MONTAGNE EXPEDITION
CHAMONIX MONT BLANC

+33 (0)4 81 68 55 90

STAGE DE PERFECTIONNEMENT À L'ALPINISME DANS LES ECRINS

Ce stage a été conçu pour répondre aux alpinistes souhaitant progresser vers plus d'autonomie.

Encadré par un guide de haute montagne, vous aurez l'opportunité d'approfondir vos connaissances techniques et de développer votre assurance sur le terrain, tout en évoluant au cœur des paysages grandioses du massif des Écrins.
Au programme : des journées formatrices sur des courses variées (du F au PD+), mêlant pédagogie et mise en pratique. Vous reverrez et consoliderez les techniques essentielles : progression en terrain glaciaire et rocheux, encordement, assurage, rappels, utilisation des broches à glace et coinceurs, installation de relais, ainsi que toute autre compétence que vous souhaitez perfectionner.
L'objectif : vous guider pas à pas vers une pratique autonome, responsable et sécurisée de l'alpinisme, en découvrant quelques-uns des plus beaux sommets des Écrins.

Région	Alpes Françaises
Activité	Alpinisme Alpinisme pour initiés ou confirmés
Durée	4 jours
Groupe	4 à 4 personnes
Code	PAECR
Prix	A partir de 1 100 €
Niveau	4/5
Confort	3/5
Langue(s)	français

PROGRAMME

Jour 1 **Ailefroide et Refuge du Sélé**

Le stage commence le premier jour à 8h30 à la gare de l'Argentière-la-Bessée, où vous retrouverez votre guide et le reste du groupe. La première journée sera consacrée à une mise en jambe autour d'Ailefroide, avec une école de rocher pour travailler les bases techniques : progression encordée, gestion des longueurs, installation de relais, descente en rappel et moulinette. L'après-midi, vous monterez tranquillement au Refuge du Sélé, où vous passerez la soirée et la nuit dans l'ambiance chaleureuse de la haute montagne.

Refuge du Sélé pour le repas et la nuitée.

Jour 2 **Course mixte**

Le deuxième jour sera dédié à une course mixte en montagne. Selon les conditions, l'itinéraire pourra être l'Arête des Bœufs Rouges ou une course équivalente dans le secteur. Vous profiterez également de cette journée pour vous former aux manœuvres de sauvetage en crevasse, directement sur le glacier du Sélé.

Refuge du Sélé pour le repas et la nuitée.

Jour 3 **Traversée vers le Refuge du Pelvoux**

Cette journée sera consacrée à la traversée du Sélé vers le Refuge du Pelvoux. L'objectif est de mettre en situation les apprentissages des jours précédents sur des terrains variés. Plusieurs options seront envisagées par le guide en fonction du niveau du groupe et des conditions.

Nuit et repas au Refuge du Pelvoux.

Jour 4 **Course d'application et retour**

Pour cette dernière journée, vous réaliserez une course d'application en autonomie encadrée. Parmi les itinéraires possibles : l'Ailefroide Orientale, la Traversée du Pelvoux ou un autre sommet du secteur choisi par le guide.
Redescente dans la vallée en fin de journée et séparation du groupe.

DATES & PRIX

Départs pour les groupes parlant français :

Du	Au	Prix par personne	Garanti	Inscription
15/06/2026	18/06/2026	1 100 €	Non	
13/07/2026	16/07/2026	1 100 €	Non	
17/08/2026	20/08/2026	1 100 €	Non	

Code voyage: PAECR

Le prix comprend

- L'organisation technique du séjour
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- L'hébergement en pension complète du jour 1 le midi au jour 4 l'après-midi
- Le matériel collectif nécessaire à la sécurité

Le prix ne comprend pas

- Le matériel technique individuel
- Les boissons dans les refuges et dépenses personnelles
- Les vivres de courses individuels
- Les déplacements au point de départ de la randonnée

Remarques

- Les boissons dans les refuges et dépenses personnelles
- L'eau dans les refuges (compter 7 à 10 €/bouteille)
- La location des chaussures, baudrier, casque, crampons et piolet si nécessaire

Conditions de paiement et d'annulation

Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n' est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 35% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 35 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site. Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.
Pour toute inscription effectuée à moins de 6 mois de la date de départ, votre inscription ne sera validée qu'après la confirmation de la disponibilité auprès des refuges.

