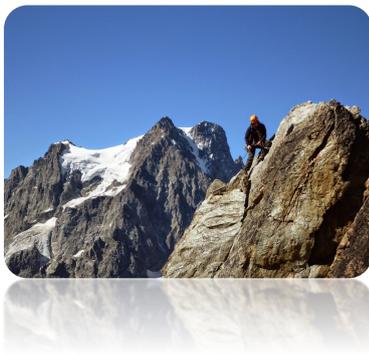


## Stage perfectionnement alpinisme en rocher, Oisans / Ecrins. (7 jours)



**Lieu** : France, Hautes-Alpes, Oisans-Ecrins.  
**Durée** : 7 jours  
**Dates** : 17 juin au 15 septembre 2025  
**Niveau** : Perfectionnement en rocher montagne  
**Effectif** : 3 à 4 personnes maxi  
**Tarif\*** : 1549€/personne en tout compris  
**Encadrement** : Guide de Haute montagne

### ✓ Présentation du séjour

*Vous êtes déjà « alpiniste » avec une expérience des courses rocheuses de niveau Assez Difficile en second. Vous voulez passer devant, grimper en leader, devenir autonome sur des courses techniques Peu Difficile. Ce stage de sept jours dans le massif des Ecrins vous permettra d'aborder la haute montagne rocheuse avec toutes les techniques nécessaire pour évoluer avec un maximum de sécurité en autonomie tout en réalisant de beaux itinéraires.*

*Nous vous proposons cette semaine d'escalade montagne réparties en deux modules d'apprentissage.*

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee  
Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

## ✓ Programme du stage

---

Rendez-vous : le premier jour du séjour à 9h à la grave.

Deux modules d'apprentissage pour sept jours de montagne

### **Module 1 : Rocher équipé** La Grave/Villar d'Arène.

**J1** : Journée révision et/ou formation **en rocher équipé**, école d'escalade, progression encordée, anneaux de buste, manip de réchappe, rappels. Nuit en vallée, en gîte.

**J2** : Arête rocheuse de montagne de niveau 4, de 200m environ avec longueurs équipés et rappels à la descente. Durant, cette deuxième journée, nous mettrons en application les techniques de progression vu la veille. Nuit en vallée, en gîte.

**J3** : Grande voie d'escalade équipé, de plusieurs longueurs, environ 200m d'escalade. D'un niveau 4/4+, en chaussons ou en chaussure de montagne. Descente en rappel et en désescalade. Nuit en vallée, en gîte.

### **Module 2 : Rocher non équipé** Ailefroide/Vallouise.

**J4** : Journée formation **en rocher non équipé**, école d'escalade, notion d'escalade artificielle, pose de coinçeurs, réalisation de relais sur points fragiles, manip de réchappe, rappels. Nuit en vallée, en gîte.

**J5** : Arête rocheuse non équipé de plusieurs longueurs, Confection de relais, pose de points amovibles, dans un niveau 4+. Environ 250m d'escalade. Retour à pied. Après midi, montée au refuge du Glacier Blanc à 2500m, pour y passer la nuit. 1h30 de marche pour 700m de dénivelé positif

**J6** : Escalade d'une voie de rocher de plusieurs longueurs.

Par exemple la voie PDB à l'Aiguille Pierre Etienne, 200m d'escalade en 3+/4. Nuit au refuge du Glacier Blanc

**J7** : Sommet du Pic d'arsine (3364m) par la voie montagne « Sobriété heureuse ». D'un niveau 4, cet itinéraire, combine tout les ingrédient de la progression en rocher montagne. Corde courte, tirer quelques longueurs, faire des relais...Descente par la voie normale du Pic d'Arsine.

