



Stage FREERANDO Briançonnais 2020

Du dimanche 09 février au vendredi 14 février

Le Monêtier les Bains

Le Freerando encadré par des guides de haute montagne

Le Freerando privilégie les itinéraires proches d'un domaine skiable pour utiliser les remontées mécaniques le plus possible afin de favoriser la descente plutôt que la montée. C'est du ski Hors piste. Les techniques classiques en montagne, ski de randonnée, crampons ou portage sont des outils à disposition de cette pratique, sans en être une finalité, mais qui permettent d'explorer au-delà des pistes et des bords de piste.

Programme

5 jours de ski en groupe homogène (2 ou 3 groupes) de 6 skieurs maxi encadrés par des guides de haute montagne. Rayonnement dans le Briançonnais, là où les conditions de neige seront les meilleures, au départ de Monêtier notre camp de base pour la semaine. En prévision 3 jours de ski freeride dans les vallons et couloirs de Serre Chevalier, 1 jour à Puy St Vincent et 1 jour entre France et Italie à Montgenèvre.

Prérequis obligatoires

Adhérent(e) licencié(e) à la FFCAM à jour de cotisation
Bonne forme physique afin d'enchaîner au maximum 5000m D- et 350D+ par jour pendant 5 jours. Une technique de ski irréprochable sur piste noire (maîtrise de la vitesse et de la trajectoire). Avoir déjà skié toutes neiges (avec plus ou moins de réussite et d'élégance) et avoir envie d'y retourner. Avoir une expérience en ski de randonnée, pratique régulière, conférant une autonomie technique. Avoir quelques connaissances de base des techniques alpines (testées au moins une fois) :

- Baudrier et nœud d'encordement (huit, queue de vache)
- Evolution avec crampons et piolet
- Portage ski à l'épaule ou sur sac (quelques centaines de mètres)

Hébergement

Hôtel de l'Europe **

1 rue Saint Eldrade, 05 220 Le Monêtier les Bains

<http://www.hotel-europe-monetier.com>

Chambre double en demi pension en plein cœur du village

Equipements obligatoires

Kit pelle, sonde et DVA avec des piles en bon état. Skis de randonnée ou skis de freeride équipés pour la randonnée avec peaux et couteaux. Baudrier léger (type *Petzl altitude* ou *Edelrid Loopo lite*) OU une sangle en 120. 1 mousqueton à Vis. 1 paire de crampon et 1 piolet neige. Tenue vestimentaire classique ski de randonnée 4 couches. Casque fortement conseillé.

Coût

Le tarif du séjour est de 850€, il comprend : l'hébergement en demi pension à compter du dimanche 9 février au soir et jusqu'au pdj du vendredi matin, les forfaits remontées mécaniques et les guides. Reste à la charge du participant : le picnic du midi et le covoiturage (ainsi que l'entrée aux Bains non pris en charge par le club ☺).

Inscription

Demandez le bulletin d'inscription à l'organisateur, Guillaume BARTHELEMY

Renseignements : 06 20 40 67 69 (privilégiez les SMS) ou par mail guillaumebarthelemy.caf@gmail.com