

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## STAGE D'ALPINISME : ASCENSION DU DÔME DES ECRINS 4015m

Atteindre son premier sommet à plus de 4000 mètres d'altitude est un rêve pour de nombreux alpinistes. Si le Dôme des Ecrins a longtemps été une course relativement accessible et le sommet idéal pour un baptême à 4000, elle est désormais réservée à des alpinistes confirmés.

Les difficultés techniques sont abordables néanmoins une excellente condition physique, une bonne expérience de la haute montagne ainsi qu'une acclimatation préalable sont nécessaires.

Pour mettre toutes les chances de réussite de votre côté nous vous proposons ce stage sur 3 jours avec une école de glace, une course d'acclimatation et pour finir, l'ascension du Dôme des Ecrins.

NB : l'Ascension du Dôme de neige des Ecrins est un projet d'envergure, avant de vous lancer, merci de bien prendre le temps de consulter l'ensemble de notre fiche technique et tout particulièrement les onglets : "Avertissements Haute Montagne" et "Condition Physique et Expérience".

**Nous vous proposons aussi cette prestation en engagement privé le jour de votre choix, entre amis ou pour votre famille, prix sur demande.**

**"Tarifs 2025 en cours d'actualisation"**

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Ecrins Est
- 3 jours
- 3 personnes (Confirmé à partir de 3 inscrits)
- 

Tarifs : 695,00 €

### Déroulement du séjour

#### JOUR 1 : MONTÉE AU REFUGE DU GLACIER BLANC - ÉCOLE DE GLACE

Le guide vous accueille dans nos locaux, tout proche de la gare SNCF, autour d'un café ou thé. Il vérifie votre équipement et vous équipe si vous avez loué du matériel. Transfert en voiture jusqu'au Pré de Mme Carle, 1870m (environ 45 minutes) puis départ pour le refuge du Glacier Blanc 2542m, que nous atteindrons après environ 3 heures de marche sur un bon sentier. Après avoir fait une pause pour nous restaurer aux abords ou sur la terrasse du refuge, nous prendrons pied sur le plateau du Glacier blanc où nous ferons l'école de glace (révision des techniques de base de progression sur glacier : encordement, assurage, manipulation du piolet, utilisation des crampons suivant la configuration du terrain..) tout en profitant du panorama extraordinaire sur le Pelvoux, les faces nord des Ailefroïdes et du Pic sans nom.

Repas et nuit au refuge du Glacier Blanc.

Dénivelé : + 670m

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## JOUR 2 : ASCENSION DU PIC DU GLACIER BLANC - REFUGE DES ECRINS

---

Ascension du pic du Glacier Blanc (3527m) ou du Glacier d'Arsine (3364 m). Départ à 5 heures du matin pour atteindre le sommet environ 3h30 à 4h30 heures plus tard. Ces deux sommets se situent sur la chaîne de montagnes bordant la rive gauche du Glacier Blanc. L'ascension n'est pas très technique mais permet de mettre en pratique les enseignements de l'école de glace de la veille. Du sommet vous embrasserez du regard à la fois la Barre des Ecrins, le Pelvoux, la Meije, les Cerces, le Massif de la Vanoise et du Mont Blanc. Nous prendrons pieds sur le plateau du Glacier blanc que nous longerons sur sa rive gauche pour rejoindre le refuge des Ecrins (3170 m) où nous passerons la nuit.

Repas et nuit au refuge des Ecrins.

Dénivelés : entre + 800m et + 1000m / - 300m.

