ESCALADE HAUTE MONTAGNE : LES ARÊTE DES CINÉASTES

Du 10/07/23 au 11/07/23

Avec comme camp de base le refuge du Glacier Blanc, nous vous proposons deux jours d'itinéraires d'escalade en altitude.
Les arêtes des cinéastes et la pointe Cézane font partie des plus beaux parcours d'arêtes du massif des Ecrins. La qualité du granit y est parfaite et le cadre, exceptionnel.
Si les accès sont relativement faciles, les itinéraires d'escalade sont eux aériens, successions de dalles, fissures, dièdres, rappels… et non équipés. Il vous faudra poser coinceurs, sangles ou friends, et mettre en pratique les techniques de progression en corde tendue, bref entrer de plain-pied dans l'univers de l'escalade en terrain d'aventure.
De la belle escalade, variée et aérienne, un décor incroyable et des vues époustouflantes sur la Barre des Ecrins, le Pelvoux, le Pic Sans Nom ou encore les Ailefroides sont donc au programme de ce séjour qui vous permettra d'accéder à une autre dimension de grimpeur.
Nous vous proposons aussi cette prestation en engagement privé aux dates de votre choix, prix sur demande.

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

Tarifs : 515,00 €

Déroulement du séjour

JOUR 1 : ESCALADE À LA POINTE CÉZANE OU SUR LE GRANIT DES GRANDES VOIES D'AILEFROIDE

Le guide vous accueille puis vous rejoignez en voiture le pré de Mme Carle (1874 m) au coeur du Parc National des Ecrins. Départ ensuite pour le refuge du Glacier Blanc, 2542 m, 670 m de dénivelé positif, environ 2h30 de marche. Pique-nique sur la terrasse du refuge.
L'après-midi, après avoir déposé vos affaires inutiles au refuge, nous allons grimper sur une voie terrain d'aventure orientée plein Sud sur les contreforts de la Pointe Cézanne. Nous prendrons le temps de faire les rappels techniques nécessaires et poserons les bases de la communication de la cordée. Vous prendrez contact avec le granit des Ecrins et situerez vos deux prochaines courses.
Voies de 5 longeurs en 4+ max non équipées.
La seconde option suivant le timing et les conditions météorologique (si froid et vent en altitude ce jour là) est de grimper sur les belles voies d'Ailefroide avant de monter au refuge.
Dénivelé 425 m. Temps refuge - refuge : 6h 30

Repas et nuit au refuge du Glacier Blanc.

JOUR 2 : PARCOURS DES ARÊTES DES CINÉASTES (3025 M)

Pour cette deuxième journée, nous passerons par le magnifique itinéraire de l'Arête des Cinéastes. Un véritable rasoir en plein ciel, crénelé de 8 dents avec comme toile de fond les faces nord du Pelvoux, du Pic sans Nom et des Ailefroides. Ce parcours se caractérise par une succession de pointes que l'on gravit et dont on redescend parfois en rappel, espacées d'arêtes aériennes. La descente s'effectue après la quatrième pointe digne d'intérêt.
10 longueurs / 250 mètres / 1 pas de 6a, sinon un 4+ dans l'ensemble / non équipé
3 à 4 heures. Temps refuge -refuge, environ 6h.

Séparation vers 17 heures au pré de Mme Carle (possibilité de dépose à la gare SNCF de l'Argentière les Ecrins).

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 participants.

Projet pédagogique

Le guide vous fera réviser les techniques de progression en grandes voies en vue de conforter vos compétences 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, techniques d'assurage en mouvement ou assurance depuis un relais. Nous mettrons l'accent sur la qualité du relais à adapter en fonction de la configuration du terrain. Le rappel et les techniques d'autoblocant (prusic, machard..) seront aussi abordés. Nous verrons les techniques de placement et d'enlèvement des points d'assurage (sangles, coinceurs, friends...). 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.

Nombre de participants

2 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 2 personnes**, vous serez avisé 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

Equipement personnel

Nous proposons une partie de ces équipements à la location ; ils sont signalés par une * dans la liste ci-dessous, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans l'onglet "Tarif des options".