Facturation

Le solde doit nous parvenir au moins 35 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Montagne Expédition se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.
Vous recevrez votre facture le jour de votre départ.

Annulation

Annulation de votre part:

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Vous devez nous faire connaître votre décision d'annulation par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé réception, et c'est la date de réception de ce courrier qui déterminera la date de votre annulation.

Si vous annulez votre voyage, pour quelque raison que ce soit, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si votre annulation a lieu :
- Plus de 31 jours avant le départ: 30% du montant total du dossier (hors assurance).
- De 30 à 21 jours : 40 % du montant total du voyage (hors assurance).
- De 20 à 14 jours avant la date du départ : 50% du montant total du dossier (hors assurance).
- De 13 à 7 jours avant la date du départ : 75% du montant total du dossier (hors assurance).
- A moins de 7 jours avant la date du départ : 100% du montant total du dossier (hors assurance).

Cas particuliers, quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat : ces frais s'ajoutent au barème ci-dessus :
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation (réservations de certains refuges par exemple)
- Frais d'assurance et d'inscription : quelque soit l'assurance souscrite, le montant de l'assurance et les frais d'inscription sont dus et ne peuvent faire l'objet d'aucun remboursement. Si vous avez souscrit une assurance multirisques, les sommes retenues vous seront remboursées par l'assurance dans certains cas (notamment maladie, accident, décès, etc.).
L'assurance multirisque entre en vigueur dès le jour de votre inscription et de l'achat de votre assurance.

Annulation de notre part:

Montagne Expédition peut être amené à annuler sans frais un départ:
- faute de l'atteinte du nombre minimum de participants pour garantir le départ.
- en raison de circonstances exceptionnelles et inévitables liées aux conditions de la montagne et notamment pour des raisons liées au maintien de la sécurité des clients,
Dans ce dernier cas, Montagne Expédition proposera des solutions de remplacement. Dans le cas aucune solution de remplacement n'est possible, Montagne Expédition remboursera au client les prestations non réalisées sans que celui-ci puisse prétendre à quelconque autre indemnité.

Vous serez informé de l'annulation dans les meilleurs délais et au plus tard :
- 30 jours avant la date prévue pour un voyage liberté ou exclusif ;
- 20 jours avant la date de départ pour les voyages devant réunir un nombre minimum de participants et dont la durée dépasse 6 jours;
- 7 jours avant le début du voyage ou du séjour dans le cas de voyages dont la durée est de 2 à 6 jours ;
- 48 heures avant le début du voyage ou du séjour dans le cas de voyages dont la durée ne dépasse pas 2 jours.

En cas d'annulation totale ou partielle du séjour par Montagne Expédition imposée par des éléments mettant en cause la sécurité des clients (mauvaises conditions météo en montagne entre autre), Montagne Expédition remboursera au client les prestations non réalisées sans que celui-ci puisse prétendre à quelconque autre indemnité.

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou à un versement d'indemnités.

Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Montagne Expédition ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit.

Montagne Expédition pourrait modifier des éléments au contrat de voyage si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient (conditions météo ou autres éléments) et qui remettraient en cause la sécurité des participants, l'accessibilité des zones de pratique ou liés à une injonction d'une autorité administrative.

Lorsque Montagne Expédition modifie le programme (heure de rdv, durée, lieu, ascension…) du séjour pour les raisons citées ci dessus, les clients sont tenus d'accepter la modification de programme proposée. Montagne Expédition remboursera au client les

éventuelles prestations non réalisées sans que celui-ci puisse prétendre à quelconque autre indemnité.
Dans le cas où le client refuserait les prestations de remplacement, le refus du client pourra être assimilé à une annulation à l'initiative du client.
Il est précisé qu'il ne sera pas toujours possible de proposer des prestations équivalentes au regard de la spécificité et du caractère unique de certains séjours.

Par exemple, sur un séjour intégrant une tentative d'ascension du Mont Blanc, en cas d'impossibilité de monter au Mont Blanc pour les raisons citées ci dessus, nous vous proposerons si possible une ascension alternative dans les massifs alentours (Mont Rose, Grand Paradis...) , que vous êtes tenu d'accepter.

Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage.
Si le nombre de participants est inférieur au minimum requis pour garantir le départ, un supplément petit groupe peut être proposé pour garantir le départ. Vous pourrez refuser ce supplément petit groupe et annuler sans frais le cas échant.
Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses de ce prix.

Cession du contrat

Conformément à l'article R.211-7 du Code du Tourisme, vous avez la possibilité de céder votre contrat à un cessionnaire qui remplit les mêmes conditions que vous pour effectuer le voyage tant que ce contrat n'a produit aucun effet. Vous êtes tenu d'informer Atalante de votre décision par tout moyen permettant d'en obtenir un accusé de réception et au plus tard sept jours avant le début du voyage. En cas de cession de contrat, le cédant et/ou le cessionnaire sont préalablement tenus d'acquitter les frais induits par la cession qui vous seront communiqués par votre conseiller. Le cédant et le cessionnaire sont solidairement responsables du paiement du solde du prix ainsi que des frais, redevances ou autres coûts supplémentaires éventuellement occasionnés par cette cession.

Assurance

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Montagne Expédition.
Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page: https://montagne-expedition.com/fr/assurance

Dans le cas où vous ne souscrivez pas à l'une de nos assurances, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

INFOS PRATIQUES

Encadrement

Notre stage est encadré par un guide de haute montagne qui vous apportera les éléments techniques nécessaires au bon déroulement de la semaine.

Alimentation

Repas

- Pique-niques le midi,
- Repas le soir préparés par les gardiens des refuges.
- Prévoir des vivres de course selon vos goûts personnels avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs,...

Boissons

- L'eau est payante dans les refuges. Compter 5 à 8 Euros par bouteille suivant les refuges. Nous vous conseillons donc de prendre des pastilles de purification (type Aquatabs) qui vous permettront de consommer l'eau courante et celle des torrents.
- Les boissons personnelles (café, bière, coca,...) ne sont pas comprises dans le séjour : pensez à prévoir de la monnaie en francs suisses pour les refuges.

Hébergement

Les nuits au refuge se passent en dortoir, les couvertures sont fournies, pensez à prendre un drap type "sac à viande". Le matériel de toilette sera réduit au minimum. Des chaussons sont à votre disposition, il est donc inutile de prévoir des chaussures pour le refuge.

Déplacement et portage

Un sac à dos d'une contenance de 30 à 40 litres avec ceinture abdominale et bretelles confortables.

Pourboires

Les voyageurs payent habituellement pour les boissons du guide : vous pourriez trouver pratique de faire une cagnotte en début de séjour (aucune obligation).

Equipement fourni sur place

- Le matériel collectif (cordes, mousquetons) est fourni.

Equipement indispensable

- Chaussures de haute montagne
- Chaussons d'escalades
- Un piolet, des crampons avec antibotte, un baudrier équipé de deux mousquetons à vis (possibilité de location)
- 1 casque
- Dégaines, descendeur (si vous en possédez)
- Une paire de guêtres
- Un drap type sac à viande (il y a des couvertures en refuge)
- Une petite trousse de toilette
- Une crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une lampe frontale, avec piles de rechange
- Un couteau de poche
- Une gourde
- Papier hygiénique + briquet
- Deux à trois sacs en plastique (100 litres) pour protéger le sac à dos en cas de pluie.

Equipement utile

- Bonnet
- Chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard
- Lunettes de glacier

- 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine
- 1 paire de gants
- Sous-vêtements technique respirant
- Sous pull technique respirant (carline, fourrure polaire légère...)
- Veste polaire
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 pantalon de montagne confortable
- 1 pantalon coupe-vent type Goretex
- 2 paires de chaussettes, une paire fine et une plus épaisse.
- Bâtons télescopiques (conseillés)
- Thermos ou gourde (1 L minimum)
- Minimum pour toilette (pas de douche en refuge)
- Petite pharmacie adaptée à vos besoins (anti-ampoules, médicaments personnels…)

Cette liste est générique et elle est censée couvrir l'ensemble des conditions météo que vous pouvez rencontrer en haute montagne. Elle devra être adaptée aux conditions prévues le jour de votre séjour.
Mais gardez en tête que les températures baissent considérablement avec l'altitude et le refroidissement éolien. De ce fait, prévoyez toujours des affaires chaudes, même quand les températures sont hautes en vallée.

Pharmacie

Votre guide aura avec lui une pharmacie collective de première urgence, il est toutefois important de prendre une petite pharmacie personnelle.