## JOUR 3 : ASCENSION DU DÔME DES ECRINS, 4015M ET RETOUR EN VALLÉE

---

Après le petit-déjeuner, nous partons vers 3 ou 4 heures du matin à la lampe frontale. L'itinéraire commence par une montée en pente douce sur la rive gauche du Glacier Blanc. Puis, aux abords du col des Ecrins, nous abordons la première pente raide de la face nord. En suivant un itinéraire qui évite les plus grosses crevasses tout en restant le plus loin possible des séracs, nous montons jusqu'à près de 3800m sous les pentes nord du sommet de la Barre des Ecrins. A ce stade, les effets de l'altitude se font sentir. Une longue traversée vers l'ouest nous amène au pied de la Brèche Lory. Selon les conditions, il faudra peut-être utiliser les techniques du crampon avant et du piolet pour l'escalader. Une dernière pente mène au sommet du Dôme des Ecrins. Silence et contemplation du massif des Ecrins. La vue sur l'arête ouest de la Barre des Ecrins est incroyable. Les Ailefroides et la Meije sont proches. Au sud, le Mont Ventoux est bien visible. Au nord, au premier plan, le massif des Cerces, la Vanoise, puis le massif du Mont Blanc et enfin le Cervin et le Mont Rose offrent un panorama exceptionnel.

Descente suivie d'un repas chaud au refuge du Glacier Blanc ou plus bas dans la vallée.

Dénivelé : + 845 m / - 2145

Temps de la course : 4 à 5 heures pour le sommet et 5 à 6 heures pour la descente

Séparation en fin d'après-midi en Vallée.

**NB : le programme de nos séjours est donné à titre indicatif. Le guide 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.**

### Nombre de participants

3 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.

Pour les groupes de 2 ou de plus de 3 personnes, prix sur demande.

NB : Pour les conditions d'annulation des séjours privatisés (groupes constitués) merci de vous référer à nos conditions de vente

### Matériel à prévoir

#### Equipement personnel

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

La pratique de la haute montagne impose d'être équipé pour faire face à toutes les conditions de temps et d'environnement qui peuvent se révéler très changeantes très rapidement. Un équipement adapté est gage de sécurité et représente une part essentielle de la réussite et du confort de votre ascension/séjour.

Vous n'utiliserez pas forcément tous les éléments de cette liste qui peut sembler impressionnante durant votre ascension/séjour, mais il vous faut néanmoins les avoir dans votre sac.

Tous ces équipements sont techniques et en général assez onéreux. **Sachez que nous proposons une partie des ces équipements à la location, ils sont signalés par une \* dans la liste ci-dessous, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans l'onglet "Tarif des options". Attention, le kit alpinisme que nous proposons à la location ne comprend que le matériel technique individuel (chaussures, crampons, piolet, baudrier, casque), les textiles (veste gore tex, polaire soft shell, surpantalons en goretex) n'en font pas partie.**

**NB : La location du matériel et les modifications ne sont possibles qu'avant le versement du solde de votre réservation (45 jours avant le départ). Nous vous conseillons de bien prendre le temps, dès votre inscription, de lister le matériel dont vous disposez, qui peut vous être prêté, que vous souhaitez acheter ou vous faire offrir... Tout matériel initialement loué à ROC ECRINS et finalement non pris le jour du départ ou non utilisé ne sera pas remboursé.**

Important, si vous êtes équipés de votre matériel personnel : la législation à l'égard des E.P.I. (équipements de protection individuelle, il s'agit ici du casque, du baudrier, et des lunettes de soleil) limite l'utilisation du matériel dans le temps. Ils peuvent être utilisés pendant 5 ans à partir de la date d'achat pour les casques, 10 ans pour les baudriers. Au delà de cette date, votre équipement est considéré comme n'étant plus aux normes. Vous pouvez trouver toutes les infos concernant les E.P.I. ici > [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

## VETEMENT ET TEXTILE

### La tête

En haute altitude, la neige réfléchit les UV et les rayons du soleil ne sont pas aussi bien filtrés par l'atmosphère ; même un ciel nuageux laisse passer 90% des UV, il est donc indispensable de se protéger contre les dangers du soleil.

- une casquette pour la marche d'approche (privilégier un modèle souple sans grosses coutures que l'on peut porter sous le casque)
- un masque de ski (selon météo)
- un bonnet qui peut se porter sous le casque (sans pompons)
- un tour de cou ou Buff (éviter les foulards)

### Le corps

Le principe, lors d'un effort prolongé en altitude, est de pouvoir superposer différents vêtements en fonction de l'intensité de l'effort et des conditions atmosphériques (température, vent, chute de neige, pluie), afin de rester le plus possible au sec.

