



Objectif : le Dôme des Ecrins (4015m)

Ce raid à ski de randonnée de 4 jours au coeur du massif des Ecrins vous permettra d'accéder au sommet du Dôme par la voie normale en face nord. Afin de vous préparer au mieux à cette ascension, le guide vous proposera un sommet d'acclimatation après avoir revu les techniques de conversion et de sécurité. Ce séjour se terminera par la célèbre traversée des Dômes de Monétier et ses 1900 mètres de descente à ski.

PROGRAMME

Jour 1 :

Le guide vous accueille et vérifie votre matériel.

Transfert ensuite jusqu'au pré de Mme Carle d'où débute la montée au refuge du Glacier Blanc (2 550 m).

Exercices de recherche DVA et rappel des notions essentielles de nivologie générale. Randonnée au-dessus du refuge si les conditions le permettent.

Nuit au refuge du Glacier Blanc.

HEURES DE MARCHÉ : 3h30 (dont 3h30 de montée)

DÉNIVELÉ + : 1000 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 2 :

Au départ du refuge du Glacier Blanc (2 550 m) plusieurs itinéraires sont possibles. Selon le désir des participants et leur condition physique, nous pouvons effectuer l'ascension du Pic du Glacier d'Arsine (3363m), de Neige Cordier (3 613 m) ou bien encore de la Roche Faurio (3730m).

Descente et nuit au refuge des Ecrins (3170 m).

HEURES DE MARCHÉ : 6h (dont 3h30 de montée)

DÉNIVELÉ + : 900 m à 1050m selon le sommet

DÉNIVELÉ - : 400 m à 700m selon le sommet

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 3 :

Depuis le refuge des Ecrins (3 170 m), montée au Dôme de neige des Ecrins (4 015 m), magnifique belvédère sur le massif de l'Oisans et même sur l'ensemble des Alpes.

Descente et nuit au refuge du Glacier Blanc.

HEURES DE MARCHÉ : 6h (dont 3h30 de montée)

DÉNIVELÉ + : 1000 m

DÉNIVELÉ - : 1500 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 4 :

Au départ du refuge du Glacier Blanc (2 550 m) nous franchirons le col de Monétier (3339 m) pour accéder aux plateaux des Dômes de Monétier que nous traverserons pour en atteindre le point culminant : la Pointe des Arcas (3479 m).

Grande et belle descente par le lac de l'Eychauda jusqu'en vallée.

Séparation en milieu d'après-midi devant la gare de l'Argentière les Ecrins .

HEURES DE MARCHÉ : 6h (dont 4h00 de montée)

DÉNIVELÉ + : 1000 m

DÉNIVELÉ - : 1500 m

NB : Ce programme est donné à titre indicatif. Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant, pour des raisons de sécurité, en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des skieurs.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le jour 1 à 9h00 à la gare SNCF de l'Argentière les Ecrins, (commune de l'Argentière-la-Bessée 05120, Hautes-alpes).

DISPERSION

Le jour 4 en milieu d'après-midi devant la gare de l'Argentière les Ecrins .

NIVEAU

contenuniveau

HEBERGEMENT

Le premier soir vous serez accueillis par Nicolas, le gardien du refuge du Glacier Blanc. Ce refuge du CAF (club alpin Français) a été construit entre 1942 et 1948. Il remplace l'ancien refuge Tuckett situé en contrebas et encore visible. Il domine le Glacier Blanc et fait face aux grandes et belles faces nord du Pelvoux, du pic Sans Nom et des Ailefroides.

Le soir suivant, nous retrouverons la chaleur du refuge des Ecrins (3170 m). Construit entre 1968 et 1969 au même emplacement que le refuge Caron de 1903, dans le cirque du Glacier Blanc, le refuge se situe entre les cols Émile Pic et Roche Faurio ; vous y serez aux premières loges pour admirer les lumières du couchant sur la Barre des Ecrins, point culminant du massif (4102m).

Nuitées en dortoir (couvertures fournies, prévoir un drap de sac), toilettes et lavabos communs, pas de douche dans les refuges. Repas copieux et consistants, pique-niques le midi.

Pour les titulaires de la carte d'adhésion au Club Alpin Français ou à la Société de Tourisme Dauphinois : nous vous remboursons la remise appliquée par le refuge, sur présentation de la carte. Remboursement effectif en fin de séjour suite à réception des factures.

TRANSFERTS INTERNES

En minibus.

PORTAGE DES BAGAGES

contenuportagedesbag

GROUPE

De 4 à 7 skieurs.

ENCADREMENT

Vous serez encadrés par un Guide de haute montagne, diplômé du Brevet d'Etat d'Éducateur Sportif d'Alpinisme. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF

reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premier secours collectif.

Tout participant au stage doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle. En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire la souscrire auprès de La Vie Sauvage.

Pour chaque stage de ski de randonnée un programme d'apprentissage spécifique a été élaboré (recherche DVA, nivologie, choix d'itinéraire, technique de conversion et de ski en poudreuse). L'encadrant vous donnera chaque jour des éléments techniques pour atteindre les objectifs fixés individuellement en début et en cours de séjour.

MATERIEL FOURNI

contenumenterielourn

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

La tête :

Lunettes de soleil protection classe 4

Un masque de ski,

Un bonnet et une casquette,

Un casque* agréé pour l'alpinisme ou le ski.

Crème solaire «écran total» soit un indice de protection fort entre 30 et 50.

Le corps :

Un sac* à dos montagne permettant d'y accrocher les skis si besoin (environ 40 litres,

Deux sous vêtements manches longues

Une polaire* ou soft shell*

Une doudoune chaude

Un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie et la neige

Un baudrier*, un mousqueton à vis et une sangle de 40cm pour servir de vache.

Les mains :

Une paire de gants fins en cuir ou polaire pour la montée

Une paire plus chaude pour la descente.

Un petit piolet* léger.

Les jambes :

L'idéal est un pantalon en gore tex avec ouvertures latérales en dessous duquel vous mettrez un collant chaud si besoin.

Un pantalon léger pour le refuge éventuellement.

Les pieds :

Des skis* de randonnée

Une paire de "peaux de phoque"* en bon état et bien encollées

Une paire de couteaux* à neige adaptés à vos fixations

Une paire de chaussures* de randonnée à ski
Une paire de bâtons* de ski
Une paire de crampons* réglés sur vos chaussures de ski de randonnée
Une paire de chaussettes de rechange.

Divers :

Prévoir des contenants pouvant vous assurer environ 2 l d'eau, l'idéal étant une bouteille d'un litre plus d'autres plus petites pour les glisser dans votre veste au chaud prêt du corps.

Un draps de sac

Des boules Quiès

Petit couteau

Petit thermos

Appareil photo

Petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant aussi de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules.

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en refuges en pension complète, pique-nique le midi,
- L'encadrement par un guide de haute montagne et la prise en charge de ses repas.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le pique-nique du premier jour,
- Les frais à caractère personnel : boissons...,
- Les assurances responsabilité civile, rapatriement et annulation,
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.

De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».