

5-day avalanche and safety course - Clarée Valley

This technical course is aimed at all ski touring enthusiasts who want to improve their knowledge of the winter environment in order to be more independent and responsible.

On the beautiful snow of the Queyras and Clarée valleys, you'll discover or improve your knowledge of the elements that need to be considered when preparing a ski outing: analysis of the avalanche risk bulletin (BERA), snow conditions, risk management and avalanche rescue will be the topics covered each day in the field, as well as in the evenings in the cosy warmth of the refuge.

Our mountain guides will be with you throughout the 5-day course to help you progress and develop greater autonomy, so that you can make the right decisions in your own personal practice.

While the focus is on developing your avalanche skills, you will no doubt be thrilled with the skiing this beautiful valley affords with some unforgettable views of the entire Ecrins Massif and its ice giants.

- Level : Level 2 : Intermediate
- Mountain range : Cerces, French Alps
- 5 days
- 4 - 7 personnes (departure is confirmed from 4 people)
-

Prices : from 1050,00 €

Inscription sur la base de 4 participants soit 1160€/personne. Si vous êtes 6 participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (1050€/personne) et vous rembourserons la différence soit 110€.

Your trip day to day

JOUR 1 : HORS PISTE ET MANIP DE SECOURS

Le guide vous accueille dans nos locaux tout proches de la gare SNCF autour d'un café, thé ou yogi tee. Nous vérifions ensuite le matériel et les sacs de chacun et distribuons le matériel demandé à la location. Pour celles et ceux souhaitant compléter leur équipement notre petit shop vous propose une belle gamme de matériel et de textiles spécialisés montagne.

Ski hors piste à puy st Vincent (ou Serre-Chevalier)

Une première journée pour faire connaissance et skier de superbes hors piste. Nous mettrons à profit cette journée pour **aborder les bases de la recherche d'une victime en avalanche et apprendre à appeler les secours.**

Repas et nuit en gîte à Cervière.

JOUR 2 : ASCENSION DE L'ARPELIN 2604M - CHOIX D'ITINÉRAIRE ET LECTURE DU MANTEAU NEIGEUX

Nous partirons du pittoresque Hameau du Laus pour nous diriger vers l'Arpelin ou l'un des nombreux sommets

du coin adapté à notre objectif : améliorer vos connaissances en matière de **lecture du manteau neigeux et de choix d'itinéraires**. Une belle descente entre chalets et mélèzes nous ramènera au gîte.

Après cette bonne journée de ski nous nous retrouverons autour d'un verre pour discuter et préparer ensemble à l'aide de cartes et des informations à notre disposition (Bulletin et Estimation du Risque Avalanches, bulletin Météorologique et nivologique...) la sortie du lendemain.

Nuit en gîte à Cervière.

D+ : 850

JOUR 3 : ASCENSION DU LASSERON 2702 M - FAIRE LA TRACE ET NIVOLOGIE

Le Lasseron, montagne emblématique de Cervières qui offre un panorama inoubliable sur le massif des Ecrins est notre destination du jour.

Nous partirons de Cervières pour explorer la merveilleuse et froide vallée des Fonds jalonnée de superbes cascades de glace. Nous monterons ensuite les splendides pentes de la grande combe du Lasseron jusqu'au sommet.

Vous pourrez **approfondir vos connaissances en nivologie** ; une **coupe stratigraphique du manteau neigeux**, vous permettra d'en découvrir les caractéristiques que vous détaillera votre guide (les types de cristaux, couches fragiles ...) . Il vous expliquera comment l'analyser et quels enseignements en tirer. Vous pourrez ensuite, sous ses conseils avisés, prendre l'initiative pour faire la trace.

Retour au gîte où nous préparerons ensemble la sortie du lendemain.

Nuit en gîte à Cervières

D+ : 1000m

JOUR 4 : MONTÉE AU REFUGE DE BUFFÈRE SUIVIE DE L'ASCENSION DE LA CRÊTE DE BAUDE 2610M

Pour ce 4ème jour de stage, changement de décor, nous irons à la découverte du massif des Cerces. Depuis la magnifique vallée de la Clarée nous monterons au refuge de Buffère. Après un bon pique-nique , nous entamerons la montée vers la crête de Baude, l'occasion pour vous de perfectionner votre analyse de la montagne et les choix d'itinéraires. Nous insisterons particulièrement cette fois sur la **gestion du groupe et les facteurs humains** qui sont d'autres composantes essentielles à prendre en compte dans le choix des itinéraires et dans les décisions que vous pouvez être amenés à prendre en fonction des conditions du moment. Une superbe descente sur de belles pentes nous ramènera au refuge où vous **préparerez en autonomie la sortie du lendemain**.

Nuit au refuge de Buffère.

D+ : 1000m

JOUR 5 : ASCENSION DU GRAND ARÉA 2869M - A VOUS DE JOUER ... LE GUIDE PASSE DERRIÈRE

Pour finir en beauté ce séjour nous entreprendrons l'ascension du Grand Aréa. Vous allez pouvoir mettre en pratique tout ce que vous avez appris pendant le stage sur un itinéraire qui vous mettra dans des situations intéressantes.