NB : les vêtements de ski ne sont pas adaptés car souvent trop chauds, trop lourds et peu respirants.

### Le haut

- Première couche : un sous-vêtement technique (en matière respirante et qui sèche vite type mérinos, fibre de bois..., coton à éviter) manches longues (pour vous protéger des UV et par sécurité en cas de chute).
- Deuxième couche : une veste polaire ou soft shell légère\*. L'idéal est qu'elle soit coupe-vent et respirante. A mettre dès que la température fraîchit, en général quand vous arrivez sur le glacier.
- Troisième couche : une doudoune chaude et compressible (synthétique ou duvet, protection -10°C). Elle vous tiendra au chaud lors d'un arrêt prolongé sur l'itinéraire, au sommet le temps de faire les photos, sur la terrasse du refuge, et parfois même en marchant en cas de grand froid.
- Quatrième couche : un coupe-vent type gore tex\* protégeant contre la pluie et la neige. C'est la veste imperméable qui vous permet de rester au sec en cas d'intempéries. Elle doit être légère et respirante.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## Le bas

- un collant fin en polaire ou coton, idéalement  $\frac{3}{4}$  pour ne pas faire de sur-épaisseur avec les chaussettes. Il vous servira en cas de grand froid, vous le mettrez si besoin au refuge au départ de l'ascension. Il pourra aussi vous servir de vêtement de nuit.
- un pantalon d'alpinisme : un pantalon d'alpinisme est déperlant, coupe vent, respirant et résistant. Vous pouvez aussi prendre un pantalon de randonnée ou trekking pas trop léger (à condition d'avoir un surpantalon en gore tex à mettre par dessus). **NB : les pantalons d'alpinisme n'existent pas à la location.**
- un sur-pantalon\* en GoreTex ou matière équivalente : c'est un pantalon très léger que vous mettrez sur votre pantalon en cas de pluie, vent, neige. Il est équipé de fermetures Eclair le long des jambes, ce qui vous permet de l'enfiler rapidement à tout moment sans avoir à enlever les chaussures.

## Les mains

- une paire de gants fins en polaire, softshell ou cuir pour les montées au refuge
- une paire de gants plus épais type gants de ski

## Les pieds

- des chaussettes de randonnée ou d'alpinisme : elles sont hautes car doivent monter au dessus du niveau de la chaussure pour éviter les échauffements, chaudes et bien ajustées, une paire suffit pour une course en montagne de 48 heures. Vous pouvez prendre également une paire de mini-chaussettes très légères à mettre au refuge le soir pendant que votre paire de chaussettes techniques sèchera.
- des guêtres\* qui serviront en cas de neige fraîche à vous garder les pieds au sec (souvent utile en début de saison) ; elles évitent aussi de s'accrocher les pointes des crampons dans le bas des pantalons.

NB : tous les refuges sont équipés de crocs, vous n'avez donc pas besoin de prendre de chaussures supplémentaires.

Conseil de guide pour les montées en refuge : de manière générale, l'accès au refuge se faisant sur sentier, vous pouvez prévoir d'y monter et d'en descendre en baskets de trail (semelles avec crampons) afin de préserver vos pieds des échauffements que peut causer la rigidité des chaussures d'alpinisme (il vous faudra alors avoir vos chaussures d'alpinisme dans votre sac). Vous pourrez laisser vos baskets au refuge avant de partir pour l'ascension et les récupérer au retour. Conseil non valable en début de saison soit début juin quand il y a encore de la neige sur les sentiers d'accès au refuge.

Cela vous rajoute du poids mais peut s'avérer très appréciable pour ceux qui ont les pieds sensibles, à chacun de choisir...

