

Les traces des parcours suivis lors de l'itinérance

J 1 : De St martin Vésubie à la Madone de Fenestre : 10 km, + 901 m, - 12 m, i 62

<https://www.visugpx.com/0sFbH7Oke8>

J 2 : De la madone de Fenestre au refuge de Nice : 6,2 km, + 724 m, - 422 m, i 88

<https://www.visugpx.com/6QXWu9GlpH>

J 3 : Du refuge de Nice au refuge de Valmasque : 9 km, + 549 m, - 541 m, i 80

<https://www.visugpx.com/pbFeyfclgJ>

J 4 : Du refuge de Valmasque à Casterino : 8 km, + 11 m, - 675 m, i 43

<https://www.visugpx.com/3tSONRREEC>

J 5 : Casterino : 19 km, + 879 m, - 881 m, i 118

<https://www.visugpx.com/xWLTZaCLvZ>

J 6 : De Casterino au refuge de la vallée des Merveilles : 14,5 km, + 1205 m, - 648 m, i 116

<https://www.visugpx.com/PM1inb2ZmV>

J 7 : La vallée des Merveilles : 4,6 km, + 193 m, - 202 m, i 39

<https://www.visugpx.com/aDYyCUt2F9>

J 8 : De la vallée des Merveilles à Belvédère : 19 km, + 369 m, - 1664 m, i 96

<https://www.visugpx.com/rbCYHpzaar>

Soit un total : 90 km (+ une douzaine non enregistrés),

dénivelé positif : 4831 m, dénivelé négatif : 5045 m