

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## TRAVERSEE DES ECRINS, DE LA MEIJE AU DOME DES ECRINS EN SKI DE RANDONNÉE

L'itinéraire de ski de randonnée autour de la Meije est un voyage dans le domaine de la haute montagne en terrain glaciaire. Il s'adresse à des skieurs de très bon niveau souhaitant découvrir une pratique du ski de randonnée plus engagée, avec à la montée des passages de cols à plus de 3000 mètres et à la descente des pentes raides à plus de 30°. Après une mise en jambe sur les célèbres vallons de la Meije, cette itinérance de refuge en refuge vous offrira un concentré de haute montagne avec des vues extraordinaires sur les célèbres parois du massif de l'Oisans : le Râteau, le Pavé, le Pic Gaspard et bien sûr la Reine Meije. Du grand ski au coeur du parc national des Ecrins.

**Possibilité de faire un programme similaire sur 6 jours, sur demande.**

- Niveau : Niveau Expert
  - Massif : Oisans
  - 5 jours
  - 3 - 5 personnes (Confirmé à partir de 3 inscrits)
  -
- Tarifs : à partir de 1090,00 €

### Déroulement du séjour

#### JOUR 1 : LA GRAVE - DÔME DE LA LAUZE - REFUGE DE LA SELLE

Accueil et vérification du matériel, puis transfert jusqu'à La Grave.

La journée commence en prenant le téléphérique de la MEIJE - LA GRAVE. Selon les conditions et le temps, vous pourrez profiter de quelques descentes magiques de La Grave dans les vallons de la Meije et de Chancel. En fin de matinée, depuis le sommet du domaine, le Dôme de la Lauze 3559m, nous partirons en direction de la station des Deux Alpes pour basculer en versant sud et skier l'un des grands itinéraires rejoignant la vallée menant à St Christophe en Oisans : le couloir de la Rama ou l'Olympique.

Nous remettrons les peaux de phoque pour une courte remontée jusqu'au refuge de la Selle.

Repas et nuit au refuge de la Selle (2 672 m)

Dénivelés : + 360 m / -900 m.

#### JOUR 2 : DU REFUGE DE LA SELLE AU REFUGE DU CHÂTELLERET (OU PROMONTOIRE) PAR LE COL DU REPLAT

Montée matinale au col du Replat (3335 m) par le glacier de la selle lové dans un cirque minéral ou la face sud du râteau s'impose avec des piliers de granit impressionnants. Du col, en fonction de la condition physique des participants, possibilité de gravir la belle arête de la Tête sud du Replat (3428 m). Quand le soleil aura suffisamment réchauffé la face Est nous entamerons la splendide descente à ski sur le refuge du Châtelieret (2 232 m). Possibilité de poursuivre la journée après un stop au refuge en direction du col de la Case Déserte pour quelques virages au couchant.

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

Exceptionnellement le refuge du Châtelleret sera fermé pour la saison 2024, c'est pourquoi nous passerons par la brèche du râteau pour relier l'improbable refuge du Promontoire qui domine toute la vallée.

Repas et nuit au refuge du Châtelleret face à l'imposante muraille sud de la Meije.

Dénivelés : + 700 à 1100 m /- 1500m .

Temps de montée : 3 heures. Temps total de l'étape : 6 à 8 heures.

### **JOUR 3 : DU REFUGE DU CHÂTELLERET (OU PROMONTOIRE) À LA CHAMOISSIÈRE PAR LE COL DU CLÔT DES CAVALES**

---

Pour ce troisième jour, Il y a plein d'option pour rejoindre le refuge de la Chamoissière. En effet votre guide prendra la meilleure option entre le col du Clos des Cavales, le col des Chamois ou encore le col de la Grande Ruine pour vous y conduire.

Il vous faudra avoir encore de bonnes cuisses pour apprécier les belles pentes de la longue descente par le vallon du Clôt des cavales.

Dénivelés : +1250m /- 1950m

Temps de montée : 4h / Temps total de l'étape : 6 à 8 heures.

