STAGE FREE RIDE SNOWLEGEND 5 JOURS À LA GRAVE - LA MEIJE

Du 27/03/23 au 01/04/23

Les guides Snowlegend (certifiés UIAGM) encadrent des stages de ski freeride, ski de randonnée, snowboard et splitboard depuis 1993 à La Grave. Au pied du village de La Grave à 1400m, un téléphérique mythique vous transporte au dessus des Vallons de La Meije. A partir de 2400, 3200 ou 3650 mètres d'altitude, vous mettez vos spatules dans un domaine de haute-montagne non sécurisé (un des plus grand domaine hors pistes d'Europe). La Grave freeride est réputé dans le monde entier pour ses itinéraires hors normes de plus de 2300 mètres de dénivelé, ses grands espaces glaciaires, sa multitude de couloirs de 35° à plus de 55, sa poudreuse ultra-légère et sa forêt Magique. Véritable école de ski hors-piste l'équipe des guides Snowlegend (dont la plupart sont aussi moniteurs) vous emmènent là où les conditions de haute montagne sont les meilleures, en sécurité, avec des runs qui vous donneront des supers souvenirs à Vie !!
Le concept unique de Snowlegend c'est le mix entre une équipe de passionnés spécialistes du freeride, des clients motivés et un magasin intégré qui permet aux clients de faire la location ou l'achat du matériel de freeride : ski, snowboard, ski de rando, split-board, sécurité . Le chalet Snowlegend se trouve en face du téléphérique, une logistique excellente pour ne pas rater une journée de ride et aussi un service de navettes pour le retour des itinéraires.
Si le domaine freeride de la Grave la Meije n'est pas en conditions optimales, nous pouvons vous emmener déguster de belles pentes hors-pistes dans les stations voisines Alpe d'Huez, 2 Alpes, Serre Chevalier, Montgenèvre... Ou se perdre dans les massifs de l'Oisans, des Ecrins, du Queyras ou d'Italie pour pratiquer du ski de randonnée ou du split board.
Les meilleures conditions freeride vous attendent de Noël à mai. Profitez de notre expérience professionnelle dans une ambiance cool et respectueuse de la montagne !
Keep Energy for Riding Pow pOw poW With Smile !

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Oisans
- 6 jours
- 4 - 5 personnes (reste places)
-

Tarifs : 900,00 €

Déroulement du séjour

JOUR 1 À JOUR 6

Accueil le dimanche soir à votre lieu d'hébergement et préparation du matériel de ski et du matériel de sécurité.
Ce séjour de 5 jours vous fera découvrir tout le potentiel de ski du domaine de la Grave avec chaque jour un itinéraire différent de descente :

Montée à 3200 m avec le téléphérique.
Après un tour de chauffe entre 3200m et l'intermédiaire, le guide vous proposera de descendre les itinéraires versant nord du glacier de la Girose : les couloirs Trifides, la Banane, le Patou , les Fréaux ou si ils sont en condition les itinéraires plus engagés : La voûte , Chirouze, Orciére.
Nous poursuivrons la glisse à la découverte des grands itinéraires en versant sud : descente vers St Christophe en Oisans par le couloir de la Rama. Un itinéraire de 1200m plein sud dans des pentes à 35 degrés, une belle ambiance sauvage et du grand ski.

Durant votre stage, nous prendrons un peu de temps pour un exercice de recherche DVA si nécessaire et un rappel des notions essentielles de nivologie.

Les repas chauds le midi seront pris en restaurant d'altitude (ou pique-nique en fonction des itinéraires).
Repas du soir et nuits en gîte à la Grave.

Fin de la dernière journée entre 16h et 17h .

NB : Ce 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, en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des skieurs.

Projet pédagogique

Pour chaque stage de ski hors-piste un programme d'apprentissage spécifique a été élaboré (recherche DVA, nivologie, choix d'itinéraire, technique de ski en poudreuse...). L'encadrant vous donnera chaque jour des éléments techniques pour atteindre les objectifs fixés individuellement en début et en cours de séjour.

Nombre de participants

5 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4 participants**, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation.

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

Matériel à prévoir

Possibilité de location du matériel suivi d'un *, après votre inscription nous vous enverrons le lien pour la réservation de votre matériel AUPRÉS DE SNOWLEGEND
Vous bénéficiez d'une remise sur location et services au chalet Snowlegend
* remise 5€ sur location skis freeride, skis de randonnée, chaussures Rossignol
* remise 5€ sur location sacs "Avalanche Airbag system" Mammut
* remise 5€ sur location snowboard, splitboard, boots, fixations
* remise 5 à 10€ sur services atelier : fartage, affutage...

La tête

- lunettes de soleil protection classe 4
- un masque de ski
- un bonnet
- une casquette
- un casque* agréé pour le ski
- crème solaire « écran total » soit un indice de protection fort entre 30 et 50

Le corps

- un sac à dos montagne permettant d'y accrocher les skis si besoin, environ 25 litres
- un baudrier équipé d'une longe
- un DVA (détecteur de victime d'avalanche) + pelle et sonde (fourni gratuitement)
- un vêtement manches longues,
- une polaire ou soft shell
- une doudoune chaude
- un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie, la neige et le vent

Les mains

- une paire de gants fins en cuir ou polaire et une paire plus chaude

Les jambes

- l'idéal est un pantalon de ski en gore tex doublé à l'intérieur d'un revêtement chaud avec ouvertures latérales

Les pieds

- des skis* typés hors piste plus ou moins larges suivant les conditions d'enneigement
- une paire de chaussures* de ski

Divers

- des contenants gourde ou thermos pouvant vous assurer environ 1 l d'eau
- appareil photo

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

Avertissements Haute Montagne

La pratique du ski hors-piste est soumise à différents éléments que nous ne pouvons parfois ni anticiper, ni maîtriser ; nous pouvons par conséquent être amenés à modifier le programme de nos séjours 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

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

Comme toute activité en haute montagne, la pratique du ski free-ride vous expose à des risques aléatoires mais réels en particulier aux avalanches, ainsi qu'à des risques de blessures sur chutes. 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'activité physique 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.