Du sommet nous prendrons le temps d'admirer le massif des Ecrins puis selon les conditions et les aspirations de chacun, nous pouvons envisager la descente par le mythique couloir nord du Grand Aréa pour clore notre aventure.

D+900m

Séparation en fin d'après-midi à 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.

Teaching

Ce stage a été spécialement élaboré pour vous permettre d'**acquérir les connaissances essentielles indispensables pour préparer, mener et gérer une sortie de ski de randonnée dans des conditions de sécurité maximale** pour le groupe. L'objectif est de vous donner les composantes à prendre en compte et les outils d'analyse : le BERA (Bulletin et estimation du risque Avalanche), le manteau neigeux, la météo, les cartes et de vous expliquer comment recouper toutes ces informations.

Tous les soirs, avec le guide vous déciderez de l'ascension du lendemain en fonction de tous ces paramètres.

Vous apprendrez également des techniques de gestion des risques telle que notamment la gestion de groupe, sans oublier les techniques de ski.

Le but final est de vous amener vers une plus grande connaissance du milieu hivernal pour vous rendre plus autonome pour plus de sécurité et pour trouver la meilleure neige !

min/max people

7 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4 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](#)

Equipment : gear and clothing

Possibilité de location du matériel suivi d'un *, vous trouverez un tableau récapitulatif des tarifs de location dans l'onglet "Tarif des options".

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 casque* agréé pour l'alpinisme ou le ski
- Un masque de ski
- Un bonnet et une casquette
- 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

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

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

- 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 sur-pantalon * en GoreTex ou matière équivalente : c'est un pantalon très léger que vous mettrez sur votre pantalon en cas de pluie, vent, neige. Il est équipé de fermetures Eclair le long des jambes, ce qui vous permet de l'enfiler rapidement à tout moment sans avoir à enlever les chaussures (peut aussi se mettre sur un collant)

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*
- 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 d'autres plus petites pour les glisser dans votre veste au chaud près du corps
- 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.

Nous proposons à la vente du matériel adapté à votre activité et votre séjour DIRECTEMENT dans nos locaux à L'Argentière-La Bessée où nous vous accueillons le premier jour . N'hésitez pas à nous demander conseil ou sur place à votre guide.

LES MARQUES EN VENTE :

- **BEAL** (Baudriers escalade et alpinisme, sangles, descendeurs, mousquetons, dégaines, gants d'assurage, broches à glace, sacs d'escalade, lampes frontales, casques d'alpinisme et casques d'escalade, cordes simples et rappel ...)
- **CAMP** (Piolet cascade et piolet alpinisme, magnésie liquide et chalk)
- **SALEWA** (Chaussures d'alpinisme)
- **CASSIN** (Crampons d'alpinisme)
- **ALTITUDE EYEWEAR** (Lunettes solaires catégorie 3 & 4)
- **YYVERTICAL** (Lunettes d'assurage escalade)
- **NATURAL PEAK** (Tee-shirts techniques en fibre de bois manches longues et courtes et legging)
- **ICEBREAKER** (Tee-shirts techniques en laine de mérinos manches longues et courtes et legging)
- **DYNAFIT** (Chaussures de ski de rando, skis de rando d'occasion et neuf)
- **LES BATONS D'ALAIN** (Bâtons de randonnée et ski de rando)
- **LABORATOIRE BIARRITZ** (crème solaire écologique, corps visage & lèvres)
- **COMPEED** (Pansements double peau en prévention d'ampoules ...)
- **BOULES QUIESS** (Bouchons d'oreille pour bien dormir en refuge...)

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

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

High mountain : special warning

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.

Health condition

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 avertir afin d'être en mesure de prendre les dispositions adaptées en cas de besoin.

Skills and stamina level

Le ski de randonnée est une discipline exigeante physiquement.

Avec des dénivelés positifs journaliers moyens de 900m, il importe que vous arriviez en très bonne condition physique pour profiter au mieux de ces 5 jours de formation.

Si vous pratiquez un sport d'endurance régulièrement, c'est parfait ; dans le cas contraire, nous vous conseillons de vous faire un programme d'entraînement dans les semaines/mois qui précèdent votre séjour.

Séjour accessible à tous bons skieurs à l'aise sur pistes rouges et dans toutes neiges non damées qui maîtrisent le matériel.

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 de l'ensemble du groupe et les techniques spécifiques de progression en ski de rando.

Guiding

Vous serez encadrés par un **Guide de haute montagne** diplômé du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif d'Alpinisme **ou aspirant guide** ou un moniteur de ski . Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premiers secours.

Un Aspirant guide est un guide en cours de formation, il est autorisé à travailler et à encadrer des ascensions à partir de son troisième module de formation. Ce n'est pas un débutant, car il faut plusieurs années de pratique et d'entraînement afin de constituer la liste de courses et avoir l'expérience et le niveau technique requis pour pouvoir intégrer la formation de guide de haute montagne.