## MATÉRIEL TECHNIQUE

- des chaussures de haute montagne rigides et cramponnables\* : elles se distinguent des chaussures de randonnée par leur rigidité qui vous permettra de cramponner sur la glace en assurant un bon maintien de la cheville et des crampons (débords avant et arrière + semelles rigides et tige haute). Elles doivent aussi être étanches et proposer une excellente protection contre le froid.
- une paire de crampons\* **avec anti-botte** en bon état et affûtés, adaptés à vos chaussures,
- un piolet d'alpinisme\* léger et long, adapté à votre taille, il doit pratiquement toucher le sol lorsque vous le prenez en main bras tendu le long du corps.
- un casque\* agréé pour l'alpinisme ( 5 ans max depuis la date d'achat)
- un baudrier d'alpinisme\* (10 ans max depuis la date d'achat)
- une paire de bâtons de marche télescopiques\* recommandé, 1 bâton au minimum ; ils vous aideront à la montée (15% de l'effort généré par les bras) et soulageront vos genoux à la descente.
- Un sac à dos montagne\* d'environ 35 litres (40 litres max) avec porte-piolet et sangle ventrale. Le sac rempli ne doit pas excéder 10 kg, matériel technique compris (crampons, baudrier casque). Rappelez-vous que le poids est l'ennemi de l'alpiniste. Une fois votre sac rempli, il doit vous rester une petite place pour le pique-nique !
- Une paire de lunettes de soleil protection classe 4 est vivement conseillée pour tous et très fortement recommandée pour les yeux sensibles. Elles vous seront utiles lors d'un séjour au ski également.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## MATÉRIEL DIVERS

- une lampe frontale avec des piles chargées !!
- crème solaire « écran total » (indice 50 recommandé) pour le visage et les lèvres ; pensez à prendre le format le plus petit possible (pas de gros tube)
- l'eau : prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 litres d'eau, l'idéal étant une bouteille plastique d'un litre plus d'autres plus petites (environ 25 cl) pour les glisser dans votre veste au chaud près du corps. Les poches à eau avec pipette ne sont pas adaptées en haute altitude pour cause de gel !! Vous pouvez l'utiliser mais uniquement pour la montée en refuge.
- vivres de course (barres céréales, fruits secs...selon vos habitudes),
- petit thermos 500ML max (non obligatoire, à voir en fonction de vos habitudes, une boisson chaude peut être réconfortante mais cela rajoute du poids...)
- petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant aussi de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules. Si vous prenez des médicaments, ne prendre que le nombre de comprimés dont vous aurez besoin. Prévoir quelques comprimés de paracétamol car il n'est pas rare de souffrir de maux de tête lorsque l'on est en altitude.
- micro trousse de toilette : uniquement le strict nécessaire (brosse à dent, mini tube de dentifrice...) et, très important, des boules Quies pour de bonnes nuits en refuge.
- un drap de sac (sac à viande) : obligatoire pour les nuits en refuge. Les refuges sont tous équipés d'oreillers et de couettes mais ceux-ci ne sont évidemment pas lavés après chaque passage.
- un sac poubelle pour isoler vos affaires mouillées en cas de pluie ou un sursac étanche.
- documents toujours utiles à avoir avec vous dans un petit sac étanche : pièce d'identité, les références de votre assurance assistance si vous n'avez pas souscrit le contrat que nous proposons, carte vitale européenne dans le cas où vous allez en Italie ou en Suisse.
- un peu d'argent liquide pour vos dépenses personnelles (boissons...) dans les refuges (de manière générale, les refuges n'acceptent pas les règlements par carte bancaire)

Prévoyez également un deuxième sac (type sac de voyage souple) dans lequel vous pourrez laisser vos affaires inutiles pour les nuits en refuge et que vous laisserez en vallée dans votre voiture.

## EQUIPMENT FOR SALE

---

**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 accueillons 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'assurances 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...)

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

### IMPONDÉRABLES

---

**L'ascension du Dôme des Ecrins est un itinéraire de haute montagne demandant des compétences propres à l'alpinisme. L'itinéraire peut être vertigineux et exposé aux risques naturels : chutes de séracs, chutes de pierres, crevasses, avalanches.** Au-dessus de 4000 m, les conditions météorologiques peuvent être extrêmes. Le vent, la neige ou le froid peuvent rendre l'ascension impossible.

