

Corsa: (1° giro)

- parte dalla zona cambio
- passa davanti alla scuola elementare
- traversa il borgo di Arvier
- imbuca il sottopasso (vicino alla fermata del Bus)
- costeggia la S.S. 26 sul marciapiede
- imbocca il sentiero che costeggia il cimitero fino alla strada poderale che scende all'Enfer
- risale la poderale fino alla Co-Enfer
- fa il giro della poderale "di Bouse" (dietro ristorante Vignerone)
- costeggia la S.S. 26 fino al sottopasso adiacente all'Hotel Ruitor
- imbuca il sottopasso
- transita sull'accesso dei Sigg.ri Joris
- attraversa il borgo fino ad imboccare il voltino adiacente al "Café du Bourg"
- risale la via Saint Sulpice fino alla chiesetta di Saint Joseph
- gira e risale fino all'area verde
- giro area verde
- zona cambio sul campo parrocchiale

Bici: (2 giri consecutivi)

- si parte dall'area verde di laghetto di Arvier
- si passa lungo la pista poderale che collega la chiesa alla via du château
- prosegue per Champlucet (discariche RAV)
- continua sulla poderale che porta alle Villes Dessous
- risale sulla poderale che arriva ai capannoni Ronc (loc. Champgerod)
- sale al Col d'Introd (su asfalto)
- scende (sempre su asfalto) fino all'imbocco della nuova strada di accesso all'abitato di La Crête
- traversa l'abitato di La Crête
- scende dalla strada vicinale (davanti ai Sigg.ri Presa)
- traversa la Fraz. Chez Les Fournier
- scende al fontanile di fronte alla chiesa di Arvier
- fa il giro dell'area verde
- zona cambio sul campo da calcio parrocchiale

Corsa (ultimo giro)

vedi tracciato primo giro