



escalade

Val Durance Ailefroide

AZMT 02

Des sites qui feront rêver le grimpeur et qui sont capables de combler ses rêves.

TOPO 4 jours

J1- Le Ponteil, Le Pouit : Nous grimperons, nous ferons du rappel et nous apprendrons l'assurage en moulinette.

J2- Ailefroide : le site grandiose, le granit d'une qualité exceptionnelle, le niveau des voies, toujours en moulinette, suffisamment vaste pour trouver tous les rythmes et les bons gestes.

J3/J4- les chaudes dalles du Fournel et la rugueuse dolomite de Freissinières.

RENDEZ-VOUS

Le 1er jour au gîte le Montbrison aux Vigneaux à 9h. Séparation le dernier jour vers 17 h au même endroit.

NIVEAUX

Technique : stage conçu pour découvrir la technique et le plaisir de la grimpe, sur site sécurisés.

Physique * Bonne condition physique.

Portage 🎒 Sac léger chaque jour : pique-nique + vivres de courses

CONSEIL

Notions d'escalade acquise en salle ou en falaise.

ENCADREMENT : guide de haute montagne

GROUPE : 4 à 6 personnes

CARTOGAPHIE - BIBLIOGRAPHIE

IGN 1/30000 Pays des Ecrins

TELEPHONE UTILE

En cas d'urgence message à Azimut ☎ 04.92.23.07.24, ou en refuge

HEBERGEMENT pendant le séjour

J1/J3	Gîte le Montbrison aux Vigneaux	☎ 04.92.23.10.99
-------	---------------------------------	------------------

Hébergement avant et après

Gîte Montbrison ☎ 04.92.23.10.99

Office du tourisme Vallouise ☎ 04.92.23.36.12

<http://www.paysdesecrins.com>

COUCHAGE

Un sac en drap + 1 taie d'oreiller (hygiène).

MATERIEL (liste non exhaustive donnée à titre indicatif)

<u>Pour la tête</u> Casquette, Foulard lunettes de soleil + une paire de rechange.	<u>Pour le corps</u> Tee-shirts, Sweat-shirt, pull over ou polaire, Veste ou cape de pluie
<u>Pour les mains</u> Gants	<u>Pour les jambes</u> Pantalon d'escalade+ pantalon de rechange short
<u>Pour les pieds</u> Chaussettes Baskets ou chaussures de marche légères Chaussons d'escalade	<u>Divers</u> Lampe frontale. Appareil photo Gourde isotherme (éventuellement), couteau Crème solaire. + Serviette & Trousse de toilette
Sac de voyage à laisser au gîte	petit sac à dos pour la journée

MATERIEL TECHNIQUE

Baudrier, casque, descendeur*, dégaines*, sangles*

* si vous en possédez, apportez votre matériel. Si vous n'avez pas le matériel, nous pouvons le louer pour vous, voir bulletin de réservation ou sur place.

PHARMACIE PERSONNELLE : vos médicaments habituels, jeu de pansements adhésifs, compeed, compresses désinfectantes, complexe poly vitaminé, médicaments contre la douleur (aspirine ou équivalent), éventuellement antibiotique à large spectre, traitement anti-diarrhéique (Immodium/Ercéfuryl), flagyl, spafon.

PRIX : 450 euros

Le prix comprend : l'organisation, l'encadrement par un guide de Haute Montagne, l'hébergement en ½ pension, le transport sur place, le prêt du baudrier et du casque, *en formule tout compris.

Le prix ne comprend pas : les boissons, les pique-nique du midi, les dépenses personnelles, l'assurance rapatriement ou annulation, la location du matériel individuel et l'hébergement (* en formule sans hébergement).

REGLEMENT : acompte de 30 % à l'inscription + le paiement de l'assurance si vous la souscrivez, le solde 15 jours avant le départ sans rappel de notre part soit par chèque, chèques-vacances ou CB. Vous pouvez également régler par CB directement sur notre site Internet.

ASSURANCE : Il est vivement recommandé d'être bien assuré en annulation, frais de recherche et rapatriement. Si vous payez par CB, Premier ou Gold demandez à votre service commercial (N° au dos de la carte) l'étendue de votre garantie. Consultez notre proposition d'assurance sur <http://www.azimut-montagne.com/assurance.php> ou sur simple demande.

ACCES

 > votre itinéraire sur : www.viamichelin.fr ou sur www.mappy.fr

Info route : CRIR LYON ☎ 04 78 53 33 33 - CRIR Marseille ☎ 04 91 78 78 78 - Col du Lautaret ☎ 04 92 24 44 44

>Par le Nord : autoroute jusqu'à Grenoble, puis prendre stations de l'Oisans, Vizille - Bourg d'Oisans direction Briançon>Gap jusqu'au village de Prelles et par la CD4, vous atteindrez les Vigneaux.

> Par le Sud : autoroute jusqu'à La Saulce, puis N91 direction Briançon ju Vallouise : les Vigneaux sont à 5kms, prendre la route après la station sur la droi gîte est à 500m en face de la mairie.

 **Gare SNCF de L'ARGENTIERE les Ecrins.**

Réservation et information sur Internet www.sncf.fr

info vente ☎ 08.36.35.35.35 - info voyageur ☎ 04.92.23.10.27

Trains directs depuis Paris /Marseille/Lyon

(Paris-Briançon, train de nuit) arrêt en gare de l'Argentière les Ecrins

>Des navettes ou taxis vous permettent de rejoindre facilement Les Vigneaux.



Dernières recommandations avant le départ

- laisser nos coordonnées à vos proches
 - vérifier l'équipement demandé
 - vérifier les piles d'appareil photo/caméra
 - emporter une carte d'identité ou passeport en cours de validité
 - des espèces, votre carte CB (achats personnels et boissons dans les gîtes)
 - Votre n° de contrat et les coordonnées de votre assureur si vous n'avez pas souscrit d'assurance auprès d'Azimut
 - Une petite spécialité de votre région à faire découvrir à vos compagnons (facultative)
- Avec un zeste de bonne humeur et un bon livre !!!