Nous essayons d'anticiper au mieux afin de prendre les meilleures décisions mais dans tous les cas, notre priorité ira toujours à la sécurité. Nous pouvons par conséquent être amenés à modifier le programme de nos séjours haute montagne pour diverses raisons :

- Si la météorologie et/ou les conditions nivologiques ne permettent pas de réaliser le programme prévu et/ou
- s'il survient un retard dans l'ouverture ou une fermeture anticipée d'une remontée mécanique ou d'un refuge,

dans ces cas nous vous proposerons un programme alternatif parfois le jour même du départ.

### NORMES D'ENCADREMENT

---

Les conditions de la montagne évoluent au cours de l'été et peuvent parfois modifier les normes d'encadrement pour chaque ascension. Les normes d'encadrement définissent le nombre de personnes que le guide de haute montagne peut encadrer pour chaque course ; elles sont définies en fonction des capacités d'assurance qu'autorisent la difficulté et les conditions du moment et peuvent donc être modifiées en cours de saison.

Ces modifications peuvent avoir des répercussions sur le prix du séjour ou sur le programme envisagé. Votre inscription à un de nos séjours ou ascensions, sous-entend votre acceptation de ces éventuelles modifications.

### RISQUES OBJECTIFS

---

La pratique de l'alpinisme vous expose à des risques aléatoires mais réels en particulier aux avalanches, chutes de pierres, chutes en crevasses, températures très basses....Pour limiter ces risques, il est indispensable de respecter les consignes de sécurité données par l'encadrant. Vous devez en être conscient(e) et accepter ces risques lors de votre inscription.

## Santé

Nous ne demandons pas de certificat médical pour participer à nos stages, néanmoins il peut être utile de vérifier auprès de votre médecin traitant que vous ne présentez pas de contre-indication (notamment en cas de maladie chronique) à la pratique d'une activité physique soutenue en haute-montagne.

Si vous suivez un traitement particulier, nous vous demandons de nous en avertir afin d'être en mesure de prendre les dispositions adaptées en cas de besoin.

L'altitude peut provoquer **lorsque l'on est pas suffisamment acclimaté un mal aigu des montagnes appelé aussi MAM**. Il se traduit dans la plupart des cas par des maux de tête, des nausées, et un sentiment général d'inconfort mais peut parfois dans les cas les plus graves évoluer vers un œdème pulmonaire ou cérébral nécessitant une redescente immédiate.

C'est pourquoi il est toujours utile, avant tout séjour et dans la mesure du possible, de réaliser des randonnées en montagne ou moyenne montagne, notamment pour ceux qui vivent au niveau de la mer.

## Condition physique et Expérience

Suite à l'évolution du glacier ces dernières années **l'ascension du Dôme de neige des Ecrins est désormais réservée à des alpinistes confirmés**, c'est-à-dire ayant :

- **une excellente condition physique** : être capable de marcher à 300m de dénivelé/heure en altitude car il vous faudra être rapide, capable de presser le pas et d'avancer à un rythme soutenu jusqu'au sommet pour rester le moins de temps possible sous les séracs de glaces.
- **des compétences techniques acquises et éprouvées** : avoir la maîtrise du matériel, encordement, cramponnage en pointe avant, utilisation du piolet traction afin d'être efficace et actif dans la cordée
- **l'expérience de plusieurs courses d'alpinisme** : avoir effectué au minimum une ascension côté F (Facile) en zone glaciaire afin d'être en capacité de comprendre les dangers objectifs que présente l'itinéraire, notamment la chute de séracs, et d'être pleinement conscient de ce qu'induit la décision de tenter l'ascension.

N.B : Si vous n'avez pas le niveau requis, le guide sera à même de vous demander de quitter le stage pour la sécurité le l'ensemble du groupe.

## Encadrement

Vous serez encadrés par un Guide de haute montagne Roc Ecrins **diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme ou aspirant Guide de haute montagne**. 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 collective.

