



LE PRAZ (1 350m)

Après un départ à 4h du matin à la frontale, nous attaquons par une belle montée au milieu du public avant d'aller découvrir les sentiers et les beaux paysages du Parc National de la Vanoise.



COL DE LA LOZE (2 274m)

Au lever du soleil, les premiers concurrents arrivent au Col de la Loze. Nous pouvons profiter du 1er ravitaillement avec une vue imprenable sur le Mont Blanc.



ROCHER DE LA LOZE (2 526m)

2 526m !! Premier sommet de la journée. Après une petite descente technique, nous rejoindrons le 2ème ravitaillement au sommet de la Vizelle (2 659m) avant de basculer sur le Col du Fruit. (Photo : Dawa Sherpa au sommet du Rocher de la Loze avec le Mont Blanc en arrière plan)



COL DU FRUIT (2 516m)

Passage du Col du Fruit (2 516m) et entrée dans le Parc National de la Vanoise. Face au glacier de Gébroulaz, nous descendons dans la vallée du Tueda pour rejoindre le refuge du Saut et le Col de Chamrouge (2 531m).



COL DE CHAMROUGE (2 531m)

Nous voici arrivée au Col de Chamrouge, nous découvrons enfin la vallée des avals et notre prochaine ascension sur le col du Rateau !



COL DU RATEAU (2 689m)

Ouf ! Nous voilà arrivée au sommet ! Dur, dur il n'y a pas de chemin mais que des rochers avec des traits de peinture ! La descente se fait sur un névé jusqu'au pied du col puis nous partons en direction du lac du Rateau.



LAC DU RATEAU

Nous voilà arrivées au lac ! Nous pouvons apercevoir les truites nous encourager au bord du Lac et entendre le son de l'accordéon... le ravitaillement n'est pas loin.



LA PETITE VAL (2 235m)

WAOUUU !!! Le mot de tous les coureurs qui arrivent au ravitaillement de la petite Val. Tout est là, saucisson, jambon, céréales, boissons, gâteau... un vrai self service!!! Et en plus une accordéoniste qui fait l'ambiance. Le TOP ! Bon ce n'est pas le tout, mais il va falloir continuer car la course n'est pas finie. En route pour le Col des Saulces et la crête de Mont Charvet.



LA CRÊTE DE MONTCHARVET

La partie du parcours que nous n'oublierons jamais ! Même Dawa Sherpa est venu spécialement sur cette crête faire des images pour son film "Les cinq vies de Dachhiri Dawa Sherpa". Nous évoluons dans un paysage lunaire avec les glaciers de la Vanoise sur la droite et le Mont Blanc en face de nous. Nous ne dirons rien de plus sur cet endroit magique... nous vous invitons à venir le découvrir !



COL DE LA DENT (2 140m)

Au Col de la Dent, nous continuons sur les sentiers pour rejoindre le dernier sommet, la dent du Villard (2 284m).



DENT DU VILLARD (2 284m)

Nous voilà arrivée au trésor, au pied de la Croix, le dernier sommet. Après un dernier coup d'œil sur le panorama à 360° sur tous les plus beaux sommets, Mont-blanc, Bellecôte, Grand Bec, Grande Casse... nous attaquons la longue descente pour rejoindre l'arrivée.

