

	Km	Temps	Heure	Total K
Rumilly Départ			09:00	
Desingy	20	00:24	09:24	20
Collonges				
Surjoux	15	00:15	09:39	35
Arrêt Pain de sucre		00:30	10:09	
Chatillon en Michaille				
St Germain de Joux	23	00:25	10:34	58
Arrêt Marmites de Géant		00:20	10:54	
Chaumont par St Claude	33	00:36	11:30	91
Arrêt St Claude		00:30	12:00	
Arrêt Chaumont		01:30	13:30	
Lézat (gorges de la Bienne)				
Morbier	30	00:40	14:10	121
Les Rousses				
Col de la Faucille				
Gex	41	00:40	14:50	162
St Genis en Pouilly				
Bellegarde	41	00:40	15:30	203
Chanaz	43	00:49	16:19	246
Arrêt (moulin de Chanaz)		01:00	17:19	
Rumilly	34	00:39	17:58	280
		05:08		