\*Un Aspirant guide est un guide en cours de formation, il est autorisé à travailler et encadrer ces ascensions à partir de sa troisième année de formation. Ce n'est pas un débutant, car il faut plusieurs années de pratiques et d'entraînement afin de constituer la liste de courses et avoir l'expérience et le niveau technique requis pour pouvoir intégrer la formation de guide de haute montagne.

## Assurances

**Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle**, vous couvrant en cas de dommage causé à autrui. En tant qu'agence de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Par ailleurs pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert également pour les (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 à l'un des contrats que nous proposons.

- L'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche et l'interruption de séjour, représente 2,6% du prix du séjour.
- L'assurance « MULTIRISQUE » couvrant les frais de secours et de recherche, le rapatriement, l'annulation, la perte de bagages, et l'interruption de séjour, représente 5,6% du prix du séjour.
- Pour les résidents non-européens, l'assurance « ASSISTANCE citoyens hors Union Européenne » couvrant les frais de secours et recherche et interruption de séjour, représente 10€ par jour.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

## Hébergement

**Le premier soir**, vous serez accueillis par Nicolas, le gardien du **refuge du Glacier Blanc**. Ce refuge du CAF (club alpin Français) a été construit entre 1942 et 1948. Il remplace l'ancien refuge Tuckett situé en contre-bas et encore visible. Il domine le glacier blanc et fait face aux grandes et belles faces nord du Pelvoux, du pic Sans Nom et des Ailefroïdes.

**Le soir suivant nous retrouverons la chaleur du refuge des Ecrins** (3170 m et la bonne humeur de Damien le gardien en chef. Ce refuge du CAF a été construit entre 1968 et 1969 au même emplacement que le refuge Caron de 1903. Dans le cirque du glacier Blanc, entre les cols Émile Pic et Roche Faurio vous serez au premières loges pour admirer les lumières du couchant sur la Barre des Ecrins (4102 mètres), point culminant du massif.  
Nuitées en dortoir (couvertures fournies, prévoir un draps de sac), toilettes et lavabos communs, pas de douche dans les refuges. Repas copieux et consistants, pique-nique le midi.

Pour les titulaires de la carte d'adhésion au Club Alpin Français ou à la Société de Tourisme Dauphinois : nous vous remboursons la remise appliquée par le refuge, sur présentation de la carte. Remboursement effectif en fin de séjour suite à réception des factures.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment des réservations.

## Transport et Bilan Carbone

Transport assuré en Covoiturage avec les véhicules des participants.  
(Ou avec l'un des véhicules Roc Écrins selon disponibilités).

### BILAN CARBONE DU SÉJOUR : 10KG CO2

C'est la quantité de KgCO<sub>2</sub> émise lors de votre séjour sur place pour votre déplacement sur les lieux d'activités !

Pour nous rejoindre :

Pourquoi ne pas faire du covoiturage, ou prendre le train ?

ROC ECRINS s'engage pour l'environnement, alors faites comme nous !

#### A titre de comparaison :

- Paris - L'Argentière-La Bessée (710km) **en train de nuit !**

1. **En train** : 2,53 kgCo<sub>2</sub>
2. **En voiture** : 137 kg CO<sub>2</sub>
3. **En voiture électrique** : 14,1 kgCO<sub>2</sub>

- Lyon - L'Argentière-La Bessée (250 km)

1. **En train** : 1,22 kgCo<sub>2</sub>
2. **En voiture** : 48,4 kg CO<sub>2</sub>
3. **En voiture électrique** : 4,96 kgCO<sub>2</sub>

- Marseille - L'Argentière-La Bessée (259km)

1. **En train** : 0,88 kgCo<sub>2</sub>
2. **En voiture** : 50,1 kgCO<sub>2</sub>
3. **En voiture électrique** : 5,13 kg CO<sub>2</sub>

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918



Une comparaison ? Cliquez sur le lien juste ici : <https://www.greenly.earth/blog-fr/c...>

Covoiturage ? : Nous pouvons vous mettre en relation avec les autres participants. Contactez nous par mail ou par téléphone. <https://www.blablacar.fr/>

### Compensez vos émissions carbone !

Pour un arbre planté, 150 kg de CO2 stockés !

