26-SA05 – Zinal : St-Luc Grimentz

Samedi 28 février 2026 - Lundi 2 mars 2026 / 3 jours

Coordination CAF Paris/IdF : Mathilde Pégard
Tél. 06 11 74 44 20 email : mathilde.pegard@gmail.com

Organisateur et encadrement : Elodie LE COMTE, Guide de Haute Montagne UIAGM
Tél : 06 58 56 67 98 email : millemontagnes@gmail.com

WEEK-END FREERIDE – FREERANDO

Pour skieurs confirmés, capables de descendre une piste noire en petits virages et de skier en toute neige, sans tomber et avec fluidité. Bonne condition physique requise.

RENDEZ-VOUS : le vendredi 27 février 2026 au BnB Chantevent

PRIX : 560 € 3 jours / 3 nuits (dont 14€ de frais administratifs CAF)

➔ Le tarif est calculé sur une base de 6 participants.
Si 15 jours avant le départ, le nombre d'inscrits n'atteint pas ce seuil, il sera proposé aux personnes inscrites de s'acquitter d'un supplément afin de maintenir la sortie. Si l'ensemble du groupe est d'accord, une demande de paiement en ligne sera envoyée aux participants. Dans le cas contraire, la sortie sera annulée et les inscrits seront intégralement remboursés.
Si la sortie apparaît complète, n'hésitez pas à vous inscrire en liste d'attente afin de pouvoir envisager la constitution d'un groupe supplémentaire.

Le prix comprend :
- Les frais d'inscription
- L'encadrement professionnel par un Guide de Haute Montagne UIAGM, équipé d'une radio et du matériel collectif de sécurité.
- L'hébergement en demi-pension : petit déjeuner et repas du soir en gîte, refuge ou hôtel (sauf mention différente sur le programme)

Le prix ne comprend pas :
- Les billets de train
- Les transferts aller et retour sur place depuis le lieu de rendez-vous
- Les forfaits des remontées mécaniques
- Le supplément pour chambre single/double si disponible (les nuitées se font en chambres partagées ou petits dortoirs).
- Les déjeuners/pique-niques de midi ainsi que les boissons : les repas du midi se font dans des restaurants d'altitude ou peuvent être un pique-nique tiré du sac et pris en montagne.
- **Les repas du midi/pique-niques du guide sont à la charge des participants durant tout le séjour.**
- La location de matériel
- Les assurances personnelles
- De manière générale, tout ce qui ne figure pas sous *« le prix comprend »*

HÉBERGEMENT PRÉVU :
BnB Chantevent à Sierre le vendredi soir (nuit + pt déj)
Cabanne Illhorn à Chandolin (2 nuits en demi-pension + pt déj)

TRANSPORT : billet pris par vos soins

TRAINS CONSEILLÉS :
Paris Gare de Lyon <> Sierre
Aller : 16:18 > 22:07 ou 16:22 > 22:51 ou 17:54 > 23:07
Retour : 17:51 > 23:42 (ne pas prévoir de retour avant 17h45)
Attention :

- ces trajets sont donnés à titre indicatif. Il existe plus de possibilités en réservant un trajet Paris<>Genève ou Paris<>Lausanne sur SNCF Connect ou Trainline puis un trajet Genève<>Sierre ou Lausanne<>Sierre sur le site SBB (*Chemins de fer fédéraux suisses).*
- Les TGV Lyria ne sont pas remboursables (contrairement aux INOUI)

Pour des raisons d'organisation, merci de vous manifester rapidement si vous comptez venir en voiture, voire vous associer à un covoiturage

MATÉRIEL ET INFOS PRATIQUES
Voir liste. *Vous recevrez un mail récapitulatif une semaine avant le début de l'activité*

INSCRIPTION SOUMISE À L'ACCORD DE L'ORGANISATEUR
Vous devez obtenir l'accord de l'organisateur pour finaliser votre inscription.
Par votre inscription, vous certifiez avoir pris connaissance du programme et de la fiche technique relative à la sortie à laquelle vous vous inscrivez, de même que des conditions d'inscription (générales et spécifiques), voir :
https://www.clubalpin-idf.com/conditions-inscription
Vous prenez l'engagement de vous conformer à toutes les indications mentionnées, notamment en ce qui concerne le matériel et l'équipement.
Vous certifiez que votre condition physique et votre niveau technique correspondent à ceux requis.

ORGANISATION GÉNÉRALE

PROGRAMME

Chaque sortie se fait sur un week-end de 2 à 4 jours. Les destinations sont choisies au cœur des Alpes en fonction de leur situation géographique et de leur intérêt pour l'activité hors-piste. Vous les rejoignez en train pour y retrouver les guides qui vous conduiront sur le site qui offrira le meilleur enneigement. Le lieu d'hébergement est mentionné sur la fiche technique et peut être modifié à tout moment.

➔ Les informations pratiques propres à chaque sortie vous sont communiquées après validation de votre inscription.

En fonction des conditions, les sorties sont typées davantage FREERIDE ou FREERANDO. Pour des questions de sécurité ainsi que pour garantir un maximum de flexibilité et profiter au mieux des conditions de neige, tous les participants doivent être équipés en FREERANDO (fixations de randonnée et peaux de phoque).

Les sorties sont ouvertes à partir de 4 inscrits (voir encadré TARIF).
Groupe de 6 personnes maximum par guide, selon les sorties.

Il est possible d'ouvrir un second groupe à partir de 8 participants.

ENCADREMENT

Toutes les sorties sont encadrées par des Guides de Haute Montagne UIAGM. La prise en charge des participants

démarre le premier jour du séjour à la gare d'arrivée et se termine le dernier jour à la gare de départ. Un bénévole du CAF IdF assure la coordination générale de la sortie.

