

SKI DE RANDONNEE

Entre Aravis et Mont Blanc

Cinq belles journées de ski de randonnée au coeur du massif du Mont Blanc mais aussi dans ses massifs périphériques (Aiguilles Rouges, Aravis, Beaufortain). L'étendue et la diversité de notre terrain de jeu ainsi que la possibilité d'utiliser les remontées mécaniques sont la garantie d'un séjour où chacun pourra réaliser ses désirs. Une nuit en refuge en fin de semaine est tout à fait possible.

Chacune des sorties comporte un thème relatif à la sécurité en montagne hivernale afin de vous orienter vers l'autonomie.

AU JOUR LE JOUR

J 1 Première sortie à la journée pour une utilisation optimale du matériel spécifique. Prise en main des appareils de sécurité (ARVA). Exemple de sortie; les Quatre Têtes (2364 mètres) depuis l'alpage de Doran situé juste au-dessus de notre camp de base. Massif des Aravis.

J 2 Sortie à la journée avec présentation des éléments de cartographie; utilisation de la carte, la boussole et de l'altimètre. Exemple de sortie; Col de la Cicle (2377 mètres). Beaufortain.

J 3 Nouvelle sortie à la journée dans un nouveau massif. Exemple de sortie; Col de Beugeant (2 807 mètres) et descente du vallon de Bérard. Massif des Aiguilles Rouges.

J 4 Sortie à la journée et nuit en refuge. Exemple de sortie ; Pointe Ronde (2700 mètres, massif du Mont Blanc) et transfert à l'hospice du Grand Saint Bernard. Nuit à l'hospice.

J 5 Sortie au départ de l'hospice et retour dans la vallée de Chamonix pour séparation et fin de stage.

Le programme définitif des sorties sera établi en commun à votre arrivée en fonction des conditions nivo-météorologiques, de votre niveau technique, de votre forme physique et bien-sûr de vos désirs.

Date : 5 / 9 Février 2018

Prix : 520 €

LISTE DE MATERIEL

S'habiller

sous vêtements en fibres modernes
pantalons de ski
chemise chaude
pull-over ou fourrure polaire
chaussettes bouclette

Dans le sac

un sac à viande (facultatif mais confortable pour nuit en refuge)
un bonnet, un foulard, un chapeau de soleil
une veste ou un anorak
deux paires de gants (une légère et une chaude)
lunettes de glacier ou bonnes lunettes de skis et masque
crème solaire et labiale
sous vêtements et chaussettes de rechange (dans un sac plastique)
lampe frontale avec pile et ampoule de rechange
une petite pharmacie individuelle
un couteau de poche
une mini trousse de toilette
une gourde ou thermos (1 litre)
éventuellement appareil photo
carte d'identité nationale (pour déplacement à l'étranger)
carte du club alpin (pour les membres du club)

Matériel

un sac à dos de bonne contenance avec attaches skis
chaussures de skis de rando
peaux de phoques autocollantes
skis de rando équipés de fixations de rando
couteaux à neige - bâtons de skis - cuissard léger - crampons
pelle, sonde et ARVA

Le poids du sac ne devrait pas dépasser 8 kgs. Un tiers de votre sac à dos doit être disponible pour recevoir le matériel collectif à se partager.

Vérifier l'état de votre matériel avant le départ.

INFORMATIONS RANDO A SKIS

Matériel individuel

Equipement classique du ski de montagne; skis de rando, peaux de phoques autocollantes, couteaux à neige, chaussures adaptées, sac à dos de contenance moyenne (30 / 40 litres). Liste détaillée ci-jointe.

Vérifier l'état de votre matériel avant le départ.

Possibilité de location sur place.

Prix

520 € de frais d'organisation et de prestations du guide.

Le prix ne comprend pas les hébergements en vallée et refuge ainsi que les repas, les déplacements en vallée et les éventuelles remontées mécaniques à la charge des participants.

Nombre de participants ; 3 à 5 personnes avec un guide de haute montagne.

Fiche d'inscription à renvoyer à:

**Gilles MARCAUD – Les Arcades du Midi – 39 rue Jules Ferry – 74 700 SALLANCHES
Tél 04 50 54 69 17**

Nom. Prénom

Date de naissance Tél.....

Adresse

Programme choisi. Date du stage

Ci-joint la somme de **520 €** confirmant mon inscription au stage de ski de randonnée la semaine du au 2018.