

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## WEEK-END ESCALADE FALAISES PAYS DES ECRINS INITIATION

**Du 24/10/20 au 25/10/20**

Ce stage s'adresse à tous ceux qui souhaitent s'initier en douceur à l'escalade en extérieur, apprendre les techniques de base de l'assurage et de la progression verticale. Apprehension du vide, maniement des cordes, placements des pieds et des mains, assurage...pendant ces deux jours, votre moniteur vous guidera sur les falaises d'Ailefroide et la vallée du Fournel et vous aidera à découvrir ou perfectionner une nouvelle gestuelle.

- Niveau : Niveau Evolution
- Massif : Ecrins
- 2 jours
- 4 - 8 personnes (reste places)
- 

Tarifs : à partir de 250,00 €

• Dates:

Du 24/10/2020 au 25/10/2020

[Voir les dates des autres séjours](#)

### Déroulement du séjour

#### JOUR 1 : AILEFROIDE

Nous vous accueillons et déposons vos bagages au gîte, nous allons ensuite directement grimper sur le site d'Ailefroide, granit plutôt en dalle, idéal pour travailler son adhérence et sa friction des doigts...Dans un environnement exceptionnel, votre guide fera le point sur votre niveau et vous proposera des axes de travail en conséquence. Ambiance montagne à plus de 1000 mètres d'altitude. Repas et nuit en gîte à L'Argentière-La Bessée.

#### JOUR 2 : VALLÉE DU FOURNEL

Escalade dans la vallée du Fournel (Calcaire), un haut-lieu de l'escalade dans les Hautes-Alpes. Selon les sensations de la veille, vous poursuivrez votre apprentissage vers une plus grande maîtrise technique et un début d'autonomie.

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

**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.**

### Projet pédagogique

Pour nos stages « évolution » un programme spécifique a été élaboré pour vous permettre soit de vous initier progressivement soit d'évoluer dans votre pratique.

Chaque jour nous aborderons un thème ou deux maximum pour vous donner le temps d'assimiler vos nouvelles

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 -

Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET :

979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

sensations. Par exemple : l'adhérence des pieds, l'anticipation... mais aussi la confection des nœuds, l'assurage dynamique, la communication dans la cordée, la pose d'une moulinette, le pliage des cordes... autant de compétences qui vous permettront de mieux grimper en toute sécurité. Le rappel et les techniques d'autoblocant (prusic, machard..) seront aussi abordés. L'encadrant vous donnera chaque jour des éléments techniques pour atteindre les objectifs fixés individuellement.

## Nombre de participants

8 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4 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.

## Matériel à prévoir

(possibilité de location du matériel suivi d'un\*, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans la fiche d'inscription)

### 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
- 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. ation dans la fiche d'inscription.

## Encadrement

Vous serez encadrés par un **Guide de haute montagne diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme ou un D.E.escalade**. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Elle aura également une trousse de premier secours collectif.

## Assurances

**Tout participant à un stage Roc Ecrins 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 2,3% du prix du séjour. L'assurance « ANNULATION » couvrant l'annulation et la pertes de bagages, représente 3,7 % 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

En pension complète dans **un gîte confortable et calme** situé proche du centre du village de l'Argentière-La Bessée en chambre double/triple ou dortoir.

Les recettes de cuisine de la maison vous raviront les papilles.

Piques-niques aux pieds des voies le midi.

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

Si vous souhaitez arriver la veille du stage, nous pouvons vous réserver une nuitée supplémentaire, option à préciser sur la fiche d'inscription.

## Transport et Bilan Carbone

Les transferts depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au départ des ascensions seront assurés avec le véhicule ROC ÉCRINS. Si celui-ci n'est pas disponible, les transferts seront assurés par le guide avec son véhicule personnel. Pour celles et ceux venant en voiture nous pourrions être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

## Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8:15

le premier jour à l'Argentière-La Bessée, 05120 Hautes Alpes.

## COMMENT VENIR DANS LES HAUTES-ALPES

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](http://www.linkbus-alps.com) ) jusqu'à Briançon et l'Argentière

Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus ( [www.vfd.fr](http://www.vfd.fr) -04 76 60 47 08)

Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr)

depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus ( [www.autocars-scal.fr](http://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.

Informations routières (CRIR) : 08 26 02 20 22

## Prix

### tous les tarifs

nbe participants	prix par personne
4	310,00 €
5	310,00 €
6	310,00 €
7	250,00 €
8	250,00 €

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne ou un D.E. Escalade
- L'hébergement en gîte en pension complète du samedi soir au dimanche midi (nuitée et restauration, pique-nique cuisiné le midi)
- **L'organisation générale**, la réservation de l'hébergement, 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 ( nous pouvons réserver votre matériel dans les magasins partenaires)

ROC ÉCRINS - 6 rue du Chlorate - Zone Les Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 04 84 13 14 08 <https://www.roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

ROC ÉCRINS ORGANISATION - Eurl au capital de 8 000€ - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000718199/0 - Immatriculation ATOUT FRANCE : IM005230003 - R.C.P : HISCOX contrat n°HA RCP0399794 - Code APE 7912Z - RCS de GAP SIRET : 979 424 918 00014 - N°TVA intracommunautaire : FR42 979 424 918

- 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.