



# *LA COMPAGNIE OISANS ECRINS*

## *APRIAM*

### **Tour des Ailefroïdes**



D'une vallée l'autre, quatre journées d'immersion au cœur du parc des Écrins.

#### Points forts :

- Au rythme de chacun
- Chaque jour une vallée nouvelle
- L'apprentissage des fondamentaux de l'alpinisme
- Le gardien du refuge du Sélé
- **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 :

- Débutant ou aillant une petite expérience de l'Alpinisme

#### CONTENU PEDAGOGIQUE :

- Évolution glaciaire avec crampons et piolets
- Découverte de l'encordement et de son ajustement en fonction du terrain



# 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.

### **Préambule :**

Les Ailefroïdes sont une chaîne de trois sommets culminants à 3954m, et seule la voie normale de la pointe orientale reste abordable techniquement mais au prix d'une ascension longue d'une dizaine d'heures. Les contourner reste le meilleur moyen de les admirer et constitue un véritable voyage à la découverte de la haute montagne.

### **1<sup>o</sup>jour :**

Rendez-vous au Bureau des Guides et Accompagnateurs des Écrins à Ailefroïde à 8H30.

Vérification du contenu des sacs à dos.

Montée au refuge du Sélé 2511 m.

L'après-midi, apprentissage du déplacement en terrain glaciaire grâce à une école de glace sur les langues terminales du glacier du Sélé. Introduction à l'encordement spécifique du déplacement en haute montagne, ainsi qu'à ses nombreux ajustements.

Nuit au refuge du Sélé.

Dénivelé positif : 1000 m

Horaire moyen de marche = 5 à 6 heures dans la journée.

### **2<sup>o</sup> jour :**

Réveil à 4h00

Nous rejoignons le glacier du Sélé et le remontons jusqu'au col éponyme à 3280m avant de redescendre sur le glacier de la Pilatte, versant Bérarde, jusqu'au refuge où nous passerons la nuit à compter les étoiles et inventer de nouvelles constellations.

Dénivelé positif : 700m

Horaire moyen de marche : 5 à 6 heures.

### **3<sup>o</sup>jour :**

Réveil 4h00

Ascension du facile sommet glaciaire du Giberney à 3385m en aller-retour depuis le refuge, puis nous descendrons par le long sentier dans le vallon du Vénéon et par une dernière montée nous rejoindrons le refuge de temple-écrins 2480m.



## **LA COMPAGNIE OISANS ECRINS**

### **APRIAM**

Dénivelé positif : 1300m

Horaire moyen de marche : 8 à 10 heures.

#### **4<sup>o</sup>jour :**

Réveil 4h00

Départ pour l'ascension du col de la temple à 3300m, notre dernier objectif alpin du séjour. Nous descendons par le glacier Noir sous les terribles faces nord qui continuent à faire frémir les alpinistes parmi les plus audacieux, jusqu'à rejoindre le pré de madame Carle, terminus de la route et de notre périple.

**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 :**

- Être capable de marcher en montagne pendant 7 ou 8 heures.

#### **DATES DE SEJOUR :**

De Juin à mi-juillet, la difficulté du parcours présenté est fonction de la qualité de l'enneigement du massif, en période sèche l'itinéraire devient à dominante rocheuse, le nombre de participants pourrait être alors revu à la baisse.

#### **TARIF :**

- **880 euros par personne**

#### **Le prix comprend :**

- L'encadrement par un Guide de Haute Montagne



## **LA COMPAGNIE OISANS ECRINS**

### **APRIAM**

- 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 : <http://refugedusele.ffcam.fr/>
- Refuge de la Pilatte : <http://refugedelapilatte.com/>
- Refuge de temple-Ecrins : <https://www.temple-ecrins.com/>

#### **REPAS :**

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

#### **RENDEZ-VOUS :**

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

#### **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)



## ***LA COMPAGNIE OISANS ECRINS***

### ***APRIAM***

- 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, crèmes haute protection solaire 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

#### **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 %



## ***LA COMPAGNIE OISANS ECRINS***

### ***APRIAM***

- 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.**