
D2 22,45 | D4 21,00
- Gressoney-Saint-Jean** - Sport Haus  
1.329m | km 205,90 | D+ 29,814m  
D3 01,30 | D5 01,00 - barriera IN D5 01,00 / OUT D5 03,00
- Rifugio Alpenzu**  
1.788m | km 210,90  
D3 03,00 | D5 06,00
- Champoluc** - barriera D5 15,00  
1.556m | km 221,80  
D3 06,15 | D5 15,00
- Rifugio Grand Tourmalin**  
2.535m | km 230,30  
D3 08,00 | D5 18,00
- Valtournenche** - barriera IN D5 21,00 / OUT D5 23,00  
1.526m | km 239,00  
D3 09,30 | D5 21,00
- Rifugio Barmasse**  
2.175m | km 243,40  
D3 11,15 | D6 00,30
- Varetton - Torgnon**  
2.288m | km 248,40  
D3 12,45
- Rifugio Lo Magia**  
2.007m | km 256,80  
D3 14,15
- Rifugio Cuney**  
2.656m | km 259,90  
D3 15,00 | D6 10,00
- Bivacco R. Clermont**  
2.705m | km 264,40  
D3 16,00 | D6 12,00
- Oyace** - barriera D6 15,30  
1.360m | km 274,40  
D3 17,30 | D6 15,30
- Ollolmont** - barriera IN D6 19,00 / OUT D6 21,00  
1.396m | km 287,20  
D3 20,30 | D6 19,00
- Rifugio Champillon**  
2.433m | km 292,00  
D3 21,15
- Saint-Rhémy-en-Bosses**  
1.525m | km 308,60  
D4 01,45 | D7 06,30
- Merdeux** - barriera D7 10,00  
2.250m | km 316,00  
D7 10,00
- Rifugio Frassati**  
2.537m | km 317,40  
D4 03,15 | D7 11,30
- Col Malatrà**  
2.936m | km 430,00
- Malatrà**  
2.325m | km 322,30  
D4 05,00 | D7 13,00
- Rifugio Bertone**  
1.975m | km 332,60  
D4 08,15 | D7 16,30
- COURMAYEUR FINISH** - barriera D7 18,00  
1.224m | km 338,60  
D4 09,00 | D7 18,00

