



LA COMPAGNIE OISANS ECRINS

APRIAM

STAGE ALPINISME AUTONOMIE CONFIRME



Le but pédagogique de ce stage est de vous amener à évoluer en autonomie sur de l'alpinisme mixte.

Nos stages d'Alpinisme sont des moyens d'allier, formation technique et ascensions.

Points forts :

- Axé sur l'apprentissage et la pédagogie
- Au rythme de chacun
- Le prix comprend la location du matériel, les nuitées et demi pensions en refuge, le guide ainsi que le matériel collectif de sécurité fournit par le Guide.
- **Possibilité de faire une journée de préparation avec un Accompagnateur en moyenne montagne, hors sentier, afin de préparer au mieux le stage. NEW**

Public visé :

- Ayant une expérience de l'Alpinisme.
- Une bonne forme physique



LA COMPAGNIE OISANS ECRINS

APRIAM

PROGRAMME :

New : **Avant le début du stage**, le Bureau des Guides, vous propose **une journée de randonnée sportive hors sentier**, dans le massif des Écrins, encadré par un **Accompagnateur en Moyenne Montagne du Bureau**, afin de se préparer **physiquement et techniquement à l'Alpinisme**. Lors de cette journée vous pourrez découvrir, une partie sauvage du massif, hors sentier, vous profiterez également **des conseils du professionnel**, sur la marche, le rythme, l'évolution en montagne et ainsi essayer les chaussures de montagne avant le stage.

CONTENU PEDAGOGIQUE :

- Évolution Rocheuse, escalade et arête alpine.
- Faire varier son encordement en fonction des situations rencontrées.
- Manipulations de secours.
- Choix de l'itinéraire.
- Progression à la descente, désescalade, rappel, moulinette.

1 Jour :

Rendez-vous au Bureau des Guides d'Ailefroide à 8H30.

Journée approche rocheuse autour d'Ailefroide.

Progression encordée, longueurs de corde et relais, descente en rappel et moulinette sont au programme.

Après-midi : Montée au Refuge du Sélé.

Repas, nuitée et petit déjeuner au Refuge du Sélé.

2 Jour :

Course en montagne mixte.

Traversée des Boeufs Rouges ou autres.

Sauvetage en crevasse sur le Glacier du Sélé.

Repas, nuitée et petit déjeuner au Refuge du Sélé.

3 Jour :



LA COMPAGNIE OISANS ECRINS

APRIAM

Traversée du Sélé au Refuge du Pelvoux, puis mise en situation en montagne.

Plusieurs possibilités, suivant le niveau et le choix du guide.

Repas, nuitée et petit déjeuner au Refuge du Pelvoux.

4 Jour :

Course d'application en autonomie encadrée par un guide de Haute Montagne.

Le Guide choisira la course : Les possibilités sont l'Ailefroide Orientale, la Traversée du Pelvoux ou autres.

Retour au Bureau des Guides et Accompagnateurs des Écrins à Ailefroide.
Séparation.

Le programme reste indicatif. Le professionnel encadrant le séjour pourra le modifier en fonction des conditions météorologiques, des conditions de montagne ainsi que de la forme ou du niveau technique des participants pour la sécurité du groupe.

PARTICIPANTS :

- 1 Guide de Haute Montagne pour 4 personnes.
- Départ assuré à partir de 3 personnes.

NIVEAU PHYSIQUE ET TECHNIQUE :

- Expériences en montagne nécessaire.
- Pouvoir grimper et évoluer en alpinisme.
- Très bonne condition physique.

DATES DE SEJOUR :

De Juin à Septembre.

TARIF :



LA COMPAGNIE OISANS ECRINS

APRIAM

- **940 euros par personne**

Le prix comprend :

- L'encadrement par un Guide de Haute Montagne
- Les demi – pensions et les nuitées en Refuge de Montagne
- La location du matériel
- Les réservations aux refuges

Le prix ne comprend pas :

- les repas du midi,
- L'eau minérale,
- Les achats personnels,
- Les vivres de courses,
- Les modifications de logements et restauration inhérents à un changement de programme.
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend »

HEBERGEMENT :

- Refuge du Sélé
- Refuge du Pelvoux

REPAS :

- Les repas du midi ne sont pas compris dans le prix.
- Demis pension pour les jours 1,2 ,3 et 4.

RENDEZ-VOUS :

- Le premier jour devant le bureau des Guides d'Ailefroide à 8H30.



LA COMPAGNIE OISANS ECRINS

APRIAM

LISTE DU MATERIEL

- Sac à dos 30 à 40 litres avec porte piolet, de préférence sans poche latérales.
- Pantalon de montagne en tissu déperlant
- Chaussettes chaudes
- Fourrure polaire chaude
- Sous vêtement technique à manches longues (pas de coton)
- Tee-shirt (pas de coton)
- Veste respirante type « gore tex »
- 2 paires de gants dont une fine
- Bonnet
- Guêtres ou stop tout
- Lunettes solaires de bonne qualité, crème solaire haute protection peau et lèvres
- 1 piolet (1)
- 1 paire de crampons réglés à vos chaussures dans la vallée avant de monter au refuge (1)
- 1 casque (1)
- 1 harnais + mousqueton à vis (1)
- Chaussures d'alpinisme à semelles rigides adaptées à vos crampons (1)
- Drap sac type « sac à viande » pour le refuge
- chaussons d'escalade (1)
- Petit nécessaire de toilette (pas de douche au refuge)
- Petite pharmacie personnelle (aspirine, soin des ampoules)
- Gourde 1 litre minimum
- Lampe frontale
- Bâtons de marche
- Quelques vivres de courses en complément, type barres énergétiques, fruit secs
- repas du midi



LA COMPAGNIE OISANS ECRINS

APRIAM

INSCRIPTION ET REGLEMENT :

A l'aide du bulletin d'inscription daté et signé accompagné d'un versement de 30 % d'arrhes à l'inscription et le solde 30 jours avant le départ.

ASSURANCE :

Chacun doit être en possession d'une assurance responsabilité civile individuelle. Il est fortement conseillé de posséder une assurance couvrant les frais d'annulation - perte ou vol de bagages et interruption de voyage pour participer à nos séjours et voyages. En revanche, il est obligatoire d'être couvert en assistance rapatriement – secours et recherche. Il appartient au participant de vérifier les risques pour lesquels il est déjà couvert.

Chaque participant a la possibilité de souscrire un contrat d'assurance auprès de la Compagnie Oisans Ecrins comprenant trois options :

CONTRAT EUROP ASSISTANCE :

- Assistance rapatriement - frais de secours : 1.5 %
- Annulation + bagages : 3.5 %
- Si vous achetez les 2 assurances, vous serez couverts en interruption de séjour. Attention l'assurance annulation doit être souscrite obligatoirement le jour de votre réservation : 5%

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez besoin de conseils pour votre préparation physique, le choix de votre matériel ou l'organisation de votre séjour.

guides-ecrins@orange.fr

[04.92.23.32.29](tel:04.92.23.32.29)