

Résumé de la traversée des Pyrénées "d'un bon pas". Rémi Thivel, sept 2018

Etape	Dist	Den	Temps	Itinéraire
1	43	2110	8h30	Banyuls - Coll de Vallauria - Puig dels Quatre Termes - Roc dels Tres Termes - Le Perthus - Coll del Teixó - Coll del Figuer - Las Illas
2	52	1830	9h30	Las Illas - Col de Lli - Col dels Pous - Coll Cerda - Montalbà - Alzine-Rodone - Arles-sur-Tech - Prats-de-Mollo - La Preste
3	54	3130	11h15	La Preste - Coll de Siern - Col del Pal - Portella de Morens - Refugi Ulldeter - Coll de la Marrana - Coll de la Vaca - Col Núria - Eyne - Err - Ste-Léocadie - Puigcerdà
4	49	2890	11h15	Puigcerda - Guils de Cerdanya - Refugi Malniu - Portella d'Engorgs - Cabana dels Esparvers - Refugi de l'Illa - Andorra la Vella - La Massana
5	53	2960	11h40	La Massana - Arinsal - Coll Baiau - Vall Ferrera - Collet de Tuleda - Ginestarre - Arros - Ribera de Cardós - Estaon
6	50	3650	12h30	Estaon - Col de Serra Plana - Dorve - La Guingueta d'Aneu - Espot - Refugi d'Amitges - Port de Ratèra - Refugi Colomèrs - Port de Caldes - Coret d'Oelhacrestada - Refugi dera Restanca
7	52	2630	12h	Refugi dera Restanca - Port de Rius - Hospital de Vielha - Puente de Salenques - Collada de los Ibones - Collada de Vallibierna - Puente de Coronas - Puente de San Jaime - Refugio de Estós
8	51	2080	10h15	Refugio de Estós - Puerto de Chistau - Refugio de Viados - Bordas de Lisiert - Collado de Urdiceto - Parzán - Bielsa - Refugio de Pineta
9	59	3450	13h30	Refugio de Pineta - Collado de Añisclo - Collata de las Olas - Faja de las Olas - Refugio de Góriz - Brèche de Roland - Port de Boucharo - San Nicolás de Bujaruelo - Collado Tendenera - Panticosa - Escarilla
10	63	2970	14h15	Escarilla - Collado de Termañones - Cuella Escarra - Candanchú - Col de Causiat - Ibón de Estanés - Puerto de Escalé - Refugio de la Mina - Collada del Huerto de Acherito - Refugio de Linza
11	70	2520	13h50	Refugio de Linza - Collado Txamantxoia - Portillo de Bimballet - Portillo de la Pista - Betzulaco Lepoa - Port de Larrau - Zapigain - Pont d'Orgate - Col d'Oraate - Col d'Irau - Estérençuby - Saint-Jean-Pied-de-Port
12	80	2450	14h30	Saint-Jean-Pied-de-Port - St-Etienne-de-Baïgorry - Bidarray - Col d'Espalza - Col des Veaux - Gorospil - Dantxarinea - Sare - La Rhune - Col d'Ibardin - Xoldoko Gaina - Biriadou - Hendaye
Total	676 km	32670 m	143 h	