# TOR des Glaciers

D1 = 6 Sett./sept./sept. 2019

- COURMAYEUR START**  
1.224m | km 0,0 | D+ 0,0m | D1 h. 20:00
- Rifugio Maison Vieille**  
1.952m | km 5,7 | D+ 8,66m  
D1 20,35 | D1 21,00 | D1 22,00
- Rifugio Elisabetta**  
2.197m | km 15,60 | D+ 1,579m  
D1 21,50 | D1 22,30 | D2 00,00
- Rifugio Deffeyes**  
2.500m | km 42,10 | D+ 3,430m  
D2 02,00 | D2 03,00 | D2 08,30
- Rifugio degli Angeli**  
2.916m | km 66,90 | D+ 5,976m  
D2 06,30 | D2 07,00 | D2 20,30
- Rifugio Bezzi**  
2.284m | km 87,80 | D+ 7,046m  
D2 10,45 | D2 12,00 | D3 04,00
- Rifugio Benevolo**  
2.287m | km 98,20 | D+ 7,964m  
D2 13,00 | D2 16,00 | D3 08,00
- Rifugio Savoia**  
2.400m | km 108,00 | D+ 8,882m  
D2 15,00 | D2 18,00 | D3 14,30
- Rifugio Vittorio Emanuele II**  
2.719m | km 121,00 | D+ 9,767m  
D2 17,45 | D2 21,00 | D3 20,00
- Rifugio Chabod**  
2.710m | km 127,00 | D+ 10,117m  
D2 19,00 | D2 22,00 | D3 23,00
- Rifugio Sella**  
2.579m | km 142,00 | D+ 11,543m  
D2 22,00 | D3 01,00 | D4 05,30
- Cogne** - barriera D4 12,00  
1.545m | km 160,00 | D+ 12,107m  
D3 02,00 | D3 04,30 | D4 10,00
- Rifugio Miserin**  
2.588m | km 180,00 | D+ 13,955m  
D3 06,00 | D3 08,00 | D4 20,30
- Rifugio Dondena**  
2.186m | km 183,00 | D+ 13,946m  
D3 07,00 | D3 10,00 | D4 21,30
- Dortoir Crest**  
1.148m | km 205,00 | D+ 15,659m  
D3 12,00 | D3 17,00 | D5 06,00
- Rifugio Benze**  
1.859m | km 217,00 | D+ 17,492m  
D3 14,00 | D3 20,00 | D5 10,30
- Donnas** - barriera D5 13,00  
330m | km 226,00 | D+ 17,774m  
D3 16,00 | D3 21,30 | D5 12,30
- Rifugio Coda**  
2.224m | km 246,00 | D+ 20,888m  
D3 20,30 | D4 04,00 | D5 23,30
- Rifugio della Balma**  
2.040m | km 255,00 | D+ 21,629m  
D3 22,30 | D4 04,00 | D4 06,00
- Gressoney-Saint-Jean** - Sport Haus  
barriera D6 22,00  
1.329m | km 287,00 | D+ 24,356m  
D4 05,45 | D4 13,00 | D6 21,30
- Rifugio Sitten**  
2.280m | km 301,00 | D+ 25,584m  
D4 09,00 | D4 15,00 | D7 04,30
- Rifugio Ferraro**  
2.078m | km 314,00 | D+ 26,629m  
D4 12,30 | D4 17,30 | D7 09,30
- Rifugio Duca degli Abruzzi**  
2.810m | km 326,00 | D+ 28,541m  
D4 16,50 | D4 22,00 | D7 19,30
- Rifugio Perucca Vuillermoz**  
2.909m | km 352,00 | D+ 29,814m  
D4 21,00 | D5 02,00 | D8 00,00
- Rifugio Prarayer**  
2.005m | km 359,00 | D+ 30,170m  
D4 22,45 | D5 04,00 | D8 04,30
- Rifugio Crête Sèche**  
2.389m | km 374,00 | D+ 31,562m  
D5 02,30 | D5 08,00 | D8 08,30
- Rifugio Champillon** - barriera D8 15,30  
2.435m | km 397,00 | D+ 33,404m  
D5 08,45 | D5 14,00 | D8 15,00
- Ospizio del Gran San Bernardo**  
2.469m | km 417,00 | D+ 33,404m  
D5 14,05 | D5 19,30 | D9 00,30
- Rifugio Frassati**  
2.551m | km 427,00 | D+ 36,216m  
D5 16,50 | D5 23,00 | D9 08,00
- Col Malatrà**  
2.936m | km 430,00 | D+ 36,664m
- Rifugio Bertone**  
1.977m | km 444,00 | D+ 37,284m  
D5 21,30 | D6 03,00 | D9 15,30
- COURMAYEUR FINISH** - barriera D9 18,00  
1.224m | km 448,00 | D+ 37,319m  
D5 22,20 | D6 04,00 | D9 17,00

