Compagnie des Guides de Chamonix

190 place de l'église - 74400 Chamonix – France - Tél : + 33 (0)4 50 53 00 88
www.chamonix-guides.com - e-mail : info@chamonix-guides.com

ALPINISME - STAGE ALPINISME INITIATION 3 JOURS

Durée : 3 | Difficulté : | À partir de : 580 €

Ce stage Initiation & Découverte de 3 jours constitue la porte d'entrée dans le monde de la haute montagne. Il vous garantit une initiation progressive dans le décor exceptionnel de la Vallée de Chamonix et du Massif du Mont-Blanc. Trois jours pour profiter de l'atmosphère unique de la haute montagne et de ses glaciers, apprendre les techniques de base de l'alpinisme et développer vos aptitudes en terrain rocheux et glaciaire. Un ratio particulier de 3 à 4 participants par guide permet un conseil personnalisé et une grande flexibilité dans le choix des sorties. Au programme : magie du lieu, pédagogie et apprentissage pour un stage dédié aux débutants.

Ce stage fait partie d'un ensemble de stage d'alpinisme que nous avons développé pour vous accompagner depuis vos premiers pas jusqu'à une gestion en autonomie de votre cordée. Découvrez l'alpinisme sur 3 jours ou 5 jours avec nuit en refuge, apprenez tout ce qu'il faut savoir sur la sécurité avec nos stages autonomie niveau 1, niveau 2 et gestion de cordée. Nos stages ont également lieu au cœur de l'hiver avec des programmes focalisés sur le mixte et la glace.

Les objectifs du stage Initiation & Découverte

- Découverte du milieu de la haute montagne
- Maîtrise des techniques de base de l'alpinisme : crampons, piolet
- Utilisation simple de la corde : nœuds élémentaires, encordement et assurage basique
- Introduction à la progression en terrain rocheux et glaciaire

ITINÉRAIRE

Jour 1

Ecole d'escalade
Départ de Chamonix pour le rocher des Gaillands. Apprentissage des techniques de progression en terrain rocheux : encordement, assurage et relais. Escalade en moulinette ou en tête en fonction des envies.
Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussons d'escalade, baudrier et casque.

Jour 2

Ecole de glace
Première approche ou révision : apprentissage des différentes techniques spécifiques au terrain glaciaire : cramponnage classique 10 pointes, évolution encordé, assurage…
Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussures de haute montagne, baudrier, casque, crampons et piolet

Jour 3

Course à la journée
Le moment est venu de mettre à profit ce que vous avez appris les jours précédents ! La destination sera choisie avec votre guide en fonction des objectifs du groupe et des conditions en montagne du moment. Exemples de course réalisée : Pointe Lachenal (3 613m), Traversée de Aiguilles Crochues (2 840m).
Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : votre guide vous informera du matériel nécessaire en fonction de la course que vous ferez

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective associe plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément. Elle permet pour un programme

donné de profiter d'un tarif attractif à des dates fixes. Cette formule est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe.

Dates : Voir ci-dessous module de réservation en formule collective

Tarif 2024 : 590€ par personne, sur la base d'un minimum de 3 personnes

Ce prix comprend :
- l'encadrement par un guide de haute montagne
- les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses mentionnées

Ce prix ne comprend pas :
- l'hébergement pendant le stage
- les pique-niques
- les déplacements pour vous rendre aux lieux de rendez-vous
- le matériel technique personnel

FORMULE PRIVÉE

La formule privée est la relation historique qui lie un guide à ses clients. Elle vous permet d'être seul ou en groupe constitué avec votre guide qui répond à vos besoins spécifiques. C'est incontestablement la formule idéale pour réaliser vos projets car elle vous garantit un maximum de confort. Vous êtes libres de choisir votre date de départ et l'itinéraire proposé peut être ajusté en fonction de vos attentes spécifiques.

Tarifs 2024 :
2 personnes : 1025€ par personne
3 personnes : 730€ par personne
4 personnes : 580€ par personne

Le prix comprend :
- l'encadrement par un guide de haute montagne
- les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses mentionnées

Le prix ne comprend pas :
- l'hébergement pendant le stage
- les pique-niques
- les déplacements pour vous rendre aux lieux de rendez-vous
- le matériel technique personnel

INFOS PRATIQUES

Retrouvez dans cette rubrique, l'ensemble des informations concernant cette activité. Pour bien préparer votre séjour, référez-vous aux conseils des guides qui partagent leur expertise et leurs recommandations.

Rendez-vous : Le premier jour à 8h30 à la Compagnie des Guides de Chamonix, 190 place de l'Eglise à Chamonix

Niveau physique : Ce programme est destiné à des sportifs pratiquant une activité physique régulière. Effort pendant la sortie jusqu'à 6 à 7 heures par jour

Niveau technique : Il n'est pas nécessaire d'avoir une expérience préalable ni en alpinisme ni en escalade

Encadrement : De 3 à 4 personnes. Cette norme d'encadrement propre à la Compagnie des Guides de Chamonix vous garantit un groupe le plus homogène possible ainsi que des conseils personnalisés de qualité. *Mineur uniquement accompagné d'un parent*

Hébergement : Pendant le séjour : Pas d'hébergement inclus.
Avant & Après : Nous avons des partenaires hôteliers dans la vallée de Chamonix.

Formalités : Assurance assistance-rapatriement obligatoire.
Si vous n'êtes pas assuré, nous vous proposons une assurance « rapatriement et annulation » que vous pourrez souscrire au moment de votre inscription. Pièce d'identité obligatoire.

ÉQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel car il contribue grandement à la réussite de votre séjour. Le poids est déterminant ; vous devez toujours évaluer le ratio poids / confort afin de trouver un bon compromis.

Equipement
- Un sac à dos d'une contenance de 30 litres,
- Une paire de chaussures d'alpinisme, *louable*
- Une paire de chaussons d'escalade, *louable*
- Une paire de guêtres si votre pantalon le nécessite,
- Une paire de bâtons télescopique, *louable*
- Crampons avec antibottes, casque, baudrier et un piolet droit, *louable*
- Prenez le matériel technique dont vous disposez (dégaines, mousquetons, longe, système d'assurage…)

Vêtements
- Un bonnet adapté au port d'un casque,
- Un chapeau en toile ou une casquette,
- Un cache cou de type buff,
- Un sous-vêtement à manches longues de type « Micro-Fibre »,
- Une polaire,
- Une veste imperméable avec capuche de type « Gore Tex », *louable*
- Une doudoune d'appoint,
- Un collant,
- Un pantalon pour la haute montagne estivale (pas de pantalon de ski
- Un sur-pantalon étanche de type « Gore Tex », *louable*
- Une paire de chaussettes spécialement dédiées à la marche,
- Une paire de gants de ski,
- Une paire de gants en cuir ou en fourrure polaire,

Accessoires
- Une paire de lunette de catégorie 4,
- Une gourde d'au moins 1.5 L,
- Une mini-pharmacie individuelle avec au moins crème solaire, stick à lèvre, kit ampoules et médicaments contre la nausée,
- Un plastique étanche contenant votre pièce d'identité et des Euros.

Nos Partenaires Location : Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires Ravanel & Co, Sanglard Sports & Concept Pro Shop
Nos Partenaires Equipement : Millet, Dynastar, Julbo, Grivel & Monnet