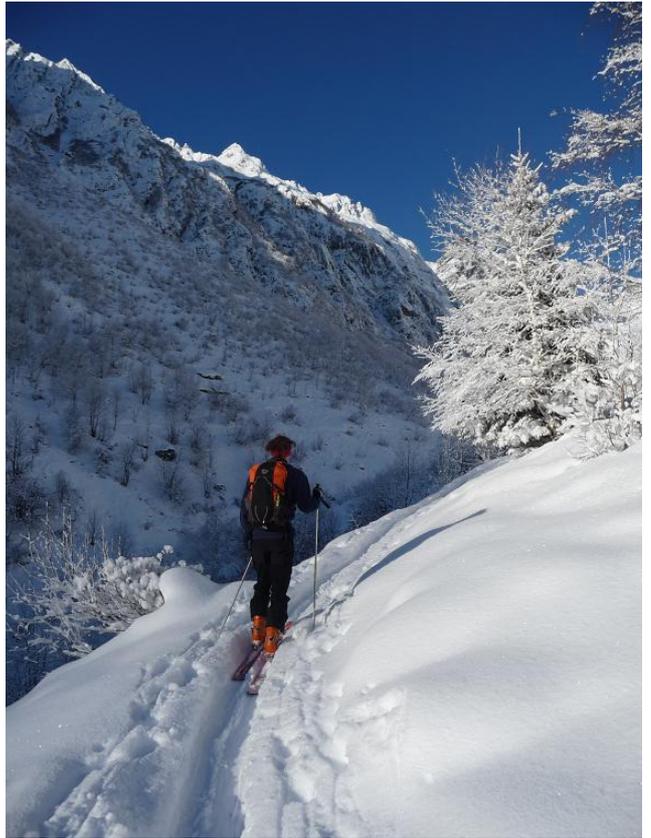


Belledonne, stage ski de rando "découverte"

Belledonne la sauvage laisse penser qu'elle ne se laisse pas facilement dompter! Depuis notre camp de base au gîte de la Martinette à la Ferrière, dans la très authentique vallée du Haut Breda, nous rayonnerons dans les combes alentours. Laissez-vous guider sur des itinéraires abordables et loin des foules. La plupart nécessitent d'utiliser les remontées mécaniques, cela permet de se catapulte en altitude rapidement et d'augmenter la descente!

Ce stage s'adresse à des skieurs ayant une ou des expériences en ski de rando, souhaitant perfectionner leur technique et apprendre les bases de l'évolution en milieu enneigé, dans un massif loin des foules!

Il est encadré par un guide de haute montagne UIAGM et référent Anena.



Dates : 30 janvier au 3 février 2017

Date limite d'inscription le 26 décembre 2016.

Niveau

Foncier : dénivelées entre 350 et 800 m pendant 5 jours.

Ski : skier en toute neige, même si le style n'est pas forcément très esthétique! Passages à 30°.

1 passage crampons aux pieds, les personnes sans expérience en la matière peuvent s'inscrire au stage.

Effectif

4 à 6 personnes.

Exemple de programme

– **J1 : Cul du Pet depuis les 7 laux**

Pour se caler et démarrer en toute sérénité!

Point matériel au gîte puis nous partons vers une boucle aux pentes paisibles afin de caler les bases des techniques de progression. La situation du sommet en retrait de Belledonne Nord offre un panorama saisissant sur toute la chaîne!

Durant la journée, nous réalisons un exercice DVA mono victimes.

D+ : $100+250=350$ m

D- : $100+250=350$ m

– **J2 : les Plagnes depuis le Super Collet d'Allevard**

Nous partons à la découverte du très sauvage vallon du Bens, mais par le haut! Ce vallon accueille des moines bouddhistes au centre Karma Ling, mais aussi un couple de loups! L'accès par le haut depuis les remontées évite une longue et monotone remontée de piste forestière. Nous suivons une belle crête avec une vue magnifique sur les hauts sommets du Bens. Depuis le sommet, nous plongeons d'abord à l'Est, puis après une courte remontée, nous nous offrons une belle deuxième descente sur Beauvoir où nous attend une navette. Tranquillité garantie!

D+ : 300 m

D- : $300+1100=1450$ m

– **J3 : La Jasse depuis les 7 laux**

Du sommet de la station des 7 laux, nous empruntons une petite arête mixte facile, encordés et crampons aux pieds, pour atteindre la Jasse. Là-haut un vallon nous attend, et nous sirons le découvrir en boucle. Retour par la combe du Pra.

