

# « Approche de l'autonomie en montagne enneigée »

---

RANDONNEE RAQUETTES – Niveau : **Débutant et intermédiaire**

## PERIODE

Hiver et printemps, sous réserve de météo favorable.

## FORMULE ET DUREE

Weekend de 2 journées de 8 heures d'activités (+ 1h30 jour 1). Pension complète en refuge (hébergement compris dans le tarif, à payer directement au refuge).

## SITE

Secteur refuge de l'Alpe de Villar d'Arène d'altitude 2079 m, au cœur du massif des Ecrins. Relief et parcours à proximité.

## RDV

Parking du pont d'Arsine à 1h30 de Grenoble (80 kms). Coordonnées GPS du parking : 44.996183 N 6.384563 E

## PROGRAMME

- Jour 1 : 9h00 Accueil parking, check sécurité, montée au refuge. Pique-nique au refuge. Après-midi consacré aux exercices auto-secours en avalanche. Après le repas du soir, lecture du BERA du lendemain et notion d'itinéraire.
- Jour 2 : petit-déjeuner (7h30). Randonnée avec observations terrain et étude du manteau neigeux. Pique-nique au refuge. Après-midi : notions de nivologie et retour au parking pour 17h00.

## DESCRIPTION DE LA FORMATION :

- Weekend de formation à la randonnée en raquettes en montagne, avec découverte des règles de sécurité et des notions de nivologie.
- Apport théorique et ateliers pratiques sur le terrain
- Formation destinée à des personnes capables de progresser en montagne en raquettes et qui souhaitent élargir leurs champs de compétences. Le public mineur (12 ans minimum) est accepté sous responsabilité des parents.
- Nombre de personnes maxi : 8

Prévoir vêtements de randonnée hivernale (multi couches), gants chauds, bonnet, une doudoune, des chaussures adaptées, matériel de sécurité en neige (location possible). Thermos, boisson et barres céréales pour en-cas. L'ensemble du matériel sera porté dans votre sac à dos. Vêtements de rechange pour la soirée (collant, polaire, chaussettes). Sac à viande et nécessaire de toilette pour le refuge (douche possible). Couchage, couette ainsi que des chaussons seront disponibles au refuge.