

PROGRAMME

SAMEDI 26 MAI

8h : Accueil des participants à la salle des fêtes de la Bérarde

9h – 15h : Parcours à thèmes (Neige/Glace ou Rocher) : Ateliers et montée au refuge pour les groupes concernés

16h – 17h : Préparation de l'itinéraire avec les encadrants

19h : Repas traditionnel au refuge ou au chalet alpin de la Bérarde, selon les groupes

DIMANCHE 27 MAI

4h – 5h : Réveil parcours neige et glace, et petit déjeuner

7h : Réveil parcours rocher

5h – 14h30 : Course d'application au départ des différents refuges : Traversée du col du replat, tête de la maye, arête des papillons....

15h30 : Ravitaillement, concert et tombola au Chalet Alpin de la Bérarde

****Possibilité d'arriver dès le vendredi soir et de réserver sa nuitée au Chalet Alpin de La Bérarde en contactant directement la gardienne (en supplément de l'inscription) :**

www.chaletlaberarde.ffcam.fr

MATÉRIEL

Les parcours se déroulent dans un environnement montagnard non aménagé. Il est important que chaque participant dispose de matériel adapté au milieu : chaussures cramponnables, vêtements chauds, gants, bonnet, crème solaire, lunettes de soleil, pique-nique, eau...

Une liste détaillée du matériel vous sera adressée une fois votre inscription finalisée, en fonction du parcours choisi.

Dépliant réalisé par **MARJOR** www.markhor-design.com. Photographies Valentin Pahon, © Emmelieke Odul



**GRAND PARCOURS
ALPINISME
LA BÉRARDE**
26 ET 27 MAI 2018

Manifestation grand public,
ouverte à tous à partir de 12 ans

Refuges du Chalet Alpin de la Bérarde,
du Promontoire, du Châtelleret et de la Selle

gp-alpinisme@ffcam38.com
cd-isere.ffcam.fr
www.facebook.com/grandparcours



L'esprit Club Alpin

VENEZ DÉCOUVRIR
OU VOUS PERFECTIONNER
EN ALPINISME AU COEUR
DU MASSIF DE L'OISANS



« CE PAYS A UNE ÂME FAITE D'ABORD
D'ESPACE. IL LUI FAUT BEAUCOUP D'AIR
ET DE CIEL POUR RESPIRER »

GASTON RÉBUFFAT

Le Grand Parcours de La Bérarde

est une occasion exceptionnelle de découvrir
l'alpinisme ou de perfectionner ses techniques.

Au cœur du massif de l'Oisans,

avec le mythique sommet de la Meije comme
paysage, rejoignez-nous le temps d'un week-end
pour partager, avec tous les bénévoles mobilisés,
notre passion de la montagne.

La 1ère journée

sera consacrée à des ateliers techniques adaptés
en fonction de votre niveau de pratique.

Le dimanche

vous permettra de réaliser une course d'alpinisme
et ainsi mettre en application les techniques
vues la veille.

PARC NATIONAL DES ÉCRINS

Vous allez évoluer dans le **Parc National des Ecrins** : écoutez, regardez et émerveillez-vous ! N'hésitez pas à poser des questions sur l'environnement qui vous entoure à votre encadrant ou au garde-moniteur qui sera présent le samedi soir au refuge du Châtelleret !



3 NIVEAUX DE PROGRESSION

1 DÉCOUVERTE

Vous avez une bonne forme physique, vous randonnez en montagne mais n'avez encore jamais chaussé les crampons : ce parcours est fait pour vous !

2 PROGRESSION

Vous avez déjà réalisé vos premières courses d'alpinisme mais souhaitez progresser dans les techniques : rejoignez un parcours progression !

3 VERS L'AUTONOMIE

Vous avez déjà une habitude des courses d'alpinisme mais souhaitez avoir des conseils pour vous améliorer ou réviser certaines techniques. Le dimanche un encadrant expérimenté vous conseillera sur la course à réaliser et vous suivra dans votre parcours, mais vous serez en route vers l'autonomie !

2 POSSIBILITÉS

NEIGE ET GLACE

Ateliers en terrain neige et glace : techniques de progression sur glacier et en pente de neige, marche en crampons, techniques de glissades avec piolet, encordement...



ROCHER

Ateliers de progression en terrain d'aventure et grande voie montagne : encordement, pose de coinces, assurage, technique de rappel, remontée sur corde... réalisés en groupes et encadrés par des guides de Haute montagne ou des bénévoles de la FFCAM passionnés.



TARIFS ET INSCRIPTIONS

MOINS DE 25 ANS

- 65 €

PLUS DE 25 ANS

- 75 € en tarif réduit, si inscription avant le 1er mai 2018

- 90 € à partir du 2 mai 2018

Clôture des inscriptions au 14 mai 2018

*LE TARIF COMPREND

- L'encadrement des 2 jours, la demi-pension en refuge (repas du soir, nuitée et petit déjeuner). Prévoir uniquement ses pique-niques du samedi et dimanche midi.
- Un ticket pour la tombola du dimanche.

ASSURANCE

Possibilité de souscrire une **assurance FFCAM pour le week-end au tarif de 9 €** en supplément (carte découverte à cocher lors de votre inscription en ligne)

POUR S'INSCRIRE : www.bit.ly/berarde1

Le paiement se fait en ligne lors de l'inscription Afin de finaliser votre inscription et de la rendre effective, nous vous invitons à compléter aussi le formulaire suivant : www.bit.ly/berarde2

