

Mise à jour-Update-Aggiornamenti	Verbesserungen 8.2018	France-Suisse	Août 2018
	Pontarlier -Les Fourgs -Jougne	21km	Jougne-la Jougne-Ballaigues 7km
	Jougne -Ballaigues - Orbe	19 km	Gorges de l'Orbe
	Orbe - Lausanne	30-32km	Granges St-Martin - Rivière Talent - Bioley
			<b>Pontarlier - Lausanne = 70 km</b>
Appl,II	<b>Etapas AEFV-APP</b>	<b>Italie</b>	
3°	Chatillon alentours		some paths no more recognisable
4°	Chatillon-Verrès	AEVF 19km itineraire improposable	AIVF Beriaz- Echallod: 12 km facile /easy
7-8°	Ivrea - Azeglio - Santhia 32km	Ivrea - Viverone -Santhia 37km	facile /easy
12-13°	Mortara - Garlasco - Pavia	Tromello - Pavia 30km easy / facile	plus / more Ticino Park
1°	S.Cristina-Orio Litta	signs-balis.VFsin.-left fs-Camporin.	NO Bissone!!
16°	Corte S.Andrea-Piacenza(Montale) 24km		Orio Litta -rive gauche left Piacenza 25km
17°	Piacenza -Fiorenzuola	avec ou sans gués /with or without ford	
18°	Fiorenzuola-Fidenza AIVF 17km	AEVF 22km diff. -Chiaravalle: O??	variante Castelnuovo Fogliani
19°	Fidenza -Fornovo 34 km difficult	après /after Costamezzana	avec ou sans gués /with or without ford
20°	Fornovo T.-Cassio 21km CAI	SS62 before /avant Cassio	
21°	Cassio - Cisa pass 19km	CAI (up and down) o SS62 easy	!!!paths not in best conditions
22°	Cisa pass /col - Pontremoli	AEVF: Non cyclable / NO cycling +very difficile	AIVF 4h Montelungo: O + menu pellegrino
23°	Pontremoli-Aulla CAI 32km	Piste cyclable: 28km	S.Caprasio: info Sarzana-Pietrasanta
24°	Aulla -Sarzana 16km	CAI difficult - SS62 very dangerous	No bicycle !!paths not in best conditions
25°	Sarzana-Massa AEFV	AIVF parco della Magra-CAI	AIVF signposting
35°	Ponte Arbia - S. Antimo 23km	abbaye/ abbey monte Amiata 1.730m	S.Antimo -Abbadia SS. 28km
36°	S. Quirico - Gallina- Abbadia SS.	AIVF historic gué /ford-SS2	taxi: consorzio agrario Km 170,7-Gallina
36°	Le Briccole-Abbadia 20km bici	Campiglia d'O.m 800-No Bagni SP	SP18 Zaccaria
43°	Monterosi-Cesano	lakes-lacs Bracciano + Martignano	AEVF: Campagnano problem?
44°	Campagnano-La Storta	20km ( - 4 km) new pont / brige	déviation à droite avant Formello
45°	La Storta-Roma	La Giustiniana- Cassia N°1081	parco Insugherata sentiers pas entretenus
45°	Monte Mario - Roma	historique via Trionfale 2,2km	chiesa S.Lazzaro (étape impériale)
			attention trafic