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 AUTONOMIE & SÉCURITÉ - NIVEAU 1

Durée : 4 | Physique : ▲▲▲△△ | Technique : ▲▲▲△△ | A partir de : 1 020 €

LE CURSUS AUTONOMIE & SÉCURITÉ EN ALPINISME

Nos stages Autonomie & Sécurité constituent un cursus progressif dont l'objectif est de vous permettre d'acquérir, étape par étape, les compétences nécessaires pour réaliser des ascensions en autonomie. Chaque niveau développe de nouvelles compétences techniques et de gestion des risques, mises en pratique lors de courses en haute montagne. Avec 3 à 4 participants par guide, l'encadrement favorise un apprentissage personnalisé et une participation active à la préparation et à la réalisation des courses.

AUTONOMIE & SÉCURITÉ - NIVEAU 1 : ÉVOLUER EN TERRAIN GLACIAIRE

Le Niveau 1 constitue la première étape du cursus et se concentre sur la progression et la sécurité en terrain glaciaire. Après deux journées consacrées à la consolidation de vos compétences en escalade et en cramponnage, vous rejoignez le refuge Albert Ier et le glacier du Tour pour travailler l'encordement sur glacier, l'assurage et les bases du secours en crevasse. Vous abordez également les premiers outils nécessaires à la préparation d'une course et à la gestion des risques.

Ce stage constitue la suite logique de notre stage d'initiation de 5 jours. Il nécessite de maîtriser les techniques d'assurage en école d'escalade et d'avoir déjà réalisé au moins deux sorties avec crampons.

Les objectifs du stage
- Consolider les techniques d'assurage en escalade et de progression avec crampons
- Acquérir les fondamentaux de la sécurité sur glacier : encordement, assurage et bases du secours en crevasse
- S'initier à la préparation d'une course et à la gestion des risques : cartographie, topos et outils de briefing

ITINÉRAIRE

Jour 1

École d'escalade en vallée
Journée à l'école d'escalade des Gaillands consacrée à la consolidation des techniques d'encordement et d'assurage. Travail de l'assurage dynamique et apprentissage des techniques de rappel. Nuit en vallée.

Jour 2

École de glace
Journée sur la Mer de Glace consacrée à la consolidation des techniques de cramponnage et d'utilisation du piolet, avec perfectionnement en terrain raide. Apprentissage de l'encordement sur glacier et des bases du secours en crevasse. Nuit en vallée.

Jour 3

École de neige | Nuit au refuge Albert Ier (2702 m)
Consolidation des techniques d'encordement sur glacier et apprentissage des techniques permettant d'enrayer une glissade sur neige. Montée au refuge Albert Ier (2702 m) et nuit sur place.
Dénivelé positif : 500 m

Jour 4

Ascension au départ du refuge Albert Ier
Course dans le bassin du glacier du Tour permettant de mettre en pratique les techniques travaillées pendant le stage, notamment la progression encordée sur glacier et en terrain neigeux. Selon les conditions et le niveau du groupe, différentes ascensions peuvent être envisagées, notamment la Petite Fourche (3520 m) ou Tête Blanche (3429 m). Retour en vallée en milieu d'après-midi.
Dénivelé positif : 800 m / Dénivelé négatif : 1300 m

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective réunit des participants qui ne se connaissent pas nécessairement. Elle permet de suivre un programme défini, à des dates fixes, tout en bénéficiant d'un tarif attractif et de la convivialité d'un groupe.

Dates
Voir ci-dessous le module de réservation en formule collective.

Tarif 2027
1020€ par personne, sur la base d'un minimum de 3 participants.

Ce prix comprend
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- La demi-pension en refuge le J3 (dîner, nuitée et petit-déjeuner)
- Les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses prévues au programme

Ce prix ne comprend pas
- L'hébergement dans la vallée 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 vous permet de réaliser ce stage avec le groupe que vous constituez et de bénéficier d'un accompagnement adapté à vos attentes. Vous choisissez votre date de départ en fonction des disponibilités au refuge, et le programme peut être ajusté en fonction de votre niveau et de votre progression.