# Valle d'Aosta Vallée d'Aoste

## 130Km

### TOR130 Tot Dret - Groadus!

D1 = 10 Sett./sept./sept. 2019

- GRESSONEY-SAINT-JEAN START**  
Obre Platz  
1.329m | km 0,00 | D1 21,00
- Rifugio Alpenzu**  
1.788m | km 5,00
- Champoluc** - barriera D5 15,00  
1.556m | km 15,90  
D1 23,15 | D2 2,30
- Rifugio Grand Tourmalin**  
2.535m | km 24,40
- Valtournenche** - barriera D2 08,00  
1.526m | km 33,10  
D2 1,50 | D2 08,00
- Rifugio Barmasse**  
2.175m | km 37,50
- Torgnon - Gordza**  
2.288m | km 48,60
- Rifugio Lo Magia**  
2.007m | km 54,40
- Rifugio Cuney**  
2.656m | km 57,50  
D2 6,00 | D2 15,00
- Bivacco R. Clermont**  
2.705m | km 61,90
- Oyace** - barriera D2 19,30  
1.360m | km 71,80  
D2 8,15 | D2 19,30
- Ollolmont** - barriera D3 00,00  
1.396m | km 84,40  
D2 10,45 | D3 00,00
- Rifugio Champillon**  
2.433m | km 89,30
- Saint-Rhémy-en-Bosses** - barriera D3 7,00  
1.525m | km 105,70  
D2 15,00 | D3 7,00
- Merdeux** - barriera D7 10,00  
2.250m | km 117,20
- Rifugio Frassati**  
2.537 | km 114,40  
D2 17,15 | D3 10,00
- Col Malatrà**  
2.936m | km 117,20
- Malatrà**  
2.325m | km 119,20
- Rifugio Bertone**  
1.975m | km 127,50  
D2 20,30 | D3 15,30
- COURMAYEUR FINISH** - barriera D3 17,00  
1.224m | km 134,10  
D2 21,30 | D3 17,00

## 30Km

### TOR30 Passage au Malatrà

- SAINT-RHÉMY-EN-BOSSES START**  
1.525m | km 0,00  
14 Sett./sept./sept. h. 10,00
- Merdeux** - barriera D2 00,00  
2.250m | km 7,40  
10,40 | 11,45
- Rifugio Frassati**  
2.537 | km 8,80  
11,10 | 12,15
- Col Malatrà**  
2.936m | km 10,80  
11,30 | 13,15
- Malatrà**  
2.325m | km 13,70  
12,00 | 14,15
- Rifugio Bertone**  
1.975m | km 24,00  
13,30 | 16,45
- COURMAYEUR FINISH** - barriera D3 18,00  
1.224m | km 30,00  
14,00 | 18,00

