

ROC ÉCRINS

Séjours montagne

STAGE ESCALADE GRANDES VOIES PROVENCE CALANQUES INITIATION

Découvrir l'escalade en Provence est une expérience unique. Les accès, peu commodes, ont préservé ces sites magnifiques.

En trois jours vous grimpez sur des sites majeurs du sud de la France : les calanques de Marseille et les falaises de la sainte Victoire. Le rocher est varié et de qualité. Vous serez au calme en pleine nature. Le guide vous enseignera les techniques d'évolution en grandes voies, l'assurage depuis le haut, la mise en place d'un relais, les rappels.... Il vous filmera pour vous aidez à améliorer votre gestuelle, vos équilibres et vos placements.

Niveau



Massif : Provence

3 jours

3 - 4 personnes (confirme a partir)

Tarifs : à partir de 740,00 €

[+ + Infos tarifs]

Inscription sur la base de 3 participants soit 855€/personne. Si vous êtes participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (740€/personne) et vous rembourserons la différence soit 115€ à l'issue du stage.

Dates:

[voir date n séjours](#)

Déroulement du séjour

Jour 1 : Sainte Victoire

Le guide vous accueille et vérifie votre matériel. Nous allons ensuite grimper directement sur les fascinantes falaises calcaires de la montagne Sainte Victoire, situées à quelques dizaines de kilomètres.

Nuit et repas en chambre d'hôtes au pied de la montagne Ste Victoire.

Jour 2 : Sainte Victoire

Grimpe à la sainte victoire.

Nuit et repas en chambre d'hôtes au pied de la montagne Ste Victoire.

Jour 3 : Cassis, la Ciotat

Suivant le niveau général et la météo nous opterons pour les voies de la falaise qui s'étire entre Cassis et la Ciotat, avec des vues imprenables sur le massif des Calanques ou bien les voies de la Calanque de Sormiou (sous conditions d'ouverture des Calanques).

Séparation à la gare SNCF Aix TGV entre 17 et 18 h.

NB : Ce programme est donné à titre indicatif. **Le guide ou le D.E. escalade 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 grimpeurs.

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

Tél : 06 48 57 33 82 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

Projet pédagogique

Le guide vous apprendra les techniques de progression en grandes voies pour une sécurité et une fluidité maximales de la cordée lors des ascensions. Nous passerons en revue les différents types d'encordement suivant la configuration des voies, le nombre de participants, les techniques d'assurage en mouvement et l'assurance depuis un relais. Nous mettrons l'accent sur la qualité du relais à adapter en fonction de l'équipement disponible. Le rappel et les techniques d'autoblocant (prusic, machard..) seront aussi abordés. Le guide vous donnera les bons tuyaux pour organiser le rangement du matériel sur votre baudrier. Nous nous mettrons d'accord sur la communication dans la cordée pour donner des consignes claires. Pour des raisons de sécurité et pour optimiser vos apprentissages nous utiliserons des talkies walkies. Et bien sûr, le pliage des cordes vous sera confié...

Nombre de participants

4 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 3 personnes**, vous serez avisé au plus tard 7 jours 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

Possibilité de location du matériel suivi d'un *. Vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans l'onglet "TARIF DES OPTIONS".

La tête

- Une paire de lunettes de soleil protection classe 2 ou 3
- Un bonnet et une casquette
- Un casque* agréé pour l'escalade

Le corps

- Un sac à dos pour transporter le matériel de la journée au pied des voies, environ 35 litres
- Un sous vêtement manche longue, une polaire ou soft shell
- Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie

Les mains

- Une paire de gants fins
- Une paire de mitaines en cuir, type gants de vélo ou de voile pour les rappels et l'assurage

Les jambes

- Un pantalon d'escalade chaud

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

Tél : 06 48 57 33 82 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

- un pantalon léger
- un short

Matériel technique

- Un baudrier*, un mousqueton à vis* et une sangle de 40cm* pour servir de vache
- Dégaines et autres appareils dont vous souhaitez vous servir ou apprendre l'utilisation
- Une paire de chaussons d'escalade confortables

Divers

- Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 l d'eau, l'idéal étant une bouteille d'un litre plus d'autres plus petites pour les glisser dans le sac
 - Petit couteau
 - Appareil photo
 - 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.

Avertissements Milieu Vertical

La pratique de l'escalade en grandes voies demande un engagement supérieur à l'escalade en falaise. En plus du risque de chute ou de chute de pierre, en cas de mauvais temps ou de blessure, la retraite peut être délicate. C'est pourquoi votre niveau doit correspondre au niveau du stage. Rigueur et attention sont de mise de la part des participants. Pour limiter ces risques, les participants s'engagent à porter leur casque au pied des falaises, pendant l'escalade et l'assurage, et à respecter les consignes de sécurité données par l'encadrant. Vous devez en être conscient(e) et accepter ces risques pour vous inscrire.

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 ou D.E. Escalade** 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'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.

En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile

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

Tél : 06 48 57 33 82 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

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 pertes 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

Vous serez hébergé dans **une chambre d'hôtes de caractère**, au pied de la Sainte victoire, en chambre de 2 à 3 personnes avec salle de bain privée.

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

Transport et Bilan Carbone

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

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

9h30

Le premier jour à la gare TGV d'Aix en Provence

Accès

Gare Aix-TGV

2h55 de Paris

15 km. du centre-ville

Navettes toutes les 30 min.

Prix

tous les tarifs

| nbe participants | prix par personne |
|------------------|-------------------|
| 3 | 855,00 € |
| 4 | 740,00 € |

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

Tél : 06 48 57 33 82 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

Inscription sur la base de 3 participants soit 855€/personne. Si vous êtes participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (740€/personne) et vous rembourserons la différence soit 115€ à l'issue du stage.

Le prix comprend:

- **L'encadrement** par un guide de haute montagne ou un D.E. Escalade diplômé d'Etat
- **L'hébergement** en chambres d'hôtes en pension complète du jour 1 le soir au jour 3 le midi (nuitées et restauration, pique-niques le midi)
- **L'organisation générale**, la réservation des hébergements, du guide, du matériel et la gestion votre inscription.
- Le matériel collectif de sécurité et de progression
- **Le transport** jusqu'aux sites d'escalade

Le prix ne comprend pas:

- Le pique-nique du premier jour
- La location éventuelle du matériel technique individuel.
- 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.

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

Tél : 06 48 57 33 82 <https://www.roc-ecrins.com> roc.ecrins@gmail.com

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906