Tarifs 2027
2 personnes : 1755€ par personne
3 personnes : 1265€ par personne
4 personnes : 1020€ par personne

Ce prix comprend
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- La demi-pension en refuge le J3 (dîner, nuitée et petit-déjeuner)
- Les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses prévues au programme

Ce prix ne comprend pas
- L'hébergement dans la vallée pendant le stage
- Les pique-niques
- Les déplacements pour vous rendre aux lieux de rendez-vous
- Le matériel technique personnel

INFOS PRATIQUES

Pour bien préparer votre séjour, consultez les conseils des guides qui regroupent nos recommandations pour vos séjours d'alpinisme.

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

Niveau physique
Une pratique régulière d'une activité d'endurance est nécessaire. Les journées peuvent représenter jusqu'à 7 heures d'activité en montagne.

Niveau technique
Une expérience préalable en alpinisme est nécessaire. Ce stage ne s'adresse pas aux débutants.

Prérequis
Vous devez maîtriser les techniques d'assurage en école d'escalade, en intérieur ou en extérieur : encordement et utilisation d'un système d'assurage. Vous devez également avoir déjà réalisé au moins deux sorties avec crampons.

Encadrement
Le groupe est constitué de 3 à 4 participants par guide, permettant un apprentissage progressif et des conseils personnalisés. Inscription possible à partir de 18 ans.

Hébergement
Une nuit en demi-pension est incluse en refuge (dîner, petit-déjeuner et nuitée).

⚠ **Formalités**
Assurance assistance-rapatriement obligatoire. Si vous n'êtes pas assuré, une assurance assistance-rapatriement et annulation peut être souscrite au moment de votre inscription. Pièce d'identité obligatoire.

ÉQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel, qui contribue au confort et au bon déroulement de votre stage. Le poids est déterminant : privilégiez un équipement adapté et léger, tout en conservant une protection suffisante pour les conditions de la haute montagne.

Équipement
- Un sac à dos d'environ 35 litres
- Une paire de chaussons d'escalade, disponible à la location
- Une paire de chaussures d'alpinisme, disponible à la location
- Une paire de guêtres si votre pantalon le nécessite
- Une paire de bâtons télescopiques, disponible à la location
- Des crampons avec antibottes, un casque, un baudrier et un piolet droit, disponibles à la location
- Matériel technique obligatoire : 1 longe double, 1 mousqueton à vis directionnel, 1 système d'assurage réversible avec mousqueton à vis, 2 broches de 16 cm avec mousqueton simple, 2 sangles de 120 cm avec mousqueton simple, 1 poulie Micro Traxion avec mousqueton à vis, 1 système Tibloc avec mousqueton à vis, 1 Prussik de 50 cm minimum avec mousqueton à vis

Vêtements
- Un bonnet compatible avec le port du casque
- Un chapeau ou une casquette
- Un tour de cou de type Buff
- Un sous-vêtement technique à manches longues
- Une polaire
- Une veste imperméable avec capuche de type Gore-Tex
- Une doudoune légère
- Un collant thermique
- Un pantalon adapté à la haute montagne estivale
- Un surpantalon imperméable de type Gore-Tex, disponible à la location
- Une paire de chaussettes adaptées à la marche
- Une paire de gants chauds, disponible à la location
- Une paire de gants légers
- Des vêtements de rechange pour la nuit en refuge

Accessoires
- Une paire de lunettes de soleil de catégorie 4
- Une lampe frontale
- Un drap-sac
- Une gourde d'au moins 1,5 L
- Des boules Quiès
- Une pharmacie personnelle comprenant au minimum crème solaire, stick à lèvres, protection contre les ampoules, ainsi que

vos médicaments habituels contre les maux de tête et les nausées
- Une pochette étanche contenant votre pièce d'identité et de l'argent liquide

Nos partenaires location
Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires : Millet (hors crampons, piolets et casque), Ravanel & Co, Sanglard Sports et Concept Pro Shop

Nos partenaires équipement
Millet, Dynastar, Julbo, Grivel et Monnet.