



Programme du week-end Rassemblement cascade de Glace Saint Christophe en Oisans

SAMEDI 21 Janvier 2023

Tarif: 45 euros par personne (comprenant le café, le vin chaud, le prêt du matériel si besoin, l'encadrement par un guide de haute-montagne et la soirée ciné-concert)

7h30 : Rendez-vous au Relais des Ecrins. Café et vérification de votre équipement individuel /prêt du matos supplémentaire si besoin . Briefing . Masque recommandé

8h30 -15h30:

- Ateliers grimpe, la découverte du vertical, trucs et astuces de progression. Prévoir son Pique-Nique

16h : Debriefing et vin chaud. Puis pause bien-être et conviviale avec option hammam, massages...

20h30 : Soirée Ciné-Montagne à la Cordée

DIMANCHE 22 Janvier 2023

2 formules proposées J2A ou J2GV . Option offre Bien-Etre

1. Journée J2A Ateliers formation

2 ateliers de 3 heures (8h-11h et 13h-16h) au choix parmi 3 propositions.

- () Rando raquette Nature&Découverte de la faune avec 1 guide du Parc de Ecrins.
- () Nivologie-Gestion du Risque Avalanche avec 1 guide certifié Anena
- () Secourisme en milieu hivernal par 1 infirmier ou guide certifié Anena

Tarif : 65 € par personne incluant l'encadrement. Prévoir son pique-nique.

8h : Rendez-vous pour le début des ateliers

16h : Débriefing de la journée

2. Journée J2GV Grandes Voies

Tarif : 180 € par personne incluant l'encadrement par un guide de haute montagne (2 personnes maximum par guide)

8h : Rendez-vous. Nous irons grimper une cascade de plusieurs longueurs dans le vallon du Diable (ou autre part suivant conditions ...). Prévoir son pique-nique.

16h : Débriefing de la journée

3. Offre Bien-être

Sur demande et à régler sur place, possibilité de profiter du hammam (15€) et d'un large choix de massages (35€ les 30mn). Plus d'infos sur www.oisans.com/equipement/hammam-la-cordee-da-cote/et sur www.aupresdemonalpe.fr/massages

Renseignements et inscriptions (à partir de 12 ans):

Bureau des guides de la Bérarde-Meije-Ecrins par email ou par téléphone

guides.berarde.veneon@gmail.com

Tél : 07.67.34.54.39

Ce programme peut être modifié en fonction des conditions météo, sanitaires ... (Cf conditions de vente).