STAGE CASCADE DE GLACE PERFECTIONNEMENT EN PAYS DES ECRINS

Du 13/02/23 au 16/02/23

Nous proposons ce stage à celles et ceux qui ont déjà une expérience d'escalade sur cascade de glace et souhaitent aller plus loin dans leur pratique. Il s'agira de parcourir des itinéraires plus techniques, plus verticaux ou bien de grimper en tête. C'est la raison pour laquelle nous limitons le groupe à deux grimpeurs seulement.
Le choix des cascades se fera en fonction de l'expérience des participants. Il est nécessaire d'avoir déjà grimpé plusieurs cascades de niveau grade 3 et 4 pour s'inscrire à ce stage.
Nous rayonnerons à partir du village de l'Argentière-La Bessée vers les spots des vallées offrant le plus de cascades : Fournel et Freissinières. Nous nous projetterons également si les conditions sont meilleures sur les sites de cascade glace de Ceillac dans le Queyras , la Grave ou bien encore Cervieres.

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

Tarifs : 995,00 €

Déroulement du séjour

JOUR 1

Nous vous accueillons dans nos locaux autour d'un thé ou d'un café puis équipement et/ou vérification du matériel. Le guide vous fera part des sites de cascade de glace les plus proche en condition du moment dans la vallée du Fournel ou de Fressiniéres.
En fonctions de vos réalisations précédentes ainsi que de votre motivation nous partirons pour l'ascension qui convient le mieux aux membres de la cordée. Il est aussi possible d'attaquer par une journée de grimpe sur des murs d'une longueurs et de faire des révisions de manip aux relais.
Repas et nuit en gîte à Vallouise.

JOUR 2

Départ de bonne heure pour une cascade de glace définie la veille en concertation avec votre guide.
L'ascension d'une cascade de plusieurs longueurs pourra se faire en réversible si vous souhaitez escalader en tête.
Dénivellation : plus ou moins 300 m.
Temps de montée : 5 à 6 heures. Temps total de la course : 6 à 7 heures. Ascension d'une cascade de plusieurs longueurs. A titre d'exemple : Le « Davidoff » 200m- II/4+ dans le vallon du Fournel.
Repas et nuit en gîte à Vallouise.

JOUR 3

On change de vallée pour une nouvelle ascension d'une cascade de plusieurs longueurs par exemple « Directe des ombres » à Freissinieres d'un niveau grade IV sur 200 mètres de longueur. Les cascades de la vallée de Freisinieres sont relativement accessibles, l'ambiance est fantastique et les températures en général douces.... Repas et nuit en gîte à Vallouise.

JOUR 4

Pour cette dernière journée d'escalade sur glace il est possible d'envisager l'ascension d'une des plus belles cascade de la région « Les formes du Chaos » dans la vallée de Ceillac. Niveau III/4 / sur 11 longueurs pour 300 mètres de dénivelé. Un sacré voyage dans un monde aux formes et aux couleurs incomparables.

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 glaciairistes.**

Projet pédagogique

Au cours de ces quatre 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 cascade 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

2 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 2 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

Possibilité de location du matériel suivi d'un *, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location 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
- DVA, pelle, sonde

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.

Vente de matériel

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'assurage 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 2022. 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 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.

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 2,4 % du prix du séjour. L'assurance « ANNULATION » couvrant l'annulation et la perte de bagages, représente 3,9 % 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 **gîte à Vallouise**. Nuitées en chambres de quatre personnes, draps fournis, prévoir votre linge de toilette. Pour le dîner la gérante propose une cuisine familiale avec des spécialités montagnardes et mijote de bonnes recettes traditionnelles à base de produit frais locaux et bio dans la mesure du possible.

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

Transport et Bilan Carbone

Transport assuré avec un des véhicules de Roc Écrins.
Dans le cas où aucun de nos véhicules ne seraient disponible nous pourrons vous demander d'organiser un covoiturage avec les véhicules des autres participants. Dans ce cas, uniquement, un remboursement des frais de déplacement sera effectué à la personnes utilisant son véhicule.

Pour nous rejoindre : Prévoyez des équipements adaptés à votre véhicule (pneus neige ou chaînes à neige), obligatoires sur certains axes routiers utilisés lors de votre séjour.

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8:15

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-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.

-* Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements www.sncf.fr

- 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)
- depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus (www.autocars-scal.fr - 04 92 51 06 05)
- Ligne de bus "Neigeexpress" au départ de Paris - Marseille - Aix-en-Provence vers plusieurs stations de ski des Alpes Sud. (http://www.neigeexpress.com - 04 92 45 18 11)

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

prix par personne : 995,00 €
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 kit DVA, pelle et sonde si nécessaire
- **Le transport** durant le séjour du lieu de rendez-vous au lieu de séparation

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
- 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.