



Les meilleurs domaines d'escalade des Alpes – nos semaines d'escalade peuvent y être organisées individuellement : escalade au printemps à Finale Ligure, les Dolomites sauvages, le domaine impressionnant du mont Blanc ou la vallée de l'Aoste. Des journées inoubliables dans les plus belles régions des Alpes avec des possibilités pour tous les niveaux – modulables selon les souhaits. Profitez de la roche fantastique et vivez une semaine d'escalade dans les Alpes qui restera graver dans votre mémoire.

#### Programme :

- 1<sup>er</sup> jour :** Voyage individuel. Rendez-vous avec le guide de montagne à l'hôtel à 19h30. Vérification du matériel, présentation du programme des jours suivants et dîner. Selon le lieu de destination, nuitée à l'hôtel ou en refuge.
- 2-6<sup>ème</sup> jours :** Après le petit déjeuner, départ pour l'excursion d'escalade ou le domaine d'escalade. Vous serez toute la journée en chemin avec le guide de montagne pour l'escalade. Nuitée à l'hôtel ou en refuge.
- 6<sup>ème</sup> jour :** Après le petit déjeuner, départ pour l'excursion d'escalade ou le domaine d'escalade. Vous serez toute la journée en chemin avec le guide de montagne pour l'escalade. Au plus tard en fin d'après-midi, voyage retour individuel.

#### Informations utiles :

- Nuitée :** Nuitée à l'hôtel ou en refuge selon le domaine d'escalade / la région.
- Rendez-vous :** À déterminer avec le guide de montagne et le bureau.
- Prérequis :** Nos semaines d'escalade peuvent être organisées pour tous les niveaux, de débutant à expérimenté. Pour des réservations de groupes, nous pouvons évidemment nous adapter au niveau des différents participants.
- Équipement :** Voir la checklist ci-dessous.
- Météo :** Même en été, la météo en montagne peut être extrême et nous pouvons rencontrer des chutes de neige. Nous vérifions les conditions météorologiques deux à trois jours avant la randonnée et nous vous informerons des changements utiles.



**Guide/prestations :** Guide de montagne de Guidemonterosa. Peu de temps avant la randonnée, nous vous communiquerons le nom et le numéro de téléphone du guide. Pour plus d'informations, vous pouvez volontiers contacter notre bureau.

**Prestations et tarifs :**

**Prestations incluses :** Guide de montagne UIAGM / aspirant pour la semaine

**Coûts additionnels :** Boissons, déjeuner, coûts du trajet et si nécessaire équipement en prêt.

**Tarifs :**  
1 participant : 2310,00 Euros  
2 participants : 1155,00 Euros par participant  
- Plus grands groupes sur demande

**Pour votre préparation :**

**Vêtements :** Nous conseillons des vêtements de montagne fonctionnels qui transportent bien l'humidité / principe des couches multiples pour que vous puissiez réagir aux aléas météorologiques.

**Chaussures :** Chaussures d'approche et d'escalade

**Provision :** Snacks et boissons pour l'escalade.

**Sac à dos :** Nous conseillons un sac à dos d'un volume maximum de 30L.

**Pour plus de questions**

Nous sommes à votre disposition pour toutes questions : merci de contacter notre bureau. DE: +49 (0)89 215536560 – Tél. CH: +41 (0)71 688-7000 – Tél. I: +39 0125 366 019

**Liste de l'équipement**

Tout ce dont vous avez besoin est marqué par un

**Vêtements**

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Veste légère en Gore Tex ou matériau similaire                          | <input checked="" type="checkbox"/> T-shirt d'escalade Fleece      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Pantalon de montagne si possible coupe-vent et imperméable en softshell | <input checked="" type="checkbox"/> Gants                          |
|   | <input checked="" type="checkbox"/> Chaussettes légères d'escalade |
|   | <input checked="" type="checkbox"/> Bonnet / bandeau               |

Équipement additionnel

- |   |   |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Lunettes de soleil avec un indice de protection élevé       | <input type="checkbox"/> Lumière frontale et évent. batterie de rechange                              |
| <input checked="" type="checkbox"/> Crème solaire et baume à lèvres                             | <input checked="" type="checkbox"/> Gourde / Thermos  |
| <input type="checkbox"/> Articles de toilette légers si nécessaire                              | <input checked="" type="checkbox"/> Couteau de poche  |
| <input type="checkbox"/> Sac de couchage de voyage en soie si disponible                        | <input checked="" type="checkbox"/> Carte d'adhésion d'une association alpine SAC / FFCAM / CAB / GAL |
| <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement matériel photo                               | <input checked="" type="checkbox"/> Carte d'identité  |
| <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement Premiers secours, à déterminer avec le guide | <input type="checkbox"/> Éventuellement boules Quies  |
|   | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement cartes géographiques                               |

Chaussures

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Chaussures de montagne / trekking                        | <input checked="" type="checkbox"/> Chaussures d'approche |
| <input type="checkbox"/> Chaussures de montagne pouvant être équipées de crampons | <input checked="" type="checkbox"/> Chaussures d'escalade |
|   | <input type="checkbox"/> Éventuellement guêtres           |

Équipement technique pour l'excursion

- |  |   |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Baudrier                                   | <input type="checkbox"/> 2,4m cordelette 6mm                            |
| <input type="checkbox"/> 1 x HMS mousqueton                                    | <input type="checkbox"/> Longe de via ferrata                           |
| <input checked="" type="checkbox"/> 2 x HMS mousqueton                         | <input checked="" type="checkbox"/> Casque                              |
| <input checked="" type="checkbox"/> Dégaines si nécessaire                     | <input checked="" type="checkbox"/> Sac à magnésie                      |
| <input checked="" type="checkbox"/> Système d'assurage avec mousqueton associé | <input type="checkbox"/> Crampons anti-dérapants                        |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 120cm                 | <input type="checkbox"/> Piolet   |
| <input checked="" type="checkbox"/> 1 x anneau de sangle 60 cm                 | <input checked="" type="checkbox"/> Éventuellement bâtons télescopiques |
| <input type="checkbox"/> 1,2m cordelette 6mm                                   | <input checked="" type="checkbox"/> Sac à dos 30L                       |