Condition physique et Expérience

Ce séjour de ski hors piste s'adresse aux skieurs niveau piste rouge à l'aise en toute neige et ayant une bonne condition physique.

Encadrement

Tous les guides, moniteurs et coachs de notre équipe sont des passionnés de ski freeride, de snowboard, de splitboard ou de ski de randonnée. Chacun son style de glisse, mais une valeur partagée par tous : le professionnalisme pour vous encadrer en toute sécurité à La Grave - La Meije qui est le plus grand domaine de ski hors piste d'Europe. Ces experts connaissent par coeur les Vallons de la Meije, les Vallons de Chancel, le glacier de la Girose, la multitude de couloirs et d'itinéraires... Ils vous emmèneront sur les meilleurs itinéraires freeride de La Grave La Meije suivant les conditions de neige, parce qu'ils skient ces hors-pistes et ces couloirs depuis longtemps.

Vous pouvez aussi demander un guide ayant également le diplôme de moniteur de ski si vous voulez un enseignement plus spécifique. (en fonction de la disponibilité de notre équipe de guide-moniteur)
Il sera équipé 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.

Hébergement

Votre gîte se situe à l'entrée de La Grave - La Meije, commune du Parc National des Ecrins à 1470m d'altitude, au pied de la "Reine Meije" le gîte bénéficie d'une vue magnifique sur les faces nord des glaciers du Tabuchet, de La Meije et du Rateau. Toutes les chambres de 2 à 6 personnes disposent d'un balcon, d'une salle de bain avec douche et de WC indépendants.
Les lits individuels superposés, ou lit matrimoniale sont équipés de la literie nécessaire à un séjour confortable.
Notre super chef se fera un plaisir de vous faire découvrir sa cuisine savoureuse et généreuse.
Quelle que soit la saison, de part la proximité du Téléphérique des Glaciers de la Meije (2mn à pied) son

emplacement est idéal pour un séjour à la Grave. Ambiance chaleureuse et sympa !!

Cet hébergement vous est proposé sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription. Nous pouvons aussi être amené à vous réserver un hébergement sur Villar-d'Arêne selon les disponibilités au moment de votre inscription.

Transport et Bilan Carbone

Transfert de retour des itinéraires sur la Grave avec le minibus snowlegend.
Dans le cas où il 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:

Rendez-vous au chalet Snowlegend la veille de 17h30 à 20h ou le matin à partir de 8

Accès

La Grave - La Meije se situe à 80 kms de Grenoble et 40 kms de Briançon par le col du Lautaret infos 0465030005. Ce répondeur du Conseil général des Hautes Alpes vous informe sur l'ouverture/fermeture et l'état du Col du Lautaret.

EN TRAIN
Gare Sncf à Grenoble, liaison TGV avec Paris, 3 heures environ.
A l'extérieur de la gare : liaisons par bus www.vfd.fr Attention !! Durant la saison d'hiver, la réservation est obligatoire : 0476 604 708 (lundi au vendredi, 9h-12h / 14h-17h30) ou en ligne sur le site jusqu'à 7 jours avant le départ. Consulter horaire LER 35 : Grenoble-La Grave-Briançon ou horaire Grenoble-Les 2 Alpes : se faire déposer au barrage du Chambon et possibilité de se faire récupérer par Taxi de La Meije.
EN COVOITURAGE
– BlaBlaCar https://www.blablacar.fr vous permet de trouver des covoiturages en direction de la Grave.
EN TAXI OU MINIBUS
– Taxi de Bourg d'Oisans tél : +33 (0)609 379 490 patjak@yahoo.fr
– Bus privé Meije Autocar tel :+33 (0)607 766 498

Prix

prix par personne : 900,00 €
Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne ou moniteur de ski
- L'hébergement en gîte en demi-pension la veille du début du stage jusque qu'au dernier soir
- Le matériel de sécurité pelle sonde et DVA (Détecteur Victimes d'Avalanche) Barryvox
- Prêt de casque léger et confortable, Freeride Rossignol.
- Prêt de sac à dos 25 litres avec renfort, pelle & sonde light
- Prêt de baudrier (obligatoire pour évoluer sur zone glaciaire) et pour les rappels !
- Possible de laisser votre matériel de glisse, sèche chaussures au chalet Snowlegend.
- Café Bio équitable en libre service

Le prix ne comprend pas:

- Les repas du midi seront pris en restaurant d'altitudes. Il est d'usage d'inviter le guide à midi, merci d'avance.
- Le matériel de ski. (Location possible en ligne sur le site SNOWLEGEND et réception le jour du départ ou la veille)
- Les remontées mécaniques (forfait donnés tous les matins en fonction du programme de ski du jour 50€ au lieu de 53€) Tarif réduit : jeune - 25 ans- 40€
- Les assurances Assistance-Rapatriement
- Les options en hôtel et (ou) en appartements indépendants

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.