chilowé

Week-end d'initiation au ski de rando

Activité: **Ski de rando**
Lieu : **Massif des Grandes Rousses**
Durée : **2 jours**
Groupe : **4-8**
Prix : **350€**

1. Apprendre les bases de la technique et de la sécurité
2. Passer une nuit au refuge de l'Etendard
3. Se régaler dans les longues descentes du deuxième jour

Le ski de rando, c'est l'aventure au bout des spatules ! Grâce aux peaux de phoques qui permettent de s'affranchir des remontées mécaniques, il donne l'impression d'être un pionnier qui ride là où personne n'est passé avant. C'est aussi une approche plus douce de la montagne, plus respectueuse de l'environnement, gratuite, où le plaisir de la descente récompense l'effort de la montée. Mais si le ski de rando fait autant rêver, il doit absolument s'accompagner de précautions... C'est tout ce que Ludovic vous propose de découvrir, avec 2 jours au coeur du massif Grandes Rousses !

PROGRAMME

JOUR 1

500m D+ et 2h de montée. Départ en début d'après-midi, apprentissage du matériel de ski de rando, des techniques de progression et du matériel de sécurité. Montée au refuge de l'Etendard (2430 m), dîner et nuit sur place.

JOUR 2

600m D+ et 3h de montée. Petit-déjeuner, ascension de la Cime de la Valette (2858 m), passage sur le glacier de Saint Sorlin puis descente vers Saint-Sorlin-d'Arves par un itinéraire adapté aux conditions. Arrivée vers 15h

LOCALISATION

Savoie > Auvergne-Rhône-Alpes
Trajet entre la gare et Saint-Sorlin en bus à l’aller, en taxi au retour

INFOS PRATIQUES

CE QUE LE PRIX COMPREND :

- La prestation du guide
- L'hébergement en refuge
- Le matériel de sécurité individuel

CE QU'IL FAUT APPORTER :

- Indispensable : 1 veste et 1 pantalon type Gore Tex
- Pour le reste, la liste détaillée du petit matériel à avoir sera fournie après inscription (gourde, sac à dos...)

CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous
- Le matériel de ski de randonnée (location possible sur place)
- Les deux piqueniques, le dîner, le petit-déjeuner. Comme le refuge est non gardé, vous ferez les courses avec Ludo dès votre arrivée
- L'assurance facultative couvrant l'annulation

NIVEAU

Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà fait du ski de rando. Mais il faut avoir un niveau correct de ski alpin et avoir déjà testé un peu de hors piste.

PETIT ÉQUIPEMENT