TRANSPORT

Les sorties se font en train. Certains week-ends ne sont accessibles que par train de jour. Le coût de la nuit supplémentaire + petit déjeuner est en principe inclus dans la participation aux frais. Les transferts entre la gare, l'hébergement et la station sont également prévus par l'organisateur, mais les coûts seront divisés sur place au réel entre les participants. Ils ne sont pas inclus dans le tarif de la sortie. Selon le nombre d'inscrits, les transferts se font dans le véhicule du guide et éventuellement ceux des participants. À cela peuvent s'ajouter la location d'un minibus, une navette, un transport en taxi, etc. Les lieux et horaires de rendez-vous (arrivée et départ) mentionnés sur la fiche technique sont obligatoires (pas d'exceptions individuelles).

NIVEAU TECHNIQUE

Les activités FREERIDE / FREERANDO requièrent une bonne condition physique et une capacité d'adaptation au milieu alpin (froid, météo, effort). Elles se déroulent au départ des domaines skiables. Les peaux de phoque sont utilisées en plus des remontées mécaniques pour accéder à des descentes qui ne sont pas atteignables par gravité. L'accent est mis sur le ski de descente. Si les conditions sont excellentes en station, le guide peut proposer de rester sur le domaine sans utiliser les peaux de phoque.

Un bon niveau de la pratique du ski alpin en toute neige est requis ainsi qu'une bonne condition physique. Vous n'avez pas forcément beaucoup de style, mais vous passez partout. Vous devez être capable de tourner et vous arrêtez où vous le souhaitez.

`En neige profonde, vous skiez sans tomber et avec un rythme fluide.
Niveau indicatif : pouvoir descendre une piste noire en petit virages.
Il n'est pas nécessaire d'avoir une expérience préalable de la randonnée à ski. Les montées font env. 300 à 500 mètres de dénivelé (1h à 2h). Le guide vous conseillera sur les techniques propres au ski de randonnée.

Le guide se réserve le droit d'écarter tout participant ayant un niveau jugé insuffisant.

SNOWBOARD : Les activités sont ouvertes aux snowboarders très expérimentés en hors-piste, capables de suivre un groupe de skieurs et équipé en Splitboard.

➔ *Il est possible de constituer un groupe SNOWBOARD distinct des skieurs (dans ce cas, la Split ne serait pas obligatoire). Min. 4 participants. Cette option est à discuter avec l'organisateur de l'activité, qui peut mettre en relation les participants intéressés.*

MATÉRIEL

- Skis de randonnée (privilégiez des skis typés Freerando, largeur patin 90 à 100, pour profiter au maximum de la descente) avec fixations de randonnée réglées sur vos chaussures et déclenchement correspondant à votre poids + peaux de phoques + chaussures de ski de randonnée ou chaussures de ski avec position marche + bâtons rigides avec rondelles + couteaux à ski
- Sac à dos 25-30 litres, avec système d'attaches porte skis. Sac Airbag recommandé.
- Kit Sécurité obligatoire : DVA (avec piles neuves) + pelle + sonde / Casque (vivement recommandé)
- Masque de ski (verre anti-brouillard) + lunette de soleil protection UV 4 / Crème + stick de protection solaire
- Gants : 2 paires, dont une très chaude (type moufles) / Bonnet + bandeau/tour de cou, type Buff
- Tenue de ski (pantalon + veste avec capuche) imper-respirante et coupe vent, type Gore Tex
- Vêtements chauds et respirants en plusieurs couches / Petite doudoune
- Chaussettes de ski (pas de coton)
- Médicaments personnels et mini pharmacie (le guide a une pharmacie pour le groupe)
- Thermos avec boisson chaude ou gourde (1,5 litres max) / En-cas pour la journée (barres énergétiques, fruits secs, chocolat…)

- Pièce d'identité

Casque et sac **Airbag** ne sont pas obligatoires, mais ils sont fortement recommandés.
Le guide se réserve le droit de refuser un participant s'il juge que son équipement est insuffisant ou inadapté.
Pour les sorties comportant du ski sur glacier, un **baudrier muni d'une longe + mousqueton de sécurité** est nécessaire. Le guide peut vous prêter ce matériel dans la limite du stock disponible.

MODIFICATION DE PROGRAMME

Pour des raisons de sécurité, d'organisation, ou pour profiter des meilleures conditions de neige, le Club se réserve le droit de modifier le programme à partir du lieu de rendez-vous fixé (ski sur un domaine skiable voisin, par exemple).

ANNULATION ET DÉSISTEMENT

Une météo défavorable ou des mauvaises conditions de neige, d'une part, un nombre de participants insuffisant, d'autre part, peuvent conduire le CAF IdF à annuler une sortie.
Dans ce cas, il sera proposé de transférer l'inscription sur une autre sortie, dans la limite des places disponibles, ou de rembourser la totalité de la somme acquittée lors de l'inscription.
Si le participant se désiste et annule sa participation ou s'il ne se présente pas au lieu de rendez-vous, les « conditions générales et particulières » s'appliquent.
Voir : https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie#annulation-adherent
La souscription à une **Assurance couvrant les frais d'annulation** proposée par le club est recommandée.

ASSURANCES

Chaque participant **doit obligatoirement être couvert** par les assurances suivantes :
- Assurance contre la maladie et les accidents
- Assurance responsabilité civile incluant les accidents en montagne
- Assurance couvrant les frais de recherches, de sauvetage et de rapatriement en montagne (y compris hors de France !). *Pour cela, le plus simple consiste à souscrire à l'**Assurance de personne avec** couverture complémentaire « individuelle accident » proposée avec l'adhésion au CAF. Dans le cas contraire, vous devrez joindre à votre inscription **une attestation d'assurance** présentant des conditions de couverture au moins équivalentes à celle du CAF.*

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence