

Stage de **SKI TOUTES NEIGES, TOUS TERRAINS, hors pistes**
avec **MONITEUR-GUIDE HM de l'ESF** à **CHAMONIX/ARGENTIERE**
du **lundi 28 janvier** matin **au Vendredi 1^{er} février 2019** après le ski

Ce stage est destiné aux pratiquants du ski de randonnée pour parfaire les techniques en descente en toute sécurité et sur tous terrains surtout glaciers.

Dans ce stage, il n'est pas question de dévaler les pentes hors-pistes à toutes vitesses et de quelques manières que se soient mais d'apprendre à maîtriser ses skis

QUATRE OU CINQ groupes de niveau (selon le nombre de stagiaires avec **7 stagiaires** maximum chacun)

Coût (au prix coûtant, selon la durée) : **de environ 650 € à 695 €** (séjour pour 5 jours: gîte ½ pension, remontées, moniteur-guide) rajouter les nuits supplémentaires et casse-croûte

Il faut être adhérent d'un CAF et être à jour de sa cotisation 2018/2019

Gîte : Le Moulin à Argentières, possibilité d'arriver le **Dimanche 27 au soir et repartir le samedi matin**

Stage : **Avec utilisation des remontées mécaniques** (forfait mont-blanc unlimited)

5 jours avec moniteur-guide de haute montagne de l'ESF

SKI TOUTES NEIGES, TOUS TERRAIN, TOUS TEMPS (à différents niveaux)

Prérequis : skier en virages parallèles sur toutes les pentes surtout piste rouge et noir

Pour les groupes : Vous évoluez avec aisance (petits virages, grandes courbes, etc.) sur toutes les pistes en pilotant vos skis en parallèle, et maîtriser le dérapage, mais vous êtes moins à l'aise lorsque le terrain est plus accidenté (bosses, glace, poudreuse...).

Un niveau de forme minimum est nécessaire. Vous pratiquez un peu de jogging, de danse, de vélo ou tout autre sport.

Important

Pour des raisons de sécurité, de cohérence technique et pédagogique, et pour vous procurer le plus grand plaisir dans cette activité. Je tiens à créer des groupes homogènes.

Alors assurez-vous bien que vous possédez bien les niveaux évoqués ci-dessus et ci-dessous

Ne vous surestimez pas !

Attention ces groupes ne sont pas codifiés comme à l'école de ski

Groupe 4 : Quelques éducatifs sur piste, puis surtout du hors-piste

Accessible à des skieurs **débrouillés et toniques** !

Pour se perfectionner en technique hors-piste et toutes neiges

Groupe 3 : Travail hors-piste, ski évasion, pentes déjà raides, pour progresser

Accessibles à de **bons skieurs déjà à l'aise en profonde**

Pour s'évader en sécurité en toutes neiges

Groupe 2 : Travail hors-piste, ski évasion, pentes déjà raides, pour s'évader

Accessibles à de **très bons skieurs déjà à l'aise en profonde**

On privilégie l'itinéraire mais également la technique

Groupe 1 : Travail hors-piste, travail en pentes plus raides, en couloirs

Accessible à de **très bons skieurs alpinistes à l'aise en profonde**

Pour skier en sécurité en toutes neiges, toutes pentes, couloirs.. hors-pistes et sur glacier.

Matériel indispensable

Pour tous les groupes prévoir **kit sécurité** (