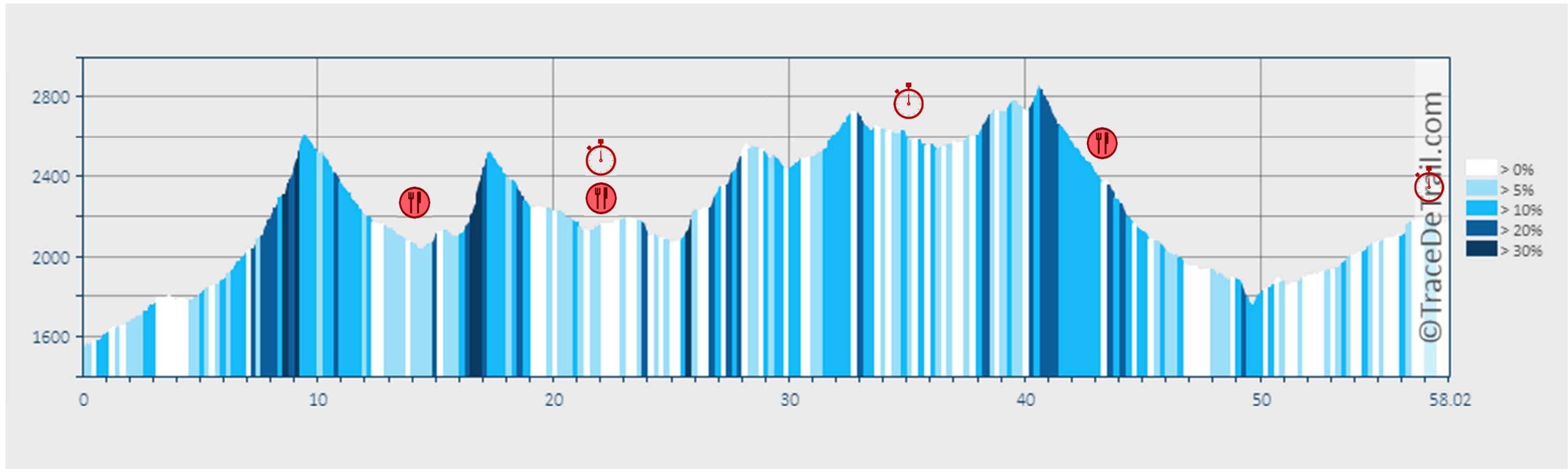


# PROFIL – CONSIGNES / 60 KM



## **Barrières horaires :**

- Hospice du Petit St Bernard – 22<sup>ème</sup> km – BH : 11h15
- Col des Chavannes – 35<sup>ème</sup> km - BH : 14h45
- Hospice du Petit St Bernard – 60<sup>ème</sup> km – BH : 20h15

## **Matériel obligatoire :**

- Frontale, 1 sifflet, 1 couverture de survie, téléphone portable
- 1 gourde d'1l d'eau minimum (remplie), un gobelet réutilisable, réserve alimentaire,
- Coupe-vent imperméable, gants, bonnet,
- Un sac étanche à mettre au fond du sac contenant les affaires de rechange suivantes : 1 tee-shirt chaud, 1 collant et une paire de chaussettes.

**Utiles :** bandes adhésives élastiques

L'usage des bâtons est autorisé.

## **Ravitaillements :**

- 14<sup>ème</sup> km : Pont de Chérazi
- 22<sup>ème</sup> km : Hospice du petit saint bernard
- 43<sup>ème</sup> km : Berrio Blanc du dessus
- ! Pensez à bien vous approvisionner à l'hospice  
Possibilité de réapprovisionnement en eau sur le parcours de Bassa Serra (torrent)