## 450Km

- COURMAYEUR START**  
1.224m | km 0,0 | D+ 0,0m | D1 h. 20:00
- Rifugio Maison Vieille**  
1.952m | km 5,7 | D+ 8,66m  
D1 20,35 | D1 21,00 | D1 22,00
- Rifugio Elisabetta**  
2.197m | km 15,60 | D+ 1,579m  
D1 21,50 | D1 22,30 | D2 00,00
- Rifugio Deffeyes**  
2.500m | km 42,10 | D+ 3,430m  
D2 02,00 | D2 03,00 | D2 08,30
- Rifugio degli Angeli**  
2.916m | km 66,90 | D+ 5,976m  
D2 06,30 | D2 07,00 | D2 20,30
- Rifugio Bezzi**  
2.284m | km 87,80 | D+ 7,046m  
D2 10,45 | D2 12,00 | D3 04,00
- Rifugio Benevolo**  
2.287m | km 98,20 | D+ 7,964m  
D2 13,00 | D2 16,00 | D3 08,00
- Rifugio Savoia**  
2.400m | km 108,00 | D+ 8,882m  
D2 15,00 | D2 18,00 | D3 14,30
- Rifugio Vittorio Emanuele II**  
2.719m | km 121,00 | D+ 9,767m  
D2 17,45 | D2 21,00 | D3 20,00
- Rifugio Chabod**  
2.710m | km 127,00 | D+ 10,117m  
D2 19,00 | D2 22,00 | D3 23,00
- Rifugio Sella**  
2.579m | km 142,00 | D+ 11,543m  
D2 22,00 | D3 01,00 | D4 05,30
- Cogne** - barriera D4 12,00  
1.545m | km 160,00 | D+ 12,107m  
D3 02,00 | D3 04,30 | D4 10,00
- Rifugio Miserin**  
2.588m | km 180,00 | D+ 13,955m  
D3 06,00 | D3 08,00 | D4 20,30
- Rifugio Dondena**  
2.186m | km 183,00 | D+ 13,946m  
D3 07,00 | D3 10,00 | D4 21,30
- Dortoir Crest**  
1.148m | km 205,00 | D+ 15,659m  
D3 12,00 | D3 17,00 | D5 06,00
- Rifugio Benze**  
1.859m | km 217,00 | D+ 17,492m  
D3 14,00 | D3 20,00 | D5 10,30
- Donnas** - barriera D5 13,00  
330m | km 226,00 | D+ 17,774m  
D3 16,00 | D3 21,30 | D5 12,30
- Rifugio Coda**  
2.224m | km 246,00 | D+ 20,888m  
D3 20,30 | D4 04,00 | D5 23,30
- Rifugio della Balma**  
2.040m | km 255,00 | D+ 21,629m  
D3 22,30 | D4 04,00 | D4 06,00
- Gressoney-Saint-Jean** - Sport Haus  
barriera D6 22,00  
1.329m | km 287,00 | D+ 24,356m  
D4 05,45 | D4 13,00 | D6 21,30
- Rifugio Sitten**  
2.280m | km 301,00 | D+ 25,584m  
D4 09,00 | D4 15,00 | D7 04,30
- Rifugio Ferraro**  
2.078m | km 314,00 | D+ 26,629m  
D4 12,30 | D4 17,30 | D7 09,30
- Rifugio Duca degli Abruzzi**  
2.810m | km 326,00 | D+ 28,541m  
D4 16,50 | D4 22,00 | D7 19,30
- Rifugio Perucca Vuillermoz**  
2.909m | km 352,00 | D+ 29,814m  
D4 21,00 | D5 02,00 | D8 00,00
- Rifugio Prarayer**  
2.005m | km 359,00 | D+ 30,170m  
D4 22,45 | D5 04,00 | D8 04,30
- Rifugio Crête Sèche**  
2.389m | km 374,00 | D+ 31,562m  
D5 02,30 | D5 08,00 | D8 08,30
- Rifugio Champillon** - barriera D8 15,30  
2.435m | km 397,00 | D+ 33,404m  
D5 08,45 | D5 14,00 | D8 15,00
- Ospizio del Gran San Bernardo**  
2.469m | km 417,00 | D+ 33,404m  
D5 14,05 | D5 19,30 | D9 00,30
- Rifugio Frassati**  
2.551m | km 427,00 | D+ 36,216m  
D5 16,50 | D5 23,00 | D9 08,00
- Col Malatrà**  
2.936m | km 430,00 | D+ 36,664m
- Rifugio Bertone**  
1.977m | km 444,00 | D+ 37,284m  
D5 21,30 | D6 03,00 | D9 15,30
- COURMAYEUR FINISH** - barriera D9 18,00  
1.224m | km 448,00 | D+ 37,319m  
D5 22,20 | D6 04,00 | D9 17,00

