



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 HIVERNAL

Durée : 3 jours

Difficulté : ▲▲▲▲▲

À partir de : 610 €

La Compagnie des Guides de Chamonix a développé un ensemble de stages d'alpinisme pour vous accompagner depuis vos premiers pas jusqu'à une gestion en autonomie de votre cordée :

- Stage Initiation & Découverte, 3 jours : Vos premiers pas en haute montagne
- Stage Initiation & Découverte, 5 jours : Vos premiers pas avec une nuit en refuge
- Stage Autonomie & Sécurité - Niveau 1, 4 jours : Tout savoir sur les fondamentaux de sécurité
- Stage Autonomie & Sécurité - Niveau 2, 4 jours : Les techniques avancées de sécurité
- Stage Perfectionnement & Gestion de cordée, 4 jours : Planification et gestion d'une course en montagne
- Stage Alpinisme hivernal, 3 jours : Perfectionnement en neige & glace & mixte

En hiver, le massif du Mont Blanc offre un terrain de jeu unique pour la pratique de l'alpinisme. Les nombreuses remontées mécaniques permettent un accès rapide à un large choix de courses. Le changement climatique en cours les rend d'ailleurs souvent en meilleures conditions à cette période que plus tard en saison. Ce stage "alpinisme hivernal" focalisé sur les courses neige & glace a pour objectif principal de vous perfectionner sur ces types de terrain.

L'originalité de ce stage repose sur des groupes de petite taille. Vous évoluez en groupe de 4 (1 guide pour 4 clients). Grâce aux conseils personnalisés de votre guide et à une grande flexibilité, cette organisation vous garantit un stage de grande qualité. Les approches se feront de base en raquettes où éventuellement à ski de randonnée en fonction des aptitudes du groupe.

Les objectifs du stage Alpinisme hivernal

- Introduction à la gestion du risque d'avalanche en alpinisme hivernal
- Maîtrise des techniques de progression en neige & glace

Ce stage est destiné aux personnes ayant déjà une expérience de l'alpinisme (usage des crampons et du piolet, maîtrise des techniques de base d'assurage). Pour les débutants souhaitant découvrir l'alpinisme en hiver, nous conseillons notre [stage cascade de glace découverte](#) ou notre [journée cascade de glace](#).

ITINÉRAIRE

Jour 1 : Reprise en douceur

Nous effectuons une reprise en douceur en site école (Crèmerie ou Cascade de Bérard). Escalade de glace en moulinette ou en tête pour les plus aguerris avec présentation des techniques de base d'assurage.

Jour 2 : Course au départ d'Helbronner (3 462m)

Cette journée est orientée sur une course de neige. Petit Flambeau (3 407m), Aiguille de Toule (3 534m) ou Couloir dans les Marbrées (3 535m).

Jour 3 : Course au départ de l'Aiguille du Midi (3 842m)

Cette journée est orientée sur une course de glace ou de mixte. Pointe Lachenal (3 613m) ou itinéraire sortant sur l'Arête des Cosmiques (3 800m)

Ce 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 : Retrouvez toutes les disponibilités dans la liste déroulante ci-dessous

Tarif 2023 : 640€ 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 mentionnées dans le programme
- le transfert aller-retour en Italie (Jour 2)
- le prêt du matériel technique : crampons, piolet, casque et baudrier
- le prêt d'un ensemble sécurité (DVA, pelle, sonde)

Ce prix ne comprend pas :

- les picnics et snacks
- la location des chaussures de haute montagne
- l'hébergement à Chamonix

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 en fonction des places disponibles en refuge et l'itinéraire proposé peut être ajusté en fonction de vos attentes spécifiques.

Tarifs 2023 :

2 personnes : 1060€ par personne

3 personnes : 760€ par personne

4 personnes : 610€ par personne

Le prix comprend :

- l'encadrement par un guide de haute montagne
- les remontées mécaniques mentionnées dans le programme
- le transfert aller-retour en Italie (Jour 2)
- le prêt du matériel technique : crampons, piolet, casque et baudrier
- le prêt d'un ensemble sécurité (DVA, pelle, sonde)

Le prix ne comprend pas :

- les picnics et snacks
- la location des chaussures de haute montagne
- l'hébergement à Chamonix

INFOS PRATIQUES

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

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

Niveau : Un choix de destination adapté est primordial pour que vous profitiez pleinement de votre séjour. Pratiquez régulièrement une activité physique tout au long de l'année et faites si nécessaire un entraînement spécifique quelques mois avant la date de votre départ. Evitez un entraînement de dernière minute pouvant être source de blessure. Ne surestimez pas vos capacités et sachez que le poids de votre sac, l'altitude ou la qualité de la neige peuvent diminuer votre aisance habituelle.

Compétence technique : expérience en alpinisme (estival ou hivernal) nécessaire.

Aptitude physique : personne pratiquant régulièrement une activité sportive.

Encadrement : Encadrement par un guide de Haute-Montagne, minimum 3 et maximum 4 participants par guide. Les normes d'encadrement sont spécifiques à la Compagnie des Guides de Chamonix et sont parmi les plus strictes du marché.

Hébergement : Pas d'hébergement inclus dans le stage. Bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à 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.

Organisation : La semaine précédant 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. Le poids est déterminant ; vous devez toujours évaluer le ratio poids / confort afin de trouver un bon compromis. D'une manière générale, il est préférable d'empiler des couches fines plutôt que d'avoir un seul gros vêtement et il est indispensable de rester au sec en toutes circonstances.

Équipement

- Un sac à dos d'une contenance de 35 litres
- Une paire de chaussures de haute montagne rigides permettant l'utilisation de crampons semi-automatiques
- Une paire de guêtres si votre pantalon le nécessite
- Une paire de bâtons télescopique
- Crampons, casque, baudrier et piolets traction (prêtés)

Vêtements

- Un bonnet adapté au port d'un casque
- 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 »
- Une doudoune
- Un collant
- Un pantalon d'alpinisme de type « Gore Tex » (Eviter un pantalon de ski)
- Une paire de chaussettes chaudes
- Une paire de gants ajustés vous permettant de manipuler aisément du matériel
- Une paire de gants de ski ou une paire de moufles

Accessoires

- Une paire de lunette de catégorie 4
- Un thermos d'au moins 1 litre
- Crème solaire et stick à lèvres
- Kit pour soigner des ampoules
- Appareil photo

Nos Partenaires Location : Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires [Ravel & Co](#), [Sanglard Sports & Concept Pro Shop](#)

Nos Partenaires Equipement : [Millet](#), [Dynastar](#), [Julbo](#), [Grivel](#) & [Monnet](#)