### **JOUR 4 : DU REFUGE DE VILLARD D'ARÈNE AU REFUGE DES ECRINS PAR LE COL EMILE PIC**

---

Nous entamerons par une toute petite descente à la frontale pour rejoindre le plan de Val Fourche. Ensuite nous remonterons le vallon de la plate des agneaux puis nous bifurquerons pour aller rejoindre le glacier des Agneaux pour enfin arrivé au col Emile Pic. Selon les conditions du Col nous descendrons en rappel ou en Crampons avant de chausser les skis pour se laisser glisser jusqu'au refuge.

D+1450m

D-350m

### **JOUR 5 : L'ASCENSION DU DÔME DES ECRINS (4015M)**

---

La "petite" cerise sur le gâteau, le Dôme des Écrins. Nous redescendrons pour rejoindre l'immensité du Glacier Blanc, ensuite nous nous dirigeons vers la majestueuse face nord de la Barre des Ecrins. Nous slalomerons entre les énormes séracs de la face en traversée oblique vers la gauche avant de retraverser complètement à droite sous la Barre. Nous atteindrons le col Lory avant de gravir les derniers mètres pour enfin fouler le Dôme des Ecrins culminant à 4015m.

Une longue descente sur le Glacier Blanc nous ramènera d'abord jusqu'au refuge éponyme et ensuite jusqu'au pré de Mme Carle. Un bon repas chaud sera de mise pour fêter la fin de ce long périple. Si la route est encore fermée il faudra descendre en ski/pied jusqu'au village des Claux.

De là nous aurons une navette pour retourner à L'Argentière-La Bessée et/ ou La Grave.

**Séparation** en fin d'après-midi à La Grave ou l'Argentière-La Bessée.

**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 skieurs

## Nombre de participants

5 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 3 participants, vous serez avisés au plus tard 7 jours 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

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

**NB : La location du matériel et les modifications ne sont possibles qu'avant le versement du solde de votre réservation (45 jours avant le départ). Nous vous conseillons de bien prendre le temps, dès votre inscription, de lister le matériel dont vous disposez, qui peut vous être prêté, que vous souhaitez acheter ou vous faire offrir... Tout matériel initialement loué à ROC ECRINS et finalement non pris le jour du départ ou non utilisé ne sera pas remboursé.**

### La tête

- Lunettes de soleil protection classe 4\*
- Un masque de ski
- Un bonnet et une casquette, **un casque\*** agréé pour l'alpinisme ou le ski
- Crème solaire « écran total » soit un indice de protection fort entre 30 et 50

### Le corps

- Un sac à dos montagne\* permettant d'y accrocher les skis si besoin, environ 25 litres
- Un vêtement manches longues, une polaire ou soft shell
- Une doudoune chaude
- Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie, la neige et le vent
- Un DVA\* (détecteur de victime d'avalanche) + pelle\* et sonde \*

### Les mains

- Une paire de gants fins en cuir ou polaire et une paire plus chaude

### Les jambes

- L'idéal est un pantalon de ski en gore tex avec ouvertures latérales au-dessous duquel vous mettrez un collant si besoin
- **Un Baudrier light**

### Les pieds

- Des skis de randonnée\*
- Une paire de "peaux de phoque\*" en bon état et bien encollées
- Une paire de couteaux\* à neige adaptés à vos fixations
- Une paire de chaussures\* de ski de randonnée
- Une paire de bâtons\* télescopiques
- Une paire de crampons light\* réglés sur vos chaussures
- Un piolet léger\*
- Une paire de chaussettes de rechange

### Divers

- Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 l d'eau, l'idéal étant une bouteille d'un litre plus

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

- d'autres plus petites pour les glisser dans votre veste au chaud près du corps
- Prévoir un **drap de sac** pour les refuges
  - Petit couteau
  - Petit thermos
  - 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 bien sûr pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

## Avertissements Haute Montagne

La pratique du ski de randonnée est soumise à différents éléments que nous ne pouvons parfois ni anticiper, ni maîtriser ; nous pouvons par conséquent être amenés à modifier le programme de nos séjours pour diverses raisons :

- si la météorologie et/ou les conditions nivologiques ne permettent pas de réaliser le programme prévu et/ou
- s'il survient un retard dans l'ouverture ou une fermeture anticipée d'une remontée mécanique,

dans ces cas nous vous proposerons un programme alternatif parfois le jour même du départ.

