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

FORMATION - RAQUETTES - AUTONOMIE SÉCURITÉ

Durée : 3 | Physique : ▲▲▲△△ | Technique : ▲▲▲△△ | A partir de : 450 €

Randonner l'hiver nécessite expérience, connaissances et maitrise des bonnes techniques afin d'évoluer avec un maximum de sécurité et de plaisir.
Fort d'une importante expérience d'organisation, d'encadrement et de formation sur les randonnées et les raids en refuge ou en bivouacs, la Compagnie des Guides de Chamonix vous propose une formation riche en thématiques fondamentales afin d'acquérir ou d'améliorer vos compétences pour tendre vers une autonomie nécessaire pour parcourir la montagne avec sérénité et enthousiasme.
Un passionnant transfert de compétence !
Attention ! Formation non diplômante destinée à vous accompagner dans votre pratique personnelle de la randonnée en raquettes

PROGRAMME
Les lieux de randonnées ne sont pas prédéfinis : nous aurons à notre disposition un transport privatif afin de nous rendre sur les sites les plus adaptés aux thèmes à aborder.

THEMES :
Préparer sa randonnée : sélectionner le matériel adapté. Constituer son sac. Choisir le lieu de randonnée en fonction des conditions…

Cartographie : maîtriser la lecture de carte pour imaginer et préparer son itinéraire

Orientation : utiliser la carte, boussole et altimètre pour s'orienter sur le terrain. Maitriser le GPS ou les applications de cartographie sur smartphone pour progresser dans le mauvais temps…

Nivologie : comprendre le manteau neigeux et son évolution en fonction de la météo, de la température, du vent, de l'orientation de la pente…

Sécurité : devenez performant avec l'utilisation du Détecteur de Victime en Avalanche (DVA, pelle, sonde). Savoir placer une main courante pour sécuriser un passage. Comment déclencher un secours. Réaliser un abri de fortune.

Milieu montagnard : la moyenne montagne est un univers complexe et passionnant. Pour mieux s'en émerveiller et le protéger, il est nécessaire de le comprendre. Découvrez les stratégies d'adaptation de la faune sauvage. Intégrer la notion de dérangement de la faune afin de le prendre en compte lors de vos choix d'itinéraire.

Prise de décision : Acquérir de l'expérience sur les bonnes décisions à prendre lors de travaux pratiques de mise en situations variées. Adopter les bonnes attitudes pour la conduite d'un groupe.

Astuces et « secrets » de professionnel de la montagne : Découvrez les astuces et mode de fonctionnement des professionnels de la montagne.

Divers : au travers d'échanges et de partages, nous aborderons des sujets divers et répondrons à vos questions.

Le programme est donné à titre indicatif. Votre guide est susceptible de le modifier en fonction du niveau du groupe et des conditions de la montagne.

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 2027 : 450€ par personne - sur la base de 4 participants minimum

Ce prix comprend :
- l'organisation et l'encadrement par un accompagnateur en moyenne montagne
- Le pique-nique
- Les transferts depuis le point de RDV pour rejoindre les lieux de randonnées
- le prêt des raquettes, bâtons, DVA (détecteur de victime d'avalanche), pelle et sonde

Ce prix ne comprend pas :
- l'hébergement à Chamonix
- l'assurance assistance-rapatriement et annulation
- les boissons personnelles (prévoir des euros)
- ce qui n’est pas inclus dans « Ce prix comprend »

FORMULE PRIVÉE

La formule privée est la relation historique qui lie un accompagnateur à ses clients.
Elle vous permet d’être seul ou en groupe constitué avec votre accompagnateur 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 libre de choisir votre date de départ (dans la mesure des places disponibles dans les refuges).
Selon les conditions météorologiques, l’itinéraire proposé peut être ajusté en fonction de votre niveau et vos attentes, le professionnel pourra vous proposer des variantes dans l'itinéraire.

Pour connaître nos tarifs en formule privée contactez-nous et faites nous part de votre projet.

