WEEK-END ESCALADE FALAISES PAYS DES ECRINS PERFECTIONNEMENT
Du 09/07/22 au 10/07/22

Deux jours pour découvrir deux des sites majeurs du Pays des Ecrins, Ailefroide et la vallée du Fournel.
Escalade sur les falaises calcaires du Pouit ou de la vallée du Fournel et grimpe sur le spot d'Ailefroide, du Granit plutôt en dalle...idéal pour perfectionner son adhérence.
Avec les conseils avisés du guide vous améliorerez vos capacités de lecture des voies, la tenue de vos équilibres, vos techniques de placements...

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Ecrins
- 2 jours
- 4 - 8 personnes (reste places)
-

Tarifs : à partir de 285,00 €
- Dates:

Du 09/07/2022 au 10/07/2022
Voir les dates des autres séjours

Déroulement du séjour

JOUR 1 : FALAISES EN VALLÉE DU FOURNEL

Escalade sur les falaises calcaires de la vallée du Fournel ou du Pouit situées à quelques kilomètres. Dans ce haut-lieu de l'escalade, un grande nombre de voies vous permettront de perfectionner votre technique et votre autonomie. Votre guide définira avec vous des axes de travail en fonction de vos attentes et de votre niveau.
Repas et nuit en gîte à l'Argentière-la-Bessée.

JOUR 2 : AILEFROIDE

Grimpe sur le fameux spot d'Ailefroide, granit plutôt en dalle... idéal pour perfectionner son adhérence et la friction de la pulpe des doigts. Plus de 100 voies s'offrent à vous pour développer une plus grande autonomie...Votre guide vous proposera des axes de travail en fonction des sensations de la veille.

Séparation, en milieu d'après-midi à l'Argentière La-Bessée (possibilité de dépose à la gare SNCF de l'Argentière les Ecrins).

NB : **Ce programme est donné à titre indicatif. Le guide ou le D.E. escalade reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant**, pour des raisons de sécurité, en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des participants.

Projet pédagogique

Pour nos stages « perfectionnement » un programme spécifique a été élaboré pour vous permettre d'évoluer dans votre pratique sur le plan technique d'escalade, le mental et sur les thèmes liés à la sécurité.
Chaque jour nous aborderons un thème technique d'escalade pour vous donner le temps d'assimiler vos

nouvelles sensation. Par exemple : La préhension des prises, l'adhérence des pieds, le rythme, l'anticipation, les stratégies, l'escalade en tête.... mais aussi sur le plan de mental, la concentration, la maitrise de la peur en tête,.... et sur le plan de la sécurité ; le mousquetonnage efficace, l'assurage dynamique, la communication dans la cordée, la pose d'une moulinette, le pliage des cordes ... autant de compétences qui vous permettront de mieux grimper en toute sécurité. Le rappel et les techniques d'autoblocant (prusic, machard..) seront aussi abordés. Si vous le souhaitez l'encadrant vous donnera chaque jour des éléments techniques pour atteindre les objectifs fixés individuellement. Support vidéo possible pour débriefing.

Nombre de participants

8 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4 participants**, **vous serez avisés au plus tard 48 heures avant le départ en cas d'annulation**. Dans la mesure du possible une solution de remplacement vous sera proposée.

Matériel à prévoir

(possibilité de location du matériel suivi d'un*, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans la fiche d'inscription)

La tête

- Une paire de lunettes de soleil protection classe 2 ou 3
- Un bonnet et une casquette
- Un casque* agréé pour l'escalade

Le corps

- Un sac à dos pour transporter le matériel de la journée au pied des voies, environ 35 litres
- Un sous vêtement manche longue, une polaire ou soft shell
- Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie

Les mains

- Une paire de gants fins
- Une paire de mitaines en cuir, type gants de vélo ou de voile pour les rappels et l'assurage

Les jambes

- Un pantalon d'escalade chaud
- un pantalon léger
- un short

Matériel technique

- Un baudrier*, un mousqueton à vis* et une sangle de 40cm* pour servir de vache
- Dégaines et autres appareils dont vous souhaitez vous servir ou apprendre l'utilisation
- Une paire de chaussons* d'escalade confortables

Divers

- Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 l d'eau, l'idéal étant une bouteille d'un litre plus d'autres plus petites pour les glisser dans le sac
- Petit couteau
- Appareil photo
- 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.ation dans la fiche d'inscription.

