

2022

| Data | Descrizione | Valle | Quota | | Dislivello | | sviluppi Km | Grado difficoltà | Tempi | | | tempo | |
|----------------------------|---|-----------------|-------|--------------|------------|--------------|----------------|---------------------|--------|--------|-------|-------|--|
| | | | part. | Arrivo | basso | Alto | | | salita | Totali | auto | Km | |
| lunedì 22 agosto 2022 | Lago Retico-Passo Cristallina da Capanna Boverina | Campo Blenio | 1.715 | 2.400 | | 685 | | T2 | 02:30 | 04:30 | 01:50 | 92 | |
| giovedì 25 agosto 2022 | P.sso della Froda (2691 mt)- Poncione di Braga da Robiei | Val Bavona | 1.890 | 2.864 | 801 | 974 | 10,5 | T3+ | 03:00 | 05:00 | 01:40 | 80 | |
| giovedì 1 settembre 2022 | Piz Terry da Garzott - Capanna Motterascio 2.197 mt | Campo Blenio | 1.627 | 3.140 | 570 | 1.513 | 12,0 | T2/T4 | 04:00 | 07:00 | 01:50 | 97 | |
| lunedì 5 settembre 2022 | Pausa | | | | | | | | | | | | |
| giovedì 8 settembre 2022 | Passo Predelp(2449) da Casaccia -Pizzo Predelp | Lucomagno | 1.800 | 2.585 | 640 | 785 | 15 | T3 | 03:00 | 05:30 | 01:45 | 95 | |
| lunedì 12 settembre 2022 | Avorgno-Cortino(1256)-Bivacco Regi (1888)-Pizzo la Scheggia | Val Vigizzo | 1.245 | 2.466 | 643 | 1.221 | 11,5 | T3+ | 03:00 | 05:30 | 02:15 | 90 | |
| giovedì 15 settembre 2022 | Dalpe -Cap. Campo Tencia con Pernottamento cap. Campo Tencia | Val Leventina | 1.193 | 2.139 | 946 | 946 | 15 | T3 | 03:00 | 05:00 | 01:30 | 89 | |
| venerdì 16 settembre 2022 | Cap. Campo Tencia - Lago Morghirolo - Dalpe | Val Leventina | 2.139 | 2.481 | 342 | 342 | 8 | T2 | 01:00 | 04:00 | - | - | |
| domenica 18 settembre 2022 | Pizzo di Claro da Alpe Strabveder | Val Calanca | 1.850 | 2.727 | 877 | 877 | 10 | T3+ | | | | | |
| giovedì 22 settembre 2022 | Alpe di Categn (1877)-Laghetti (2040) bochetta di Ribia (2241) | Val Vergeletto | 1.060 | 2.241 | 817 | 1.181 | 11,0 | T2/T3 | 03:15 | 06:00 | 01:35 | 63 | |
| lunedì 26 settembre 2022 | Rif. Alpe di Laghetto e Laghi di Campo Minore da Rif. San Bernardo | Val Bognanco | 1.600 | 2.230 | 755 | 755 | 14 | T2 | 02:30 | 05:00 | 02:15 | 86 | |
| giovedì 29 settembre 2022 | Alpe Cheggio-Alpe Pasquale-Bocc. Pianei-P.sso Preja-p.sso Castello-Alpe di Teste | valle Antrona | 1.490 | 2.370 | 1.080 | 1.080 | 15 | T3+ | | 07:30 | 01:35 | 90 | |
| lunedì 3 ottobre 2022 | Pausa | | | | | | | | | | | | |
| giovedì 6 ottobre 2022 | Bivacco Lanti dal lago delle Fate | Maccugnaga | 1.300 | 2.150 | 850 | 850 | 13 | T2 | 02:45 | 05:00 | 02:15 | 85 | |
| lunedì 10 ottobre 2022 | Capanna Adula CAS da Dangio | Val Blenio | 800 | 2.021 | 1.221 | 1.221 | | T2 | 03:30 | 06:00 | 01:40 | 80 | |
| giovedì 13 ottobre 2022 | Viceno - Croce di sasso | Valle Antigorio | 1.050 | 1.742 | 692 | 692 | 11,0 | T2 | 02:30 | 04:30 | 01:55 | 85 | |
| lunedì 17 ottobre 2022 | Pausa | | | | | | | | | | | | |
| giovedì 20 ottobre 2022 | Mesocco S.Rocco-Stabi(1456)-Alp de Barna | Mesolcina | 771 | 1.740 | 729 | 969 | 11 | T2 | 02:45 | 04:30 | 01:30 | 85 | |
| lunedì 24 ottobre 2022 | Pausa | | | | | | | | | | | | |
| giovedì 27 ottobre 2022 | Merigetto - chiusura stagione estivo autunnale | Val Veddasca | 548 | 1.500 | 952 | 952 | 9,0 | T2 | 02:45 | 04:30 | 00:30 | 17 | |