

STAGE « AILEFROIDE ORIENTALE »



Ce stage a été mis au point pour vous permettre de gravir l'Ailefroide Orientale (3848m) dans les meilleurs conditions.

Sommet prestigieux du massif des Ecrins, l'Ailefroide Orientale est une course techniquement facile mais très complète mêlant recherche de l'itinéraire, escalade en rocher facile, pente de neige à 40 degrés d'inclinaison...

La veille, une course plus courte vous acclimatera et vous préparera à cette longue mais exaltante ascension. Votre guide saura vous faire pénétrer cet univers fascinant en toute sérénité.

Ce stage est réservé aux personnes ayant une bonne condition physique.

LIEU : Massif des Ecrins dans les Hautes Alpes (05).
Vallée de la Vallouise.

NIVEAU : initiation à condition d'avoir une bonne condition physique

RENDEZ VOUS : Le dimanche soir à 18 H au bureau des guides à Ailefroide.

■ DEROULEMENT DU SEJOUR

- Jour 0** : Vers 18h **Accueil**, prise de contact avec votre guide et mise au point du programme du stage. Location du matériel si nécessaire.
- Jour 1** : **Le matin, école d'escalade** à Ailefroide. **L'après midi, montée au refuge du Sélé** (compter environ 3h de marche)
- Jour 2** : **course d'acclimatation** (col de l'Ailefroide ou pointe du Sélé ou arête des Boeufs rouge)
- Jour 3** : **Ascension de l'Ailefroide Orientale**. 5h de montée, retour au refuge vers 14h, casse croute et retour dans la vallée.

■ CONDITIONS GENERALES

ENCADREMENT

Par un guide de haute montagne du BUREAU DES GUIDES DES ECRINS.

GROUPE

3 à 4 personnes par guide

BIBLIOGRAPHIE

"Les cents plus belles courses", LE MASSIF DE L'OISANS Gaston REBUFFAT aux éditions DENOEL.

"50 itinéraires de haute montagne peu difficile" MASSIF DES ECRINS de C.GIRARD

Imprimerie des Escartons BRIANCON

CARTOGRAPHIE

Carte IGN au 1/25 000° N° 3436 MEIJE-PELVOUX

EQUIPEMENT

LA TETE

Bonnet / casque*

Une paire de lunettes de soleil à verres filtrants

Ecran total (visage et lèvres)

Lampe frontale + piles

LE CORPS

Un sac à dos (40 à 50l)

Anorak chaud type Gore-Tex

Vêtement de pluie

Une veste en fourrure polaire ou pull-over chaud,
Sous vêtement de rechange
Un boudrier avec 1 mousqueton à vis*

LES MAINS

Gants chauds et moufles chaudes
Piolet *

LES JAMBES

Un pantalon confortable
Guêtres

LES PIEDS

Une paire de chausson d'escalade*
Chaussures de montagne avec semelles rigides *
Crampons*

DIVERS

Une gourde
Appareil photo + pellicules

(*) : Possibilité de location sur place.

RENDEZ-VOUS

Au bureau des guides à Ailefroide (Hautes Alpes).
Il se situe dans un petit village montagnard à 1500 m d'altitude au milieu d'une forêt de mélèzes. Tout commerce à proximité.

Pour y parvenir : (carte Michelin N° 77 au 1/200 000°)

En voiture : Depuis Briançon (15 Km) prendre la direction de Gap (RN 94) jusqu'à la sortie du village de Pelles. Tourner à droite et suivre la route départementale (D 4) jusqu'à la sortie du village des Vigneaux. Tourner à droite (D 994E) et suivre les panneaux jusqu'à Ailefroide (12 Km). Le bureau est au milieu du village.

Depuis Gap, prendre la direction de Briançon (RN 94) jusqu'au centre de l'Argentière - la Bessée, tourner à droite sur la départementale (D 994E) et suivre les indications ci-dessus.

En train : De nombreux trains directs depuis Paris s'arrêtent en gare de l'Argentière - les Ecrins. Lignes PARIS - BRIANCON via Valence ou Grenoble, et MARSEILLE - BRIANCON. Des taxis et navettes sont à votre disposition pour vous conduire à Ailefroide.

HEBERGEMENT

Si vous n'avez d'hébergement personnel dans la vallée, possibilité de loger en hôtel (chambre de 2 personnes) ou au camping à Ailefroide.

Lorsque vous êtes en montagne, hébergement en refuges gardés.

DATES : toutes les semaines, du 1^{er} juin au 27 septembre.

PRIX: 402 €

LE PRIX COMPREND

ENCADREMENT : L'organisation, l'encadrement par un guide de haute montagne, l'hébergement et la nourriture du guide dans la vallée et dans les refuges. Le prêt du matériel collectif (cordes, mousquetons etc.). Nous vous conseillons de souscrire une assurance personnelle (responsabilité civile, individuelle accident).

□ **LE PRIX NE COMPREND PAS**

La location éventuelle du matériel personnel, les transports, les boissons, les frais à caractère personnel.

HEBERGEMENT : Libre à chaque participant de choisir son mode d'hébergement : camping, hôtel ou hébergement personnel dans la vallée. Refuges obligatoires.

Le bureau des guides se charge des réservations dans les refuges et peut, pour votre confort, s'occuper des réservations à l'hôtel ou au camping..

Le montant de l'hébergement est à régler directement auprès des établissements concernés.