

| Num jour | Date  | étape   | durée | Distance/Dénivelé positif |
|----------|-------|---|-------|---------------------------|
| 1        | 31/07 | Barrage de Senet --> IXEIA ( ravitaillement possible)                                       | 8h15  | 15 km<br>1300m            |
| 2        | 01/08 | Camping IXEIA --> Refuge de Viados sur le parcours, refuge d'Estos. Service de bar et repas | 6h    | 20 km<br>13303            |
| 3        | 02/08 | Refuge de Viados--> Parzan ( ravitaillement petit supermarché- Hôtel en direction de Bielsa | 5h30  | 19 km<br>765m             |
| 4        | 03/08 | Parzan --> refuge de Pineta ( repas)  | 6h15  | 18 km<br>1000m            |
| 5        | 04/08 | Refuge de Pineta --> Refuge de Goriz (repas)<br><b>Etape technique</b>                      | 6h30  | 11km<br>1200m             |
| 6        | 05/08 | Refuge de Goriz (repas) --> San Nicolas de Bujaruelo (camping, restaurant)                  | 6h    | 20 km<br>330m             |
| 7        | 06/08 | San Nicolas de Bujaruelo --> Balneario de Penticosa (service repas)                         | 6h10  | 18 km<br>1200m            |
| 8        | 07/08 | Balneario de Penticosa --> Sallent de Gallego (repas)                                       | 8h    | 20 km<br>1100m            |
| 9        | 08/08 | Sallent de Gallego (repas) --> Candanchu ( repas , en passant alimentation Formical)        | 6h30  | 22 km<br>920m             |
| 10       | 09/08 | Candanchu-->La Mina ( pas de ravitailment, eau à traiter)                                   | 6h    | 20 km<br>360m             |
| 11       | 10/08 | La Mina --> Cabane d'Ansabere   | 6h    |                           |
| 12       | 11/08 | Cabane d'Ansabere --> La pierre Saint martin  | 6h    |                           |

Le trajet pourra éventuellement durer un jour de plus.