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.

Accommodation

3 Nuits en gîte à Cervières . Nuitées en chambres de deux à quatre personnes, draps fournis, prévoir votre linge de toilette. Pour le dîner le gérant propose une cuisine familiale avec des spécialités montagnardes et mijote de bonnes recettes traditionnelles à base de produit frais locaux et bio dans la mesure du possible. **La dernière nuit au refuge de Buffère**, premier refuge situé dans le **Vallon de Buffère**. Cet ancien chalet d'alpage confortablement réhabilité vous propose des chambres de 2 à 6 lits équipées de draps et couettes (prévoir vos draps de sacs). Pour votre confort : 3 wc et 1 toilette sèche, 3 salles de bains avec douches chaudes (prévoir votre nécessaire de toilette), 1 salon avec jeux et bibliothèque au coin du feu. Nous affectionnons particulièrement ce refuge car la cuisine est saine et à base de fruits, légumes, oeufs, pain ... biologiques. L'électricité est produite à l'aide d'une micro-turbine captant l'énergie d'une chute d'eau à proximité.

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

Transport and carbon footprint

Transport assuré par Roc Écrins.

Dans le cas où aucun de nos véhicules ne serait disponible nous pourrions vous demander d'organiser un covoiturage avec les véhicules des autres participants. Dans ce cas, un remboursement des frais de déplacement sera effectué à la personne utilisant son véhicule.

Pour nous rejoindre : Prévoyez des équipements adaptés pour votre véhicule (pneus neige ou chaînes à neige), [obligatoires sur certains axes routiers utilisés lors de votre séjour.](#)

C'est la quantité de KgCO₂ émise lors de votre séjour sur place pour votre déplacement sur les lieux d'activités !

Pour nous rejoindre :

Pourquoi ne pas faire du covoiturage, ou prendre le train ?

ROC ECRINS s'engage pour l'environnement, alors faites comme nous !

A titre de comparaison :

- Paris - L'Argentière-La Bessée (710km) **en train de nuit !**

1. **En train** : 2,53 kgCo₂
2. **En voiture** : 137 kg CO₂
3. **En voiture électrique** : 14,1 kgCO₂

- Lyon - L'Argentière-La Bessée (250 km)

1. **En train** : 1,22 kgCo2
2. **En voiture** : 48,4 kg CO2
3. **En voiture électrique** : 4,96 kgCO2

- Marseille - L'Argentière-La Bessée (259km)

1. **En train** : 0,88 kgCo2
2. **En voiture** : 50,1 kgCO2
3. **En voiture électrique** : 5,13 kg CO2

Une comparaison ? Cliquez sur le lien juste ici : <https://www.greenly.earth/blog-fr/c...>

Covoiturage ? : Nous pouvons vous mettre en relation avec les autres participants. Contactez nous par mail ou par téléphone. <https://www.blablacar.fr/>

Compensez vos émissions carbone !

Pour un arbre planté, 150 kg de CO2 stockés !

<https://www.reforestacion.com/plan...>

Meeting point

Meeting time:

8:30

le premier jour dans nos locaux à **L'Argentière La-Bessée**, 05120, Hautes Alpes.

Getting there

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette (www.linkbus-alps.com) jusqu'à Briançon et l'Argentière.
- Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus (www.vfd.fr -04 76 60 47 08)
- Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements www.sncf.fr
- Depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus (www.autocars-scal.fr - 04 92 51 06 05)
- Ligne de bus "Neigeexpress" au départ de Paris - Marseille - Aix-en-Provence vers plusieurs stations de ski des Alpes Sud. (<http://www.neigeexpress.com> - 04 92 45 18 11)

Si vous souhaitez venir en voiture,

- Depuis le Nord , Autoroute A48 jusqu'à Grenoble, puis empruntez le Col du Lautaret (RN91) direction Briançon jusqu'à l'Argentière.
- Par l'Italie, Autoroute A43 de la Maurienne par le tunnel du Fréjus, puis col de Montgenèvre, direction Briançon.
-
- 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.

Price

tous les tarifs

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

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

nbe participants	Price per person
4	1160,00 €
5	1160,00 €
6	1050,00 €
7	1050,00 €

Inscription sur la base de 4 participants soit 1160€/personne. Si vous êtes 6 participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (1050€/personne) et vous rembourserons la différence soit 110€.

The price includes:

- **L'encadrement** par un guide de haute montagne
- **L'hébergement** en gîte en pension complète du premier soir au dernier midi, pique nique le midi
- **Les forfaits** des remontées mécaniques pour les stations de ski
- **Le transport durant le séjour** du lieu de rendez-vous au lieu de séparation

The price doesn't include:

- Le pique-nique du premier jour
- Les frais à caractère personnel : boissons..
- **La location du matériel technique** (ski de rando, chaussures, peaux, bâtons...kit sécurité)
- **Les assurances** responsabilité civile, rapatriement et annulation
- **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 »

Our little extras

- 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)

How to book

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.

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

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