Pharmacie individuelle à prévoir avec votre médecin :
• Un antalgique (éviter l'aspirine).
• Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
• Des pansements et double peau en cas d'ampoules.
• De l'Elastoplast (excellent en préventif au talon, contre les ampoules).
• De la crème solaire et de la Biafine.
• Des pastilles pour purifier l'eau (type Aquatabs).
L'eau en bouteille coûte très cher en refuge.
• Si besoin, un somnifère léger et/ou boules Quies pour la nuit.
• Vos médicaments personnels...
• Antispasmodique
• Anti-diarrhéique
• Anti-vomitif
• Antiseptique intestinal
• Collyre
Liste non-exhaustive.

Passeport

Merci de vérifier que votre passeport et autres documents de voyage sont valides.

Visa

Pas de visa nécessaire

Vaccins obligatoires

Pas de vaccin obligatoire

Santé / recommandations sanitaires

Avant votre départ, il est important d'avoir une bonne condition physique, correspondant aux attentes du programme et de l'activité. Une activité physique quotidienne et une pratique régulière du sport avec endurance sont indispensables pour des activités de Haute Montagne. Merci d'informer l'agence à propos de toute information médicale et particularités concernant votre santé : allergies alimentaires, diabètes, accidents cardio-vasculaires que vous auriez pu avoir, asthme, etc...

Il est important de consulter votre médecin bien avant votre départ. Nous vous recommandons de porter un kit de premiers secours ainsi que vos nécessités médicales personnelles. Merci de garder à l'esprit que nous sommes souvent dans des lieux éloignés, loin d'infrastructures médicales. Merci de lire attentivement la brochure ainsi que l'itinéraire du séjour choisi, afin de vous assurer que notre voyage vous convient.

Veuillez noter que vous voyagerez en altitude. La plupart des individus peuvent voyager à 2500 m d'altitude avec des effets minimaux. Cependant, tout le monde réagit différemment à l'altitude et un mal d'altitude peut survenir. Pour plus de détail sur comment vous préparer à votre séjour, veuillez consulter votre médecin ou consulter la page "Evaluez vos capacités".

Climat

Les aléas météo font partis du charme de tout stage d'alpinisme. Sur ce massif, le temps peut changer très brutalement, le vent peut souffler très fort et la neige peut tomber abondamment jusqu'en moyenne altitude, même en plein été. Nous sommes donc très vigilants à anticiper les évolutions météos et si besoin nous adaptons nos programmes en fonction des conditions à venir.

Electricité

Il y aura de l'électricité dans la plupart des lieux où vous logerez. Si vous avez peur de manquer de batterie, nous recommandons d'amener une batterie externe. Les prises en France ont la particularité d'être à la fois mâle et femelle : elles ont 2 broches et un réceptacle. Si vous avez besoin d'un adaptateur, veuillez vous le procurer avant votre départ.

Heure locale

Temps standard (CET: Central European Time) : UTC +1
Heure d'été (CEST: Central European Summer Time) : UTC+2

Tourisme responsable

Nous faisons de notre mieux pour offrir des séjours qui respectent les principes du tourisme durable et responsable. Notre but est de permettre à nos visiteurs de découvrir les différentes facettes d'un pays en vous amenant hors des sentiers battus et vous mettre en contact avec la nature et ses résidents, tout en s'assurant que votre visite n'a aucun effet négatif sur son environnement naturel. La plupart de nos hébergements sont gérés par des locaux. La majeur partie des revenus générés durant votre séjour restera donc dans la région. L'art de la cuisine et la joie de déguster de la nourriture font partie de notre vie quotidienne. Chaque région a ses spécialités, et vous ne manquerez pas de les apprécier ! L'eau est une denrée précieuses et rare. Notre équipe et ceux voyageant avec nous sont donc fortement conseillés de l'utiliser avec considération et d'éviter une utilisation excessive de l'eau lorsque c'est possible. Merci d'essayer de recycler vos déchets dès que possible, même si le recyclage n'est peut-être pas un concept pratiqué partout dans le monde. Soyez attentionnés et respectueux lorsque vous randonnez. Faites attention de porter des chaussures adaptées à votre activité et éviter d'arracher les fleurs, de bouger les cailloux ou bien d'allumer des feux.