



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. 06.36.21.19.10

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

STAGE DECOUVERTE DE L'ALPINISME

NIVEAU REQUIS

Ce stage est accessible à toute personne souhaitant découvrir le monde de l'alpinisme.

OBJECTIF

Découverte tranquille et en douceur de l'escalade et de la haute montagne.

DUREE ET CONTENU

Programme réparti sur 4 à 5 jours, le découpage ou les sommets peuvent varier selon les conditions météorologiques. Par exemple :

- ☒ **J 1** : (demi-journée), école d'escalade sur falaise du massif des Aravis.
- ☒ **J 2** : (journée), course dans le massif des Aravis.
- ☒ **J 3 et J 4** : (un jour et demi), montée en refuge, course en haute montagne, (randonnée glaciaire dans le massif du Mont blanc, Vanoise ou Grand Paradis).
- ☒ **J 5** : (journée option) Via Ferrata dans les Aravis.

TARIF 2022

Encadrement : 405 € pour 4 jours ou 510 € pour 5 jours (minimum 3 personnes)

AUTRES FRAIS (remontés mécaniques, 1 nuit en refuge) : environ 150 €.

Nous pouvons vous conseiller pour votre hébergement, consultez nous.

Groupe de 3 à 5 personnes

Dates : Chaque semaine de l'été

MATERIEL

Sac à dos.

Chaussures de moyenne et de haute montagne, piolet, crampons (Nous pouvons vous prêter piolet et crampons).

Coupe vent (type « Gore-tex ») et pantalon de montagne.

Collant et sous vêtements techniques.

Pull et sous pull.

Gants, moufles, bonnet.

Lampe frontale, lunettes de soleil, crème solaire et labiale.

Gourde ou thermos incassable.

Eventuellement, bâtons télescopiques et guêtres.

Nous vous prêtons le matériel de sécurité.

ASSURANCE ET TRANSPORT

Il appartient aux participants d'être assurés pour l'activité haute montagne.

Transport par regroupement dans les véhicules personnels (partage des frais entre les participants).