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 | Physique : ▲▲△△△ | Technique : ▲△△△△ | A partir de : 635 €

Ce stage d'initiation et de découverte de 3 jours constitue une véritable porte d'entrée dans le monde de la haute montagne. Il vous garantit une initiation progressive dans le cadre exceptionnel de la Vallée de Chamonix et du Massif du Mont-Blanc. Trois jours pour profiter de l'atmosphère unique des glaciers et des sommets, tout en apprenant les techniques de base de l'alpinisme. Un ratio privilégié de 3 à 4 participants par guide permet un accompagnement personnalisé et un déroulement adaptable à vos besoins. Au menu : magie des lieux, pédagogie et apprentissage pour un stage spécialement conçu pour les débutants.

Ce stage fait partie d'un ensemble de stages d'alpinisme que nous avons développé pour vous accompagner, depuis vos premiers pas jusqu'à la gestion autonome de votre cordée. Si vous êtes complètement débutant et que vous envisagez de suivre par la suite notre cursus de stages "Autonomie et Sécurité", nous vous recommandons notre stage d'initiation de 5 jours, qui propose une découverte approfondie. Grâce à la nuit en refuge incluse, ce stage est également un excellent choix si vous souhaitez vivre une immersion totale en montagne.

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

ITINÉRAIRE

Jour 1

Ecole d'escalade
Journée à l'école d'escalade des Gaillands. Escalade en moulinette : nœud de huit, assurage et double check. Escalade en tête : utilisation des dégaines, mise en place de la corde au relais. *Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussons d'escalade, baudrier et casque.*

Jour 2

Ecole de glace
Journée sur la Mer de Glace. Découverte de la marche avec crampons : exercices pour se familiariser et gagner en confiance. Découverte de l'utilisation du piolet. *Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussures de haute montagne à semelle rigide ou semi-rigide, baudrier, casque, crampons et piolet.*

Jour 3

Sortie en haute montagne
Le moment sera venu de mettre en pratique ce que vous avez appris durant les deux premiers jours, lors de votre première ascension. Exemples de courses réalisées : sortie dans les Aiguilles Rouges, découverte du glacier du Géant. *Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : v*otre guide vous informera du matériel nécessaire selon la course choisie pour cette journée.

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 2026 : 665€ par personne, sur la base d'un minimum de 3 personnes
Mineur à partir de 16 ans uniquement accompagné d'un adulte

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 2026 :
2 personnes : 1125€ par personne
3 personnes : 800€ par personne
4 personnes : 635€ 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 : Pour sportif pratiquant une activité physique régulière. Effort pouvant aller jusqu'à 5 heures par jour

Niveau technique : Aucune expérience requise 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 à partir de 16 ans uniquement accompagné d'un adulte*

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 Millet (hors crampons, piolets, casque), Ravanel & Co, Sanglard Sports & Concept Pro Shop
Nos Partenaires Equipement : Millet, Dynastar, Julbo, Grivel & Monnet