INFOS PRATIQUES

Retrouvez dans cette rubrique, l’ensemble des informations concernant cette activité. Pour des renseignements complémentaires, prenez contact avec nos conseillers (coordonnées ci-dessus).

Rendez-vous : 9h00 à la Compagnie des Guides de Chamonix le matin du premier jour

Niveau Difficulté modérée. Une bonne condition ainsi qu’une préparation physique sont souhaitées. 500 m à 700 m de dénivelé en moyenne et 5h à 6h de marche. Le terrain peut présenter quelques passages raides nécessitant une bonne aisance technique. Une expérience de la randonnée est souhaitée
Enfants minimum 12 ans accompagnés d'un parent

Encadrement : par un accompagnateur en moyenne montagne, minimum 4 et maximum 8 participants par accompagnateur. Les normes d'encadrement sont spécifiques à la Compagnie des Guides de Chamonix et parmi les plus strictes du marché

Hébergement : Pas d'hébergement inclus.
Vous pouvez bénéficier de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix

Formalités :
- Assurance assistance-rapatriement obligatoire
- Assurance annulation recommandée
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

Organisation : Quelques jours avant votre départ, le guide en charge du groupe vous contactera afin de répondre à toutes vos questions

ÉQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel car il contribue grandement à la réussite de votre séjour. Comme les conditions climatiques alpin peuvent être très variables avec de brusques changements, il peut faire très froid très vite en altitude, il est préférable d'empiler des couches fines plutôt que d'avoir un seul gros vêtement. Ne faites pas l'impasse sur les vêtements chauds, même si la météo vous semble favorable. A l'inverse le soleil peut être brûlant**.** Sans l'alourdir, il faut toujours avoir dans le sac à dos de quoi faire face à une météo capricieuse et rigoureuse.

Équipement
- Un sac à dos d'une contenance de minimum 35 litres (mieux vaut trop grand que trop petit). Prévoyez assez de place pour le pique-nique. - Un conseil en cas de neige : même si vous avez un sur-sac à dos, protégez toujours vos affaires dans un sac plastique (grand sac poubelle), à l'intérieur du sac à dos.
- Chaussures adaptées à la pratique de la raquette (chaudes et imperméables, qui tiennent bien la cheville). Pour les chaussures neuves, faites-les d'abord à votre pied en les portant avant. Si vous êtes sujet aux ampoules : talc appliqué sur les pieds secs et dans la chaussure le matin.

Vêtements
Pour plus de confort concernant les sous-vêtements (T-shirts, caleçons, chaussettes), évitez le coton qui est lourd, froid et sèche très lentement. Privilégiez les textiles techniques synthétiques, ou bien la laine qui fait son grand retour. Ils sont plus chauds et sèchent très vite.

- 1 T-shirt technique manches longues
- 1 fourrure polaire fine
- 1 pantalon de type Gore-tex
- 1 caleçon jambes longues (textile synthétique)
- 1 paire de chaussettes en laine
- 1 veste Gore-tex
- 1 doudoune (ou fourrure polaire épaisse)
- Guêtres si votre pantalon ne couvre pas efficacement le haut de la chaussure
- 1 paire gants polaires
- 1 paire moufles
- 1 paire gants soie
- 1 bonnet
- 1 foulard et/ou 1 tour de cou (type Buff)
- 1 gourde (capacité 1l mini, 1,5l c'est mieux !) si possible isotherme
- 1 couteau
- 1 fourchette (type « spork »)
- Casquette
- lunettes de soleil (catégorie 3 minimum)
- crème solaire
- baume à lèvres
- Facultatif : appareil photo, jumelles, etc …
- Lampe de poche ou frontale
- Pharmacie personnelle : élastoplast, pansements « seconde peau », compresses, médicaments pour maux courants : diarrhée, constipation, maux de gorge, maux de tête, douleurs, allergies, " et votre traitement personnel. *Ne vous surchargez pas, l'accompagnateur a une pharmacie de premiers secours.*
- Pièce d'identité
- Argent pour vos dépenses personnelles
- Mouchoirs, papier toilette

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