

KM	LIEU	ALTITUDE	COMMENTAIRE
0	Allevard	500	
10	Refuge du Crêt de Poulet	1726	
15	Col de Merdaret	1798	Intersection GRP
23	Lac noir	2100	Intersection GRP
24	Refuge des 7 laux	2135	
26	Col des 7 laux	2184	
30	D 526	1200	
35	Pas de la Coche	1984	
36	Intersection GRP	1700	
38	Captage	1380	
42	Ciol de la Mine de fer	2400	
44	Refuge Jean Collet	1952	Cabane au K 45 (alti :1718)
47	col du Loup	2331	
50	Refuge de la Pra	2109	
55	Recoin de Chamrousse	1450	
72	Vizille	282	