

# CASCADE DE GLACE : GOULOTTES ET COULOIRS CHAMONIX



**Niveau :**

**Durée :** 5 jours / 4 nuits

**Encadrement :** 1 guide pour 3 stagiaires

**Prix :** 770 €

**Départ :** 5/04 ; 12/04 ; 19/04 ; 26/04 ; 3/05

Développez votre autonomie et améliorez votre technique en réalisant des goulottes de glace, couloirs de neige, escalade mixte, courses d'arêtes... dans un cadre majestueux et souvent à l'ombre des sommets "historiques".



## PROGRAMME

---

**Au fil du stage :** que du beau et du bon si votre condition et celles de la montagne sont au rendez-vous pour profiter de l'exceptionnel terrain de jeu du massif du Mont-Blanc : couloirs, goulottes, terrain mixte et traversées d'arêtes.

**Goulottes type réalisées :** Goulotte Chéré, goulotte Lafaille, face N de la Tour Ronde,

## INFORMATIONS PRATIQUES

---

### Hébergement

Centre du Tour

Chemin du rocher Nay – Le Tour 74 400 CHAMONIX

Tel : 04 50 54 04 16

Courriel : [caf-tour@ffcam.fr](mailto:caf-tour@ffcam.fr)

[www.clubalpin.com](http://www.clubalpin.com)

**Heure et lieu de rendez-vous :** 8 h30 au centre du Tour

### Hébergement et restauration

Au centre et en refuges en ½ pension avec pique niques le midi. Toutes les boissons, y compris l'eau lorsqu'elle est en vente dans les refuges, restent à votre charge.

### Accès au centre

En train : gare à Chamonix puis navette jusqu'au Tour ou train jusqu'à la gare de Montroc puis à pied 20 mn.

En voiture : RN Via Chamonix, Argentière puis Le Tour.

Renseignements : Office de tourisme de Chamonix : 04 50 53 00 24

**Arrivée anticipée ou séjour prolongé :** Pensez à réserver vos nuitées supplémentaires Tarif indicatif en ½ pension : 35 €

## Bibliographie et topos

Cartes IGN n°3531ET (St Gervais) & n°3630OT (Chamonix).

Neige, glace et mixte le topo du Mont Blanc de Damilano.

Cascades autour de Chamonix de Damilano et Perroux (Ice éditions).

## Divers

[www.chamonix.com](http://www.chamonix.com)

[www.ohm-chamonix.com](http://www.ohm-chamonix.com)

Au retour du stage – vos témoignages sur notre site internet sont les bienvenus ! Des commentaires sur votre séjour et vos photos sont les bienvenus. Il suffit juste de vous connecter sur notre site et de cliquer sur la rubrique « les stagiaires racontent ». Pensez à réduire la taille de vos photos ...

## MATERIEL

### Matériel indispensable

Gants (différentes paires dont sous-gants) bonnet, pull léger fibre polaire, veste fourrure polaire épaisse, veste et pantalon d'altitude de type « goretex » ou équivalent, sous-pantalon type fibre polaire, lunettes de soleil, masque de ski, gourde + thermos, petite pharmacie personnelle, crème solaire, lampe frontale, drap de couchage, nécessaire de toilette.

Chaussures de haute montagne chaude à semelles rigides (pas de chaussures en cuir sauf spécifiques hivernales), une paire de raquettes à neige, bâtons, guêtres, sac à dos 35 à 45 litres, casque, baudrier, 3 mousquetons à vis, cordelette pour autobloquants (2 x 1,50m en 7mm), reverso ou équivalent, 1 longe (1,50 m de corde 10,5 mm ou de sangle), 3 à 5 dégaines, 1 sangle de 120 cm, 2 broches à glace, 1 ou 2 portes broche à fixer sur le baudrier, quelques coinçeurs et friends, piolets traction, crampons cascade.

### Matériel à apporter si vous le possédez, sinon il vous sera prêté

Broches à glace, dégaines, sangles, corde de rappel (100m ou 2X50m), DVA (détecteur de victime en avalanche), pelle, sonde.

### Location de matériel

Nombreuses possibilités sur place.

➤ Tout matériel mis à disposition, cassé ou égaré, nécessitera une participation financière de la part du stagiaire

## FORMALITES – A APPORTER LE 1ER JOUR DU STAGE

Carte du CAF de l'année en cours.

## CONDITIONS DE STAGE

### Le prix comprend

L'hébergement, l'ensemble des repas, l'encadrement par un guide de haute montagne, l'assurance annulation offerte (lire attentivement le contrat pour toute annulation ou interruption de séjour), le prêt d'une partie du matériel technique (se reporter à la rubrique matériel).

### Le prix ne comprend pas

Les boissons, l'adhésion au Club Alpin Français (fiche d'adhésion téléchargeable sur notre site internet), les frais de remontées mécaniques.

## RAPPEL DU NIVEAU



Vous êtes entièrement autonomes dans des courses de glace de grade 3 avec des passages en V. Une liste de vos dernières réalisations vous sera demandée pour participer à ces stages.



Les montées s'effectuent à 350 à 400 mètres à l'heure pour des journées de pratique de 8 heures au moins. Vous êtes en très bonne condition physique au moment du stage.

### IMPORTANT

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre la participation d'un stagiaire, si son niveau technique ou sa forme physique ne correspond pas à celui requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

## INFORMATIONS ET INSCRIPTION



### STAGES MONTAGNES DE LA TERRE

Le Sarret - 05 340 PELVOUX

Téléphone : 04 92 44 07 48 – Fax : 04 92 23 34 04

Courriel : [mdlt@ffcam.fr](mailto:mdlt@ffcam.fr)

Site internet : [www.montagnesdelaterre.com](http://www.montagnesdelaterre.com)