Comme toute activité en haute montagne, la pratique du ski de randonnée vous expose à des risques aléatoires mais réels en particulier aux avalanches, ainsi qu'à des risques de blessures sur chutes. Vous devez en être conscient(e) et accepter ces risques lors de votre inscription.

## Santé

Nous ne demandons pas de certificat médical pour participer à nos stages, néanmoins il peut être utile de vérifier auprès de votre médecin traitant que vous ne présentez pas de contre-indication (notamment en cas de maladie chronique) à la pratique d'activité physique en haute-montagne.

Si vous suivez un traitement particulier, nous vous demandons de nous en avvertir afin d'être en mesure de prendre les dispositions adaptées en cas de besoin.

L'altitude peut provoquer **lorsque l'on est pas suffisamment acclimaté un mal aigu des montagnes appelé aussi MAM**. Il se traduit dans la plupart des cas par des maux de tête, des nausées, et un sentiment général d'inconfort mais peut parfois dans les cas les plus graves évoluer vers un œdème pulmonaire ou cérébral nécessitant une redescente immédiate.

## Condition physique et Expérience

Séjour réservé aux skieurs expérimentés sachant skier en toutes neiges dans des pentes pouvant atteindre les 30° et ayant une très bonne maîtrise du ski de randonnée.

Les pentes soutenues et la longueur des étapes demandent une très bonne condition physique. La pratique d'un sport d'endurance de manière régulière est indispensable.

N.B : Si vous n'avez pas le niveau requis, le guide sera à même de vous demander de quitter le stage pour la sécurité l'ensemble du groupe.

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

## Encadrement

Vous serez encadrés par un **Guide de haute montagne diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme** 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.

## 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 « MULTIRISQUE » couvrant l'assistance, l'annulation, la perte de bagages, et l'interruption de séjour, représente 5,6% du prix du séjour.

## Hébergement

Dans des **refuges de haute montagne** confortables.

Nuitées en chambres ou dortoirs équipés de couvertures, couettes ou duvets nordiques (**prévoir obligatoirement un draps de sac**). Pas de douches dans ces refuges.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.

## Transport et Bilan Carbone

### TRANSPORT

Transport assuré en covoiturage avec les véhicules des participants.

**NB : Prévoyez des équipements adaptés pour votre véhicule (pneus neige ou chaînes à neige), obligatoires sur certains axes routiers utilisés lors de votre séjour.**

## Rendez-vous

Pour les skieurs venant du sud RDV dans les locaux de Roc Écrins à l'Argentière la Bessée à 7h30.  
Pour ceux venant du nord, possibilité de RDV à la Grave à 8h45.

### tous les tarifs

nbe participants	Prix par personne
3	1305,00 €
4	1090,00 €
5	1090,00 €

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un guide de haute montagne et la prise en charge de ses frais de séjour
- L'hébergement en refuges du premier soir au dernier matin en demi-pension (nuitée + repas du soir + petit déjeuner)
- Les piques-niques du midi sauf celui du premier jour. (A noter que le derniers jours c'est un repas chaud et non un pique-nique)
- **Le forfait du téléphérique** de la Grave la Meije du premier jour
- **Le transfert** du pré de Mme Carle à La Grave du 5 ème jour

### Le prix ne comprend pas:

- Le pique-nique du premier jour
- La location éventuelle du matériel technique individuel
- Les frais à caractère personnel : boissons....
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation
- L'acheminement jusqu'au lieu du départ du séjour (La Grave).

De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

## Les + de ROC ÉCRINS

- Nous vous accueillons autour d'un café ou thé dans nos locaux et vous équipons sur place
- Un parking gratuit est accessible sur le lieu de rendez-vous
- Vous avez la possibilité de prendre une douche à la fin de votre stage
- Vous disposez d'un espace détente avec Wifi, sanitaires, micro-ondes... en accès libre en attendant votre train (5 minutes à pied de la gare)
- Vous pouvez déposer un sac d'affaires personnelles dans les locaux de ROC ÉCRINS durant votre stage
- Vous bénéficiez d'une réduction de 10% sur l'ensemble de notre espace de vente (Clients ROC ÉCRINS uniquement)

## 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.