

**« Les clefs de l'autonomie en ski alpinisme » Massif du Dévoluy . Du vendredi 16 au dimanche 19 février . Arrivée la veille le jeudi 15 Février**



Un stage en immersion dans la belle vallée de la Jarjatte . Nous aborderons des randos sauvages présentant quelques passages techniques qui nécessiteront de progresser parfois en crampons .

L'occasion d'avancer sur la gestion d'une sortie technique ensemble (préparation carto , identification des passages clefs , analyse nivo , sécuriser un passage )

Nous serons accueillis en gîte non accessible par la route dans un bel écrin de nature en demi pension .  
Le premier soir (jeudi) l'accueil se fait au gîte arc en ciel (à la maison) [gite-arcenciel-drôme.com](http://gite-arcenciel-drôme.com).

**Organisation et déroulement :**

Possibilité location skis , chaussures ,pack sécu à tarif associatif : 25 euros/jour

**Programme:**

J0 : (jeudi 15) arrivée pour la fin de journée au gîte arc en ciel , où nous prendrons le temps de faire connaissance et de faire un point matériel pour les 3 jours ( essayage si prêt ..etc)

J1: Une première rando dont la thématique sera d'explorer un sommet qui nous offrira différents techniques d'évolution (progression en pente soutenue , sécurisation etc..)

J1 suite , nous rechaussons les skis après la journée pour atteindre notre gîte à 20 minutes de la route

J2 : Nous partons sur une rando que nous aurons choisi ensemble , en abordant la veille les principes de préparation d'une sortie . Un temps de mise en situation où chacun pourra , si il le souhaite conduire une section de la rando . une façon d'établir un rapport carte terrain fiable et d'identifier les points clefs .

J3 : Une journée de réalisation , en intégrant les compétences développées en J1 et J2 pour mener à bien un itinéraire complet d'ampleur .

Hébergement au gîte la bergerie (vallon de la Jarjatte) : Nous y seront hébergés en demi pension le vendredi soir et le samedi soir ( repas bio et local) . Cela nous permettra de réaliser les randos sac léger et de nous concentrer sur les apprentissages . Possibilité de commander des piques niques au gîte ou de les prévoir de notre côté .

Matériel nécessaire : un sac à dos 30 litres, Une gourde, lunette , masque, gants ,bonnet. 1 pantalon ski , 1 polaire+ petite doudoune, Veste style gore tex , tee-shirt technique, 2 paires de chaussette , une tenue de change pour le gîte , frontale , nécessaire ampoules si pieds fragiles. Nécessaire de toilette , crampons piolet casque si vous avez ..

Ski de rando / Chaussures de rando adapté (inserts)/ batons/ peaux, couteaux , DVA , Pelle , sonde ..



Pré requis :

- Niveau de ski alpin : à l'aise ne piste rouge + expériences en toute neige
- Bonne condition physique ( environ 1000 à 1400 mètres de dénivelé en fin de séjour)
- Une belle motivation pour apprendre progresser et évoluer

Condition de participation et modalité d' inscription

Le coût du stage est de 360 euros + 20 euros d 'adhésion\* à traces d'avenir , il comprend l'encadrement et les documents péda ( carte , guide nivo) . Il reste à votre charge la demi pension au gîte 57 euros/ nuit pour le gîte en immersion et 35 euros pour le premier soir à la maison avec repas / petit déjeuner .

\* Cette adhésion vous permet de bénéficier des tarifs de location à prix associatif, de conseils individualisés sur l'année sur des projets éventuels que vous souhaitez mener en montagne et une part de cette adhésion est reversée à une école d'aventure pour les adolescents sur des projets montagne .

**fiche d'inscription en pièce jointe .**