JOURNÉE DESCENTE À SKI DES VALLONS DE LA MEIJE - LA GRAVE

Du 09/04/23 au 09/04/23

Au pied du village de La Grave, le téléphérique mythique des vallons de la Meije vous élève jusqu'à 2400, 3200 ou 3650 mètres d'altitude et vous conduit sur le plus grand domaine hors pistes d'Europe. Les vallons de la Meije 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. Nos guides vous proposent d'évoluer le temps d'une journée sur ce domaine exceptionnel en ski ou snowboard.
Si le domaine freeride de la Grave la Meije n'est pas en conditions optimales, nous pouvons vous emmener sur de belles pentes hors-pistes dans les stations voisines de l'Alpe d'Huez, des 2 Alpes, de Serre Chevalier, Montgenèvre... ou encore se perdre dans les massifs de l'Oisans, des Ecrins, du Queyras ou d'Italie...
Nous vous proposons aussi cette prestation en engagement privé le jour de votre choix, entre amis ou pour votre famille, prix sur demande.

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Oisans
- 1 jour
- 3 - 6 personnes (reste places)
-

Tarifs : 110,00 €
Nous vous proposons aussi cette prestation en engagement privé le jour de votre choix, entre amis ou pour votre famille, prix sur demande.

Déroulement du séjour

{{}}Accueil de préférence la veille de votre journée de freeride à votre lieu d'hébergement et préparation du matériel (que vous aurez éventuellement réservé) et du matériel de sécurité.

Cette journée de free ride vous fera découvrir une partie du potentiel de ski hors pistes du domaine de la Grave dont les célèbres vallons de la Meije.
Montée à 3200 m avec le téléphérique au col des Ruillans, puis montée au col de la Lauze à 3512 m.
Après un tour de chauffe sur le glacier de la Girose, le guide vous proposera de descendre par l'itinéraire le plus classique du domaine de ski hors pistes de la Grave : les vallons de la Meije en passant sous les sommets majestueux du Râteau, de la Meije et les enfetchores. Descente dans un décor glaciaire grandiose, puis dans les forêts de mélèzes.
D'autres itinéraires sont possible en fonction des conditions physiques des participants et d'enneigement : les vallons de Chancel, sous le Col du Lac avec repas au refuge Chancel à 2506 mètres d'altitude. Ce itinéraire est plus sauvage et moins fréquenté et se termine aussi par un parcours au milieu des mélèzes.

Durant cette journée nous pourrons prendre si besoin un peu de temps pour un exercice de recherche DVA 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).

Fin de la journée vers 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

Durant cette journée le guide vous fera part des élément essentiel de sécurité en domaine hors piste : (recherche DVA, nivologie, choix d'itinéraire, technique de ski en poudreuse...). Il vous donnera également des conseils de ski qui vous manquerez pour progresser dans votre glisse .

Nombre de participants

6 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 3 participants, vous serez avisés au plus tard 48 heures 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 *.

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 hors-piste 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 très bonne condition physique.

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 de l'équipe Roc Écrins. Il sera équipé, d'une radio VHF reliée au standard des secours ou 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'entrainement 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.
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. Aucune modification ne sera possible une fois l'assurance souscrite.

Hébergement

En option pour une arrivée la veille
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. Pour les groupes constitués pour plus de confort nous pouvons vous proposer des appartements indépendants de 4 à 7 personnes tout en profitant de la restauration. (Supplément de 60 € par personne à cocher dans la fiche d'inscription).
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 idéale pour un séjour à la Grave. Ambiance chaleureuse et sympa !!

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription. Nous pouvons aussi être amené à vous réservé un hébergement sur Villar-d'Arêne selon les disponibilités au moment de votre inscription.

Transport et Bilan Carbone

Si besoin, (journée ailleurs qu'à La Grave) les transports seront assurés par Roc Ecrins.
Dans le cas où aucun de nos véhicules ne serait disponible, nous pourrons être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

Rendez-vous

Rendez-vous la veille de 17h30 à 20h ou le matin à partir de 8h à la Grave.

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 : 110,00 €

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

Le prix comprend:

- **L'encadrement** par un guide de haute montagne ou /et moniteur de ski
- **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 !

Le prix ne comprend pas:

- Le repas du midi
- La location du matériel technique individuel
- Les remontées mécaniques
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation

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.