REMARQUE : C'est pour qui, un **stage perfectionnement** à l'**alpinisme en rocher**? Vous êtes déjà « alpiniste » avec une expérience des courses rocheuses de niveau Assez Difficile en second. Vous voulez passer devant, grimper en leader, devenir autonome sur des courses techniques Peu Difficile. Ce stage

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee  
Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

de sept jours dans le massif de l'**Oisans/Ecrins** vous permettra d'aborder la haute montagne avec toutes les techniques nécessaire pour évoluer avec un maximum de sécurité en autonomie tout en réalisant de beaux itinéraires. Il est bien entendu indicatif, il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison des impératifs de sécurité. Dans tous les cas, nous essaierons de vous faire profiter au maximum des possibilités qui sont à votre portée.

### ✓ Notre premier rendez-vous

---

A 9h00 à la Grave ([www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)) En train : jusqu'à la gare de l'Argentière les Ecrins. Nous pouvons venir vous chercher devant la gare de l'Argentière les Ecrins.

Contacts : 06 51 30 51 21.

### ✓ Dispersion

---

Le dernier jour du stage nous rentrerons aux alentours de 17h00 à l'Argentière la Bessée. Une dépose à la gare SNCF de l'Argentière les Ecrins sera possible.

### ✓ L'encadrement du stage

---

Guide de haute montagne diplômé d'état.

L'équipe des guides ALPInéo est composée de passionnés de montagne et de nature. Ils ont de longues années de pratique. Ils aiment partager leurs émotions, leurs astuces ainsi que leurs terrains de jeu favoris. Ils seront à vos cotés pour vous conseiller, partager avec vous toutes leurs connaissances et vous faire progresser dans une ambiance détendue en sécurité. Pour votre sécurité ils sont équipés de poste radio.

### ✓ Les hébergements

---

- Gîte en vallée à la Grave « le Rocher »
- Gîte en vallée à l'Argentiere « la Pierre d'Oran », « le Moulin papillon », selon les places disponibles.
- Refuge du Glacier Blanc (2542 m)

### ✓ Le groupe

---

4 personnes maximum par guide, départ à trois personnes minimum.

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee  
Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

## ✓ Niveau requis

C'est pour qui, un stage perfectionnement à l'alpinisme en rocher? Vous êtes déjà « alpiniste » avec une expérience des courses rocheuses de niveau Assez Difficile en second. Vous voulez passer devant, grimper en leader, devenir autonome sur des courses techniques Peu Difficile. Ce stage de sept jours dans le massif des Ecrins vous permettra d'aborder la haute montagne avec toutes les techniques nécessaire pour évoluer avec un maximum de sécurité en autonomie tout en réalisant de beaux itinéraires.

## ✓ Tarifs 2025

### Tarif en tout compris

**1549€/pers**

Arrivée la veille 1614€/pers

#### \* Le prix comprend :

- L'encadrement pendant 7 jours par un guide de haute montagne,
- le matériel collectif de sécurité,
- l'hébergement en pension complète en gîte et refuges du 1er jour midi au dernier jour midi,

#### \* Le prix ne comprend pas :

- les frais à caractère personnel,
- les boissons en refuges,
- la location du matériel technique individuel (voir fiche d'inscription),
- la location des chaussures d'alpinisme,
- le transport pour vous rendre au Pays des Ecrins.

## ✓ Dates des séjours 2025

**Du 17 juin au 15 septembre 2025. Départ sur demande dès trois inscrits**

Départ garantie des la troisièmes personne inscrite. Pour des groupes constitués de 3 personnes et plus, il est possible d'organiser des stages aux dates que vous souhaitez.

## ✓ Cartographie des secteurs

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

---

IGN TOP 25, Meije Pelvoux 3436 ET

## ✓ Bibliographie

---

« Sommet des Ecrins », chez Glénat.

## ✓ Les avantages ALPInéo

- Un vrai stage en tout compris, encadrement, hébergement, restauration, remontée mécanique, matos.
- Location possible du matériel technique individuel ALPInéo Petzl, crampons, piolet, baudrier, casque (voir fiche d'inscription).
- Un cadeau aux couleurs d'Alpinéo offert.
- Prêt de thermos.
- Nous pouvons venir vous chercher à la gare sncf de Chamonix.
- La bonne humeur des guides ALPInéo.

## ✓ Hébergements et restauration

- 
- Si vous arrivez la veille au **Pays des Écrins**.