D+ : $100+350 = 450$ m

D- : $350+1000 = 1350$ m

– **J4 : Roc Léat dans le vallon de l'Oules**

Ce vallon a un air de haute montagne, et foisonne de possibilités en ski. nous partons à la rencontre d'un des 29 sites naturels sensibles classé de l'Isère pour voir les imposants sapins « Henry IV ». Il nous restera quelques centaines de mètres pour atteindre la fière Croix du Léat, de laquelle une belle descente préservée nous attend.

D+ : 800 m

D- : 800 m

– **J5 : Col de l'Evêque depuis les 7 laux**

Nous partons vers un hors piste qui permet de rejoindre une petite rando sympa en boucle au coeur du chaînon Pra-Belle Etoile.

D+ : 700 m

D- : 700+800=1500 m

Cet exemple de programme est susceptible d'être modifié en fonction des conditions et du groupe.

En cas d'impossibilité de s'engager en randonnée du fait des conditions, un atelier de mise en situation de scénario d'avalanche complet sera mis en place.

Assurance

Vérifiez que vous possédez une assurance pour la pratique du ski de randonnée. La carte du CAF outre ses réductions au refuge propose une telle assurance. Mais il existe aussi une assurance FFCAM, Vieux Campeur ou encore Diot impact multisports.

Si vous avez des contraintes médicales particulières, le signaler à l'inscription.

Annulation

Pour toute annulation du client moins de 45 jours avant le début du séjour, les honoraires sont dus, sauf cas de force majeure. Si un client doit abandonner le séjour en cours de route pour fatigue, manque de préparation, maladie, l'intégralité des honoraires du séjour est due.

Matériel

Prendre ce qu'il faut mais être au plus léger, tout un art!

- **DVA** (avec piles neuves et des piles de rechanges) **pelle sonde** : prêttables si besoin, faire signe.
- 1 **sac à dos de 35 l** avec sangles de fixation pour le portage des skis.

Ensuite, pour le reste, nous partons des pieds pour remonter jusqu'à la tête:

- 1 **paire de skis de randonnée**, équipée de **fixations de randonnée**. Vérifiez la compatibilité avec les chaussures.
- 1 **paire de « peaux de phoque »**. Vérifiez l'état des poils et de la colle,
- 1 **paire de chaussures de ski de randonnée**. Vérifiez la compatibilité avec les fixations.
- 1 **paire de crampons** réglée aux chaussures, prêttable si besoin, faire signe.
- 1 **paire de couteaux à neige**
- **des chaussettes techniques** (pas de coton)
- 1 **collant** chaud.
- 1 **sur-pantalon** de type gore-tex, imperméable et respirant.
- **Plusieurs sous-vêtements**.
- 1 **polaire** chaude.
- 1 **doudoune** légère ou équivalent
- 1 **veste** coupe vent, imperméable et respirant.
- 2 à 3 **paires de gants**
- 1 **paire de bâtons** (non télescopiques).
- 1 **cache-coup** est appréciable en cas de vent ou de température basse.
- 1 **paire de lunettes de soleil** Cat.4.

- 1 masque de ski
- 1 bonnet.
- 1 couvre chef contre le soleil
- crème solaire, stik lèvre.
- un thermos

Tarifs :

Matériel

Des skis de randonnée peuvent se louer au magasin d'Allevard sportshop à un tarif préférentiel de 36,5 euros/jour. Si vous ne possédez pas de DVA pelle sonde, crampons votre guide peut vous en prêter.

Encadrement

L'encadrement par un guide de haute montagne est de 350 euros/jour soit 1750 euros pour les 5 jours. Le prêt de DVA Pelle Sonde crampons est compris dans ce tarif.

Forfaits

A intégrer dans le tarif :

- 2 forfait 1/2 journée 7laux pour le guide, pour le col de l'Evêque et Jasse (21 euros Basse saison)
- 2 forfait 1/2 journée 7 laux par client pour le col de l'Evêque et Jasse (28 euros basse saison)
- 1 forfait 1 remontée Pincerie 7laux pour le guide, pour le cul du pet (7,5 euros Basse saison)
- 1 forfait 1 remontée Pincerie 7laux par client, pour le cul du pet (7,5 euros Basse saison)
- 4+1 ou 5+1 ou 6+1 remontées randonneur au super collet (2 euros par personne sauf changement).

La réservation du séjour s'accompagne par le règlement du séjour, au moins 45 jours avant la date de la sortie.