ROC ECRINS vous propose à la vente du matériel adapté à votre activité et votre séjour DIRECTEMENT dans nos locaux à L'Argentière-La Bessée où nous vous accueillions le premier jour .
N'hésitez pas à nous demander conseil ou sur place à votre guide.

LES MARQUES EN VENTE :

- **BEAL** (Baudriers escalade et alpinisme, sangles, descendeurs, mousquetons, dégaines, gants d'assurage, broches à glace, sacs d'escalade, lampes frontales, casques d'alpinisme et casques d'escalade, cordes simples et rappel ...)
- **CAMP** (Piolet cascade et piolet alpinisme, magnésie liquide et chalk)
- **SALEWA** (Chaussures d'alpinisme)
- **CASSIN** (Crampons d'alpinisme)
- **ALTITUDE EYEWEAR** (lunettes solaires catégorie 3 & 4)
- **YYVERTICAL** (Lunettes d'assurages escalade)
- **NATURAL PEAK** (Tee-shirts techniques en fibre de bois manches longues et courtes et legging)
- **ICEBREAKER** (Tee-shirts techniques en laine de mérinos manches longues et courtes et legging)
- **DYNAFIT** (Chaussures de ski de rando, skis de rando d'occasion et neuf)
- **LES BATONS D'ALAIN** (Bâtons de randonnée et ski de rando)
- **LABORATOIRE BIARRITZ** (crème solaire écologique, corps visage & lèvres)
- **COMPEED** (Pansement double peau en prévention d'ampoules ...)
- **BOULES QUIESS** (Bouchon d'oreille pour bien dormir en refuge...)

COVID-19 : mesures exceptionnelles

Adaptation et contraintes Covid :

Compte-tenu des mesures sanitaires édictées pour lutter contre la propagation du virus, des modifications sont susceptibles d'être apportées aux conditions d'hébergement et de restauration prévues au cours de nos séjours pour la saison 2021. Les séjours en itinérance sont ainsi susceptibles d'être transformé en séjour en étoile dans le cas où certains refuges seraient contraints de rester fermés. Dans ce cas, nous vous avertirons dès que possible des changements occasionnés.

Annulation et Covid :

Si nous (ROC ECRINS) sommes contraints d'annuler un séjour du fait d'événements exceptionnels et inévitables qui empêcheraient le bon déroulement du séjour (confinement...), nous vous proposerons un avoir du montant des sommes que vous auriez versé, ou bien un remboursement des sommes payées, sans dédommagement supplémentaire (articles L.211-14 et R.211-10 du Code du tourisme) ;
Dans le cas d'une annulation de votre part d'une réservation sur un séjour dont le départ est maintenu, les retenues prévues par nos conditions de vente s'appliquent. Attention, les circonstances personnelles du voyageur (raison professionnelle, maladie...) ne permettent pas d'invoquer l'annulation sans frais au titre des circonstances dites « exceptionnelles et inévitables ».

Encadrement

Vous serez encadrés par un **Guide de haute montagne diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme ou D.E. escalade**. 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 Ecrins 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 pertes 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

En pension complète dans **un gîte confortable et calme** situé proche du centre du village de l'Argentière-la-Bessée en chambre double/triple ou dortoir.
Les recettes de cuisine de la maison vous raviront les papilles.
Piques-niques aux pieds des voies le midi.

Cet hébergement vous est proposé sous réserva de disponibilité au moment de votre inscription.

Si vous souhaitez arriver la veille du stage, nous pouvons vous réserver une nuitée supplémentaire, option à préciser sur la fiche d'inscription.

Transport et Bilan Carbone

Les transferts depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au départ des ascensions seront assurés avec le véhicule ROC ÉCRINS. Si celui-ci n'est pas disponible, les transferts seront assurés par le guide avec son véhicule personnel. 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 samedi à la gare SNCF de **l'Argentière-les-Ecrins** (Commune de l'Argentière-la-Bessée, Hautes Alpes, France).

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-la-Bessée.
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.sncf.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
4	310,00 €
5	310,00 €
6	310,00 €
7	285,00 €
8	285,00 €

Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne ou un D.E. Escalade
- L'hébergement en gîte en pension complète du samedi soir au dimanche midi (nuitée et restauration, pique-nique le midi)
- **L'organisation générale**, la réservation de l'hébergement, du guide, du matériel et la gestion votre inscription.
- Le matériel collectif de sécurité et de progression

Le prix ne comprend pas:

- Le pique-nique du premier jour
- Les frais à caractère personnel : boissons...
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation
- La location du matériel (nous pouvons réserver votre matériel dans les magasins partenaires)
- 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.