# JOURNÉE CASCADE DE GLACE GRANDES VOIES NIVEAU CONFIRMÉ

## Du 07/02/23 au 07/02/23

Nous proposons cette journée de cascade de glace, à celles et ceux qui ont une expérience d'escalade en cascade et souhaitent aller plus loin dans la verticalité sur la glace.
Le choix des cascades se fera en fonction de l'expérience des participants. Il est nécessaire d'avoir déjà grimpé plusieurs cascades de niveau 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.

Pour les engagements privés et les groupes constitués, nous proposons également cette journée "sur mesure", n'hésitez pas à nous consulter pour connaître les tarifs.

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Ecrins
- 1 jour
- 2 personnes (reste places)
-

Tarifs : 250,00 €
Enfants sportifs acceptés à partir de 14 ans.
- Dates:

Du 07/02/2023 au 07/02/2023
Voir les dates des autres séjours

## Déroulement du séjour

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 petite révisions de manip aux relais...

Séparation en fin d'après-midi à L'Argentière-La Bessée

**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 cette journée, vous réviserez les techniques de progression sur glace raide en vue de développer plus d'autonomie 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

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

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

## 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
- 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

## 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 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 2,4% 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.

## 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:

8h30

à l'Argentière-La Bessée (05120 / Hautes Alpes )

## Accès

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)
- 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 : 250,00 €**

Enfants sportifs acceptés à partir de 14 ans.

**Le prix comprend:**

- L’encadrement par un guide de haute montagne connaissant parfaitement les sites de cascades
- Le matériel  : chaussures adaptées à la cascade, crampons, les piolets techniques, le casque et le baudrier, 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 midi
- 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.