

SKI DE RANDONNEE

Autour du Mont Blanc

Quatre belles journées de ski de randonnée au coeur du massif du Mont Blanc mais aussi dans les massifs périphériques (Aiguilles Rouges, Aravis, Beaufortin). 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.

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 dans le massif des Aravis à la verticale de Sallanches.

J 2 Sortie à la journée avec présentation des éléments de cartographie; utilisation de la carte, la boussole et de l'altimètre ainsi que des applications de géo localisation des smart phones. Exemple de sortie; Col de la Cicle (2377 mètres). Beaufortin.

J 3 Nouvelle sortie à la journée dans un nouveau massif. Exemple de sortie; Col de Beugeant (2807 mètres) et descente du vallon de Bérard. Utilisation de la corde pour sécuriser les passages alpins. Massif des Aiguilles Rouges.

J 4 Dernière sortie à la journée en haute montagne dans le cadre de la vallée blanche, progression sur glaciers et sensibilisation aux problématiques du ski sur glacier. Massif du Mont Blanc.

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 ainsi que de vos désirs.

Date : 26 / 29 Janvier 2023

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 éventuel en Suisse ou Italie)

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.

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, base 3 personnes minimum.

Tarif dégressif pour groupe constitué à partir de 4 personnes.

4 personnes, 420 € / personne

5 personnes, 360 € / personne

6 personnes, 320 € / personne

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

Nombre de participants ; 3 à 6 personnes avec un guide de haute montagne.

Organisation possible pour 2 participants au tarif de 780 € / personne.

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 **220 €** confirmant mon inscription au stage de ski de randonnée
du au 2023, le solde au début du stage.