Gîte « Moulin Papillon » ou « La Pierre d'Oran » est une maison d'hôtes en ossature bois située dans un environnement calme et composée de 2 chambres, toutes équipées d'une salle d'eau privative. Le linge de maison est fourni (draps et serviettes).

TV avec lecteur DVD, sèche cheveux, dans chaque chambre.

Isabelle vous servira des repas copieux, équilibrés et prendra soin de respecter vos régimes alimentaires et/ou allergies si précisées.

Accès WiFi gratuit.

Tous les sols sont en plancher alors des chaussures d'intérieur (pantoufles) sont obligatoires dans la maison.

Pour le confort, la sécurité et la santé de tous, l'intérieur de la maison est non-fumeur.

Un garage fermé vous permettra d'entreposer votre matériel et de faire sécher vos chaussures de montagne et de ski sur un séchoir électrique.

Pour s'y rendre :

### **En voiture**

#### Depuis Gap par la RN94

Après le village de La-Roche-de-Rame, prendre à gauche direction Freissinières, Champcella. Vous passerez sous la voie ferrée puis traverserez un pont sur La Durance. Prendre ensuite à droite direction L'Argentière-La-Bessée. La maison est la première à l'entrée du village sur la droite à la hauteur du panneau indicateur L'Argentière-La-Bessée.

#### Depuis Briançon par la RN94

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

Rester sur la RN94 en traversant le village de L'Argentière-La-Bessée en direction de Gap. A la sortie de l'agglomération, prendre la première à droite comme pour aller au camping Les Ecrins. Vous traverserez un pont sur la Durance, puis la voie ferrée. Au rond-point, prendre à gauche la D 138 direction Freissinières, Champcella. Faire environ 400m pour sortir du village. La maison est à gauche à la hauteur du panneau indicateur L'Argentière-La-Bessée.

#### **En train**

Consultez [voyages-sncf.com](http://voyages-sncf.com).

Gare d'arrêt : « L'Argentière – Les Ecrins », Hautes-Alpes.

#### **Depuis le centre de l'Argentière la Bessée**

A 5 min en voiture ou à 20 min à pied de la gare de L'Argentière-Les-Ecrins.

A 30 min à pied du centre du village et de ses commerces.

#### **A pied**

Sortir du village de l'Argentière-La-Bessée en suivant la direction de Freissinières.

Par la route

D138A Route des Espagnols, direction Freissinières, à la sortie du village, à gauche niveau du panneau indicateur L'Argentière- La-Bessée.

Adresse

Les Cheneviers, 05120 L'Argentière-la-Bessée.

Coordonnées-GPS

N : 44° 46' 26" - E : 06° 33' 24"

#### **✓ Assurances**

Conformément à la législation, nous sommes dotés d'une assurance Responsabilité Civile Professionnelle. Chaque participant au séjour doit également être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.

Pour vous protéger en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir au cours de votre séjour, **il est indispensable de posséder une garantie multirisque** couvrant les frais d'annulation, d'assistance, de rapatriement, perte ou vol de bagages, secours en montagne, interruption de voyage. Nous vous proposons le contrat d'“EUROP ASSISTANCE”. Assurance adaptée au type de nos séjours. Le prix de l'assurance “Multirisques” (Annulation + Rapatriement) représente 5,5% du prix du séjour. L'assurance “Annulation” représente 3,5% du prix du séjour et l'assurance, “Rapatriement” 2% de votre séjour. Nous vous ferons parvenir un extrait des conditions générales de garantie sur simple demande avec votre confirmation d'inscription.

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee

Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

*Merci de remplir une fiche par personne*

**VOUS**

NOM ..... Prénom..... Date de naissance.....  
 Adresse.....  
 Code postal ..... Ville..... Pays .....  
 Tél Dom..... Portable..... Courriel.....  
 N° tel où vous joindre 8 jours avant le départ (si différent du/des précédents).....

**CONTACT**

Personne à prévenir en cas d'accident : Mr/Me ..... Tél : .....  
 Courriel : .....  
 Adresse : .....

