STAGE CASCADE DE GLACE INITIATION EN PAYS DES ECRINS
Du 08/01/21 au 10/01/21

ROC ÉCRINS vous propose une immersion dans le royaume des glaces du Pays des Ecrins.
Ce stage de trois journées s'adresse aux personnes désirant s'initier en douceur à la cascade de glace. Vous découvrirez les sites majeurs du Fournel, de Freissinières, Ceillac... Votre guide vous apportera les connaissances nécessaires pour évoluer avec aisance et sécurité sur cette matière si particulière, solide et délicate à la fois...

- Niveau : Niveau Évolution
- Massif : Ecrins
- 3 jours
- 3 - 4 personnes (reste places)
-

Tarifs : 565,00 €

Déroulement du séjour

JOUR 1 : DÉCOUVERTE DES TECHNIQUES DE PROGRESSION EN CASCADE DE GLACE

Accueil et équipement. Départ pour le site de cascade de glace le plus en condition du moment. Nous débuterons ce stage par l'apprentissage des techniques de progression : utilisation des crampons et du piolet pour gravir un mur de glace. Nous verrons ensuite les techniques d'assurage puis nous envisagerons de grimper sur une cascade de plusieurs longueurs suivant les motivations et les aptitudes des participants.
Repas et nuit en gîte situé à l'Argentière-la-Bessée.

JOUR 2 : PREMIÈRE CASCADE DE PLUSIEURS LONGUEURS

Ascension d'une cascade de plusieurs longueurs, par exemple « Le « **Torrent de Queyrières** ».
Repas et nuit en gîte situé à l'Argentière-la-Bessée.

JOUR 3 : CONFORTATION DES ACQUIS

Ascension d'une cascade de plusieurs longueurs telle que « Paulo Folie » à Freissinières. 3+/ 200 mètres.

Séparation en fin d'après-midi à l'Argentière-La Béssée.

NB : Le programme est donné à titre indicatif. **Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant**, pour des raisons de sécurité ou en fonction des conditions nivologiques et météorologiques, ou bien encore par rapport au niveau physique et technique des participants. Les indications pour les temps de montée et d'étapes sont données à titre indicatif.

Projet pédagogique

Au cours de ces trois journées, le guide vous apprendra les techniques de progression sur glace raide en vue d'acquérir les compétences nécessaires à la sécurité et à la fluidité de la cordée lors de l'ascension de cascades de plusieurs longueurs : encordement, manipulation du piolet, utilisation des crampons suivant la configuration du terrain, techniques d' assurage, placement et enlèvement des points d'assurage (sangles, broches...).

Nombre de participants

4 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 3 participants, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation**. Dans la mesure du possible une solution de remplacement vous sera proposée.

Matériel à prévoir

Le prêt du matériel technique individuel est compris dans le séjour, indiquez votre pointure dans la fiche d'inscription.

La tête :

- lunettes de soleil protection classe 3
- une paire de lunettes en verre blanc pour vous protéger contre les impacts de glace
- un bonnet ou une cagoule que vous pouvez mettre sous le casque
- un casque agréé pour l'alpinisme
- crème solaire

Le corps

- un sac à dos montagne d'environ 30 litres
- un sous-vêtement manches longues
- une polaire ou soft shell
- une doudoune chaude
- un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie et la neige
- un baudrier
- un mousqueton à vis
- une sangle de 40cm pour servir de vache

Les mains

- une paire de gants fins en cuir, polaire ou céramique pour les manipulations aux relais
- une paire plus chaude pour l'escalade

Les jambes

- l'idéal est un pantalon en gore tex en dessous duquel vous mettrez un collant, sinon un pantalon de ski peut convenir, il doit être déperlant.

Les pieds

- des chaussures de haute montagne cramponnables, chaudes et assurant un bon maintien de cheville
- une paire de crampons en bon état qui se fixent sur vos chaussures
- des piolets spécifiques de cascade

Divers :

- prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 l d'eau. L'idéal étant un thermos d'un litre plus d'autres bouteilles plus petites en plastique pour les glisser dans votre veste au chaud près du corps.
- vivres de courses (barres céréales, fruits secs...)
- petit couteau
- appareil photo avec sangle
- petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant aussi de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules.

Cette liste n'est pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

Encadrement

Vous serez encadrés par un **guide de haute montagne** diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premiers secours.