<https://www.reforestaction.com/plan...>

## Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8:30

le premier jour à **l'Argentière-La Bessée** (05120, Hautes Alpes).

## Accès

### VENIR DANS LES HAUTES-ALPES

Si vous venez en train,

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

Si vous venez 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

**Prix par personne : 695,00 €**

**Le prix comprend:**

- **L' encadrement par un guide de haute montagne**, la prise en charge de ses repas et le matériel

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

collectif de sécurité pour la progression

- **L'hébergement en refuges de montagne** en pension complète du Jour 1 le soir au jour 3 le midi (pique-nique le deuxième jour et repas chaud au refuge du glacier blanc le troisième jour. Une bouteille d'eau minérale au refuge des Ecrins)
- **L'organisation générale**

#### Le prix ne comprend pas:

- Le pique-nique du premier jour
- Les frais à caractère personnel : boissons...
- **La location éventuelle du matériel technique individuel**
- **Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation**
- **les déplacements** pendant le séjour
- **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 ».

### Les + de ROC ÉCRINS

- Nous vous accueillons autour d'un café ou thé dans nos locaux et vous équipons sur place
- Un parking gratuit est accessible sur le lieu de rendez-vous
- Vous avez la possibilité de prendre une douche à la fin de votre stage
- Vous disposez d'un espace détente avec Wifi, sanitaires, micro-ondes... en accès libre en attendant votre train (5 minutes à pied de la gare)
- Vous pouvez déposer un sac d'affaires personnelles dans les locaux de ROC ÉCRINS durant votre stage
- Vous bénéficiez d'une réduction de 10% sur l'ensemble de notre espace de vente (Clients ROC ÉCRINS uniquement)

### Savoir vivre en montagne

Lorsque nous allons en montagne, nous sortons de la société que nous connaissons pour nous retrouver dans un milieu encore un peu épargné par les activités humaine. La montagne est singulière puisqu'elle est le symbole d'une liberté. En effet c'est un lieu où quiconque peut s'exprimer, gravir, sauter, glisser, vivre, partager et plus encore. Que notre objectif soit un sommet, une ligne ou simplement la découverte des paysages, nous profitons tous d'un moment privilégié avec la Nature. Pour garder cet espace de vie aussi beau et le conserver il faut aussi en prendre soin et savoir vivre avec tous les acteurs de la montagne.

**UN ENVIRONNEMENT FRAGILE**, pour le préserver quelques simples règles de bonne conduite : rester sur les sentiers, ne rien prélever, ne rien jeter et se faire discret tant vis à vis de la faune qu'à l'égard des autres randonneurs et alpinistes. La montagne est l'un des derniers lieux silencieux, et ce silence est un trésor à chérir, à respecter et à partager !

**EN MONTAGNE**, vous ferez cordée avec votre guide, vos amis ou d'autres personnes que vous ne connaissez pas, tous unis par un même objectif. L'entre-aide est de mise, au sein du groupe mais aussi vis à vis de quiconque aurait besoin d'aide. Pensez au sens de « circulation » : Ceux qui descendent laissent passer ceux qui montent.

**EN REFUGE** aussi, il est important de respecter certaines règles de savoir-vivre pour garantir une cohabitation harmonieuse. Vous devrez vous déchausser pour monter dans les dortoirs, des crocs sont prévus à cet effet. N'oubliez pas que les réveils sont en général très matinaux alors soyez discret. Au réveil, il est d'usage de plier sa couverture.

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

Au moment du **DÉBRIEFING** de la journée, il est d'usage d'offrir un verre au groupe pour apaiser les moments de doutes, de peurs, et/ou fêter le sommet, revivre les moments forts, drôle et joyeux de la journée. Et, si le coeur vous en dit, à la fin de votre séjour, vous pouvez remercier votre guide avec un petit pourboire, une tradition ancienne mais bien sûr non obligatoire.

## 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.