



Compagnie des guides des Aravis

Maison des Aravis 74 450 Saint Jean de Sixt

Bureau LA CLUSAZ

tél. 04.50.63.35.99

Bureau GRAND-BORNAND

tél. 04.50.02.78.18

Bureau SAINT-JEAN-DE-SIXT

tél. 06.85.42.81.95

Bureau THONES / MANIGOD

tél. 04.50.02.01.33

Mail : info@guides-des-aravis.com

Site internet : www.guides-des-aravis.com

FICHE TECHNIQUE

L'ENGAGEMENT HAUTE MONTAGNE

NIVEAU REQUIS

Il n'y a pas de niveau requis, vous rencontrez votre guide quelques jours avant et celui-ci vous conseil et vous aide à choisir une course adaptée à votre niveau.

Cette formule convient aussi bien à des alpinistes expérimentés qu'à des personnes débutantes voulant découvrir l'alpinisme.

DATES

Toute l'année en fonction de vos souhaits et des conditions de la montagne.

NOMBRE DE PERSONNES AVEC LE GUIDE

Cela dépend de la difficulté de la course. Pour une course difficile, le guide ne partira qu'avec une seule personne. Pour une course peu difficile, le guide emmène généralement deux personnes. Pour une course facile (type randonnée glaciaire), le guide peut emmener parfois jusqu'à six personnes, rarement plus.

TARIF 2019

Le tarif est établi en fonction de la longueur et de la difficulté de la course.

Pour une course renommée ou difficile, le tarif sera alors supérieur.

Tous ces tarifs ne représentent que les honoraires du guide. Il faudra donc généralement prévoir des frais supplémentaires pouvant correspondre par exemple aux éventuelles remontées mécaniques, à la demi-pension en refuge, à la location de matériel ou aux frais du guide.

MATERIEL ET EQUIPEMENT

Cela dépend bien sûr des conditions de la montagne et de la difficulté de la course.

Le matériel de base à prévoir est :

- Chaussures de montagne.
- Sac à dos adapté à l'activité.
- Sous vêtements techniques, sous pull, fourrure polaire ou pull, coupe vent imperméable (type Micropor ou Goretex...), pantalon chaud ou surpantalon.
- Vêtements de change (sous vêtements, chaussettes)
- Protection : bonnet, gants (1 paire légère + 1 chaude, moufles par ex.), lunettes de bonne qualité, guêtres ou stop-tout, vêtements de pluie, foulard ou casquette, crème pour les lèvres et crème solaire.
- Gourde, couteau, lampe frontale.
- Petite pharmacie personnelle
- Carte d'identité et éventuellement carte CAF
- Piolet, crampons, baudrier et mousqueton à vis (si vous en possédez), bâtons télescopiques (éventuellement).

ASSURANCE ET TRANSPORT

Il vous appartient d'être assuré pour l'activité haute montagne.

Vous devrez prévoir votre transport ainsi que celui du guide.