Assurances

Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle. En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. **Pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage**. Il vous appartient de bien vérifier les garanties proposées par votre contrat d'assurance personnel. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire au contrat d'EUROP ASSISTANCE spécialement adapté à nos activités, lors de votre inscription. Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche, représente 2,3% du prix du séjour. L'assurance « ANNULATION » couvrant l'annulation et la perte de bagages, représente 3,7 % du séjour.
Si vous achetez les deux assurances, vous serez également couvert en interruption de séjour. Attention, l'assurance annulation ne peut être souscrite que le jour de votre inscription.

Hébergement

Vous serez hébergés en pension complète dans **un gîte confortable et calme** situé proche du centre du village de l'Argentière La-Bessée à proximité des vallées du Fournel et de Fréssinières. Chambre double ou triple, douche et toilettes privées, WIFI. Les recettes de cuisine de la maison vous raviront les papilles.
Cet hébergement vous est proposé sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.
Si vous arrivez la veille du séjour, nous pouvons vous réserver une nuitée en demi-pension en gîte à l'Argentière-la-Béssée : Option à préciser sur votre fiche d'inscription.

Transport et Bilan Carbone

Les transports depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au départ des ascensions et aux hébergements seront assurés avec notre véhicule ROC ÉCRINS (sous réserve de disponibilité). Dans le cas où celui-ci ne serait pas disponible ou insuffisant, l'encadrant pourra proposer sa voiture et pour celles et ceux venant en voiture nous pourrons être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8:15

le premier jour à **L'Argentière-La Bessée, 05120, Hautes-Alpes**.

Accès

COMMENT VENIR DANS LES HAUTES-ALPES

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.
La SNCF assure des liaisons directes et quotidiennes depuis Paris, Marseille et Grenoble jusqu'à la gare de l'Argentière les Ecrins. ATTENTION : la gare du Pays des Ecrins s'appelle "L'Argentière les Ecrins". Il faut bien préciser au moment de votre réservation le nom complet de la gare, sinon vous risquez d'obtenir un billet pour la gare de "l'Argentière" en Savoie.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette (www.linkbus-alps.com) jusqu'à Briançon et l'Argentière
- Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus (www.vfd.fr-04 76 60 47 08)
- Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements : www.scnf.fr
- depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus (www.autocars-scal.fr - 04 92 51 06 05)

Si vous souhaitez venir en voiture,

- Depuis le Nord , Autoroute A48 jusqu'à Grenoble, puis empruntez le Col du Lautaret (RN91). Traversez Briançon en direction de Gap. Vous entrez dans le Pays des Écrins dès Saint-Martin de Queyrières.
- Par l'Italie, Autoroute A43 de la Maurienne par le tunnel du Fréjus, puis col de Montgenèvre. Traversez Briançon en direction de Gap.
- En venant du Sud, Autoroute A51 jusqu'à La Saulce, puis direction Briançon (RN 94). Vous entrez dans le Pays des Écrins dès La Roche de Rame.

Prix

tous les tarifs

nbe participants	prix par personne
3	565,00 €
4	565,00 €

Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne connaissant parfaitement les sites de cascades
- L'hébergement en gîte en pension complète du premier soir au dernier jour à midi
- Le matériel : chaussures adaptées à la cascade, crampons, les piolets techniques, le casque et le baudrier, DVA, pelle et sonde si nécessaire

Le prix ne comprend pas:

- Le pique-nique du premier jour
- Les frais à caractère personnel : boissons...
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation
- L' acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation

De manière générale, tout ce qui n’est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

Modalités d’inscription

Pour vous inscrire :

- remplissez le **formulaire de pré-inscription** en ligne
- Suite à la validation de votre inscription de notre part (places disponibles et validation par notre guide référent), vous recevrez par email **un contrat de réservation**. Il présente le détail de votre réservation ainsi que le calendrier et les modalités de règlement.
- A réception de ce contrat, vous disposez de 4 jours pour effectuer **le règlement de l’acompte d’un montant de 30%** suivant les modalités qui y figurent.
- **L’inscription définitive n’est prise en compte qu’à réception du paiement de l’acompte.**
- **Le solde est à régler 45 jours avant la date de départ**
- Dans le cas d’une inscription à moins de 45 jours du départ, le montant total de la réservation devra être réglé à réception du contrat de réservation suivant les modalités qui y figurent.