**VOTRE SEJOUR**

Nom du séjour (thématique) : ..... Dates : .....  
 J'arrive la veille au gîte le Rocher à la Grave +65€/pers en demi pension..... Hébergement : **OUI**  **NON**   
 J'arrive le matin/pour le rendez-vous à : .....  
 Moyen de locomotion : **TRAIN** , gare d'arrivée.....  **VOITURE**

**Location de matériel (Indiquez ce dont vous avez besoin en cochant)**

Piolet 30€/7 jrs       Casque 30€/7 jrs       Crampons 30€/7 jrs       Baudrier 30€/7 jrs

**PRIX**

Stage choisi : Stage perfectionnement alpinisme en rocher Oisans/Ecrins 7 jours ..... €  
 Option arrivée la veille au gîte le Rocher à la Grave: ..... €  
 Location matériel technique individuel : ..... €

**Assurances : OUI**  **NON**

Si Non, merci de préciser le nom de votre assurance,....., le n° de contrat : ..... ,  
 et le numéro de téléphone (24/7) : .....

Si oui, indiquez le type d'assurance souhaité :

1/ Annulation (3,5% du prix du séjour) ..... €  
 2/ Rapatriement (2% du prix du séjour) ..... €  
 3/ Multirisque (5,5% du prix du séjour) ..... €

**TOTAL** ..... €  
 Acompte de 30% ..... €  
**Reste dû** ..... €

**Chèque d'acompte à l'ordre d'Ice-fall.**

Une confirmation d'inscription, les informations nécessaires à votre séjour, ainsi que votre facture globale vous seront adressés par courriel à réception de votre fiche et de votre acompte.

Plaquette de présentation du contrat d'assurance fourni par courriel sur simple demande.

*"J'ai pris connaissance des renseignements détaillés figurant sur la fiche technique et je les accepte totalement. Je suis pleinement conscient que durant ce séjour, je peux courir certains risques inhérents à la nature même de ce stage et je les accepte en toute connaissance de cause."*

**Signature:** ..... **Fait à** ..... **Le** .....

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee  
 Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)

## ○ **POST-IT MATERIEL (pense-bête à cocher)**

---

### **LA TETE**

- une paire de lunettes de soleil très filtrant (niveau 4)
- un bandeau fin,
- un chapeau ou casquette pour l'approche et sous le casque,
- crème solaire + stick à lèvres,

### **LE CORPS**

- des sous-vêtements, première couche,
- une polaire, deuxième couche,
- une veste softshell, troisième couche,
- une doudoune légère,
- une **veste coupe vent imperméable type gore tex.**

### **LES JAMBES**

- un pantalon stretch,
- un collant fin.

### **LES PIEDS**

- deux paires de chaussettes
- une paire de chaussures de montagne, cramponnable a semelles rigide (location possible),
- des chaussettes.

### **DIVERS**

- un sac à dos (30 à 35L),
- bâtons légers télescopiques,
- un appareil photo,
- une gourde ou poche à eau minimum 1,5L,
- une lampe frontale légère avec piles de rechange,
- un sifflet plastique,
- une pharmacie personnelle contenant Elastoplast large + double peau en prévention des ampoules, désinfectant, pansements, compresses stériles et vos prescriptions personnels...,
- un couteau de poche pour le pique-nique,
- un sac plastique étanche type sac congélation pour protéger vos papiers,
- fruits secs, barres, pique-nique etc.... pour la journée

### **MATEREL TECHNIQUE, à redéfinir avec le guide,**

- un casque (location possible),
- un harnais, 1 descendeur, 2 mousquetons de sécurité, longe en corde+vis (location possible),
- un piolet léger, une paire de crampons (location possible),

*Ice-fall / ALPInéo.com*



16 rue des Chardons bleus, 05120 l'Argentière la Bessee  
Tel: 33 (0)6 51 30 51 21

[info@alpineo.com](mailto:info@alpineo.com)

[www.alpineo.com](http://www.alpineo.com)