## 330Km

- COURMAYEUR START**  
1.224m | km 0,0 | D+ 0,0m | D1 h. 12:00
- La Thuile** - barriera D1 17,30  
1.458m | km 18,60  
D1 14,00 | D1 17,10
- Rifugio Deffeyes**  
2.500m | km 27,20  
D1 16,00 | D1 22,00
- Bivacco Promoud**  
2.017m | km 33,40  
D1 17,00 | D2 01,30
- Planaval**  
1.517m | km 43,03  
D1 19,00 | D2 05,30
- Valgrisenche** - barriera IN D2 7,00 / OUT D2 09,00  
1.800m | km 50,00  
D1 19,30 | D2 07,00
- Rhêmes-notre-dame**  
1.738m | km 65,60  
D1 21,35 | D2 16,50
- Eaux Rousses** - barriera D2 21,30  
1.683m | km 81,40  
D2 01,20 | D2 21,20
- Rifugio Vittorio Sella**  
2.585m | km 98,00  
D2 04,50
- Cogne** - barriera IN D3 06,00 / OUT D3 08,00  
1.531m | km 106,20  
D2 05,45 | D3 05,00
- Gaillies**  
1.830m | km 111,80  
D2 06,50
- Rifugio Sogno**  
2.534m | km 120,40
- Rifugio Dondena**  
2.151m | km 122,80  
D2 09,35
- Chardonney**  
1.450m | km 133,20  
D2 10,00 | D3 18,00
- Donnas** - barriera IN D4 02,00 / OUT D4 04,00  
330m | km 151,30  
D2 12,00 | D4 01,00
- Sassa**  
1.398m | km 164,90  
D2 15,00 | D4 09,00
- Rifugio Coda** - Metà GA8A  
2.224m | km 169,30  
D2 16,30 | D4 14,15
- Rifugio della Balma** - barriera D4 15,00  
2.040m | km 178,00  
D2 19,00 | D4 15,00
- Lago Chiaro**  
2.096m | km 183,40  
D2 20,30 | D4 17,17
- Col della Vecchia**  
2.184m | km 187,20  
D2 21,30 | D4 19,35
- Niel - Dortoir La Gruba** - barriera D4 21,30  
1.573m | km 192,90  
D2 22,45 | D4 21,00
- Gressoney-Saint-Jean** - Sport Haus  
1.329m | km 205,90 | D+ 29,814m  
D3 01,30 | D5 01,00 - barriera IN D5 01,00 / OUT D5 03,00
- Rifugio Alpenzu**  
1.788m | km 210,90  
D3 03,00 | D5 06,00
- Champoluc** - barriera D5 15,00  
1.556m | km 221,80  
D3 06,15 | D5 15,00
- Rifugio Grand Tourmalin**  
2.535m | km 230,30  
D3 08,00 | D5 18,00
- Valtournenche** - barriera IN D5 21,00 / OUT D5 23,00  
1.526m | km 239,00  
D3 09,30 | D5 21,00
- Rifugio Barmasse**  
2.175m | km 243,40  
D3 11,15 | D6 00,30
- Varetton - Torgnon**  
2.288m | km 248,40  
D3 12,45
- Rifugio Lo Magia**  
2.007m | km 256,80  
D3 14,15
- Rifugio Cuney**  
2.656m | km 259,90  
D3 15,00 | D6 10,00
- Bivacco R. Clermont**  
2.705m | km 264,40  
D3 16,00 | D6 12,00
- Oyace** - barriera D6 15,30  
1.360m | km 274,40  
D3 17,30 | D6 15,30
- Ollolmont** - barriera IN D6 19,00 / OUT D6 21,00  
1.396m | km 287,20  
D3 20,30 | D6 19,00
- Rifugio Champillon**  
2.433m | km 292,00  
D3 21,15
- Saint-Rhémy-en-Bosses**  
1.525m | km 308,60  
D4 01,45 | D7 06,30
- Merdeux** - barriera D7 10,00  
2.250m | km 316,00  
D7 10,00
- Rifugio Frassati**  
2.537m | km 317,40  
D4 03,15 | D7 11,30
- Col Malatrà**  
2.936m | km 430,00
- Malatrà**  
2.325m | km 322,30  
D4 05,00 | D7 13,00
- Rifugio Bertone**  
1.975m | km 332,60  
D4 08,15 | D7 16,30
- COURMAYEUR FINISH** - barriera D7 18,00  
1.224m | km 338,60  
D4 09,00 | D7 18,00



# TORX

## 2019

www.tordesgeants.it



Tor des Geants  
@TDG\_trail



Tourist Office  
www.lovevda.it  
Office régional du tourisme  
Piazza Porta Praetoria, 3  
AOSTA  
Tel. +39.0165.236627  
aosta@turismo.vda.it

MONTANE  
FURTHER. FASTER.

eolo  
Internet dove  
gli altri non arrivanoo