Important, si vous êtes équipés de votre matériel personnel : la législation à l'égard des E.P.I. (équipements de protection individuelle, il s'agit ici du casque, du baudrier, et des lunettes de soleil) limite l'utilisation du matériel dans le temps. Ils peuvent être utilisés pendant 5 ans à partir de la date d'achat. Au delà de cette date, votre équipement est considéré comme n'étant plus aux normes. Vous pouvez trouver toutes les infos concernant les E.P.I. ici > www.inrs.fr

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 et si possible
- un petit sac de 8-10L pour emporter le minimum dans les grandes voies
- un sous vêtement manche longue, une polaire ou soft shell
- un coupe-vent* type gore tex protégeant contre la pluie
- un baudrier*
- un mousqueton à vis
- une sangle de 40cm pour servir de vache
- des dégaines et autres appareils dont vous souhaitez vous servir ou apprendre l'utilisation

Les mains

- une paire de gants fins et si possible 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,
- un pantalon léger
- un short
- une paire de **chaussures d'alpinisme*** légère cramponable.
- une paire de chaussons * d'escalade confortables
- Une paire de crampons légers en début de saison.

Divers

- 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 en grandes voies
- 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.

Nous proposons à la vente du matériel adapté à votre activité et votre séjour DIRECTEMENT dans nos locaux à L'Argentière-La Bessée où nous vous accueillons 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** (Pansements double peau en prévention d'ampoules ...)

- **BOULES QUIESS** (Bouchons d'oreille pour bien dormir en refuge...)

Avertissements Haute Montagne

La pratique de l'escalade grandes voies hautes montagnes 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.

Avertissements Milieu Vertical

La pratique de l'escalade est soumise à certains risques : chutes de pierres, chute au sol (défaut d'assurage)... Pour limiter ces risques, les participants s'engagent à porter leur casque 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.

Condition physique et Expérience

Ce séjour s'adresse à des grimpeurs expérimentés (à l'aise dans du IV en montagne) en grandes voies, en très bonne condition physique.
Une expérience de l'escalade en terrain rocheux montagne ainsi qu'en cramponnage sont nécessaires.

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 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 accueillis par Nicolas au **refuge du Glacier blanc** qui se situe au bord (rive gauche) du glacier éponyme et fait face aux grandes, belles et sauvages faces nord du Pelvoux, du pic Sans Nom et des Ailefroides. Nuitées en dortoir (couvertures fournies, prévoir un draps de sac), toilettes et lavabos communs, pas de douche. Repas copieux et consistants, pique-nique le midi.

Pour les titulaires de la carte d’adhésion au Club Alpin Français : nous vous remboursons la remise appliquée par le refuge sur présentation de la carte. Remboursement effectif en fin de séjour suite à réception des factures.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment des réservations.

Transport et Bilan Carbone

Transport jusqu’au départ et retour des courses organisé en co-voiturage avec les véhicules des participants (ou avec l’un des véhicules Roc Écrins sous réserve de disponibilités).

BILAN CARBONE DU SÉJOUR : 10 KG CO2

C’est la quantité de KgCO2 émise lors de votre séjour sur place pour votre déplacement sur les lieux d’activités !

Pour nous rejoindre :

Pourquoi ne pas faire du covoiturage, ou prendre le train ?

ROC ECRINS s’engage pour l’environnement, alors faites comme nous !

A titre de comparaison :

- Paris - L’Argentière-La Bessée (710km) **en train de nuit !**

1. **En train** : 2,53 kgCo2
2. **En voiture** : 137 kg CO2
3. **En voiture électrique** : 14,1 kgCO2

- Lyon - L’Argentière-La Bessée (250 km)

1. **En train** : 1,22 kgCo2
2. **En voiture** : 48,4 kg CO2
3. **En voiture électrique** : 4,96 kgCO2

- Marseille - L’Argentière-La Bessée (259km)

1. **En train** : 0,88 kgCo2
2. **En voiture** : 50,1 kgCO2
3. **En voiture électrique** : 5,13 kg CO2

Une comparaison ? Cliquez sur le lien juste ici : http://www.ecopassenger.org/bin/que...

Covoiturage ? : Nous pouvons vous mettre en relation avec les autres participants. Contactez nous par mail ou par téléphone. https://www.blablacar.fr/

Compensez vos émissions carbone !

Pour un arbre planté, 150 kg de CO2 stockés !
https://www.reforestaction.com/plan...

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8h30

le premier jour dans nos locaux à **L'Argentière-la-Bessée**, Hautes Alpes, France

Accès

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.

Si vous venez en train,

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)

Si vous venez 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 : 515,00 €
Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne et la prise en charge de ses repas
- L'hébergement en refuge (nuitée et restauration, pique-nique le midi) du jour 1 le soir au jour 2 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 prix ne comprend pas:

- **Le pique-nique du premier jour**

- Les frais à caractère personnel : boissons...
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation
- La location du matériel technique individuel
- L’ acheminement jusqu’au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation ainsi que le transport jusqu’au départ des courses

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.