

Formation 2 jours en ski de rando dans le Queyras
Hébergement en gîte ou hôtel, en pension complète, 2 jours, 1 nuit, 2 jours de ski



Ce week-end est destiné à celles et ceux qui veulent progresser dans leur pratique personnelle de ski de rando. Parce que sortir sans guide en autonomie c'est sans cesse prendre des décisions qui s'appuient sur des connaissances et de l'expérience. Le but est donc d'enrichir ces connaissances et apprendre à se poser les bonnes questions.

2 jours sur le terrain pour évoluer dans des espaces vierges, sur différentes neiges, des pentes variées, faire sa trace, mener des observations, gérer le groupe en montée et en descente, utiliser des outils ... et ce sera bien sûr l'occasion de découvrir ou redécouvrir des itinéraires privilégiés du Queyras, si bien adapté au ski de rando !

Au programme, ski de randonnée à la journée et retour au gîte le soir pour un débrief plus théorique, autour d'une bière, quand même!

Les points abordés :

- différents types de neige, nivologie, risques et mécanismes de déclenchement des avalanches
- observer, prendre des décisions, faire sa trace, conduire le groupe
- préparer sa sortie, cartographie, facteurs humains, méthodes de réduction des risques
- utiliser le matériel de secours (DVA/pelle/sonde), organiser un secours.

Jour 1

RDV à 8h30 le samedi au départ des pistes, prêt (e) à partir skier

Le samedi nous utiliserons les remontées mécaniques (Abriès, Saint-Véran ou Arvioux) puis les peaux de phoques pour aller directement dans le vif du sujet, en altitude. Prévoir votre pique-nique

Une partie de la journée portera sur la formation de l'utilisation du matériel de sécurité (DVA/pelle/sonde) et l'organisation de secours en avalanche.

Jour 2

Le dimanche nous partirons faire un parcours en ski de rando dans un secteur propice aux observations. Au cours de cette randonnée nous nous confronterons à la conduite de groupe et la gestion de la sécurité vis à vis des tous les dangers entrevus la veille.

D+ 600 à 800m

NIVEAU : De débrouillé à expert. Skieur(euse) ayant déjà pratiqué du ski de randonnée et sachant skier en hors-piste sur tout type de neige.

Dénivelé positif de 500 à 1000 m par jour maximum.

CIRCUIT : en étoile

Ce programme peut être modifié par le guide pour assurer la sécurité du groupe en fonction du niveau de chacun, des conditions météorologiques et aux conditions de la montagne.

Séjour accompagné Formation 2 jours en ski de rando dans le Queyras

Pour profiter pleinement de ton séjour, n'oublie pas d'entretenir ta forme au moins une fois par semaine ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

INFORMATIONS PRATIQUES

DATES : en janvier et février

ACCUEIL : RDV à 8h30 au départ des pistes. Tu dois être en tenue prêt à partir skier

DISPERSION : Séparation et fin du séjour le jour 2

HEBERGEMENT : L'hébergement sera assuré en demi-pension par un gîte ou hôtel de qualité sélectionné par nos soins. Chambre de 3 personnes maximum.
Pique-nique le jour 2 prévu.

RESTAURATION : Les repas

- Les petits déjeuners et les repas du soir sont pris à l'hébergement (cuisine copieuse et traditionnelle).
- Le pique-nique de midi du jour 2 est préparé par le guide ou par l'hébergement (prévoir votre pique-nique du jour 1)

ENCADREMENT : Guide de haute montagne de l'équipe Queyras Mountain Guides. Il sera équipé d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'une trousse de premiers secours collective et d'un petit matériel de réparation des skis.

TRANSFERTS INTERNES : Les transferts ne sont pas prévus au programme. Nous nous organiserons pour covoiturer.

PORTAGE DES BAGAGES : tu porteras uniquement tes affaires de la journée, le pique-nique ainsi que le matériel de sécurité.

MATERIEL FOURNI : le matériel de sécurité DVA, pelle et sonde, petit matériel de réparation des skis collectif et trousse de premier secours collective

TARIFS

DATES ET PRIX : Hiver 2024/2025

2 jours – 1 nuit – 2 jours de ski de randonnée
A partir 390 € €/pers

Week-end du 11 et 12 janvier 2025

week-end du 08 et 09 février 2025

Le prix comprend :

- L'hébergement en gîte ou hôtel en chambre partagée en pension complète du diner du jour 1 au déjeuner du jour 2 (pique-nique le midi)
- L'encadrement par un guide de haute montagne
- Le forfait de remontées mécaniques du samedi
- Le prêt du matériel de sécurité (DVA, pelle et sonde)

Le prix ne comprend pas :

- Les frais de dossier de 12 euros (obligatoire)
- L'assurance annulation et interruption de séjour
- Les transferts internes (covoiturage)
- Le transport aller et retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Le pique-nique du samedi midi

Informations et réservations : office de tourisme du Guillestrois et du Queyras – 2535 route du Queyras – 05350 Château Ville Vieille
+ 33 (0)4 92 46 89 31 - reservation@guillestroisqueyras.com – [https:// reservation.lequeyras.com](https://reservation.lequeyras.com) - Immatriculation IM005100009

Séjour accompagné Formation 2 jours en ski de rando dans le Queyras

- Les boissons et les dépenses personnelles
- L'équipement individuel et la location du matériel pour pratiquer l'activité
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'le prix comprend'

Location du matériel à votre charge : Pack skis-chaussures- peaux – couteaux – bâtons : 90 €/pers pour les 2 jours de ski. Vous devrez communiquer au plus tôt vos tailles, poids et pointure pour que le matériel soit réservé.

GROUPE : Départ assuré à partir de 3 participants. Groupe limité à 6 personnes. Ce séjour est réalisé en collaboration avec nos partenaires

Informations et réservation

Office du tourisme du Guillestrois et du Queyras
Maison du Tourisme
2535 route du Queyras
05350 Château Ville Vieille
+ 33 (0)4 92 46 89 31
reservation@guillestroisqueyras.com
<https://reservation.lequeyras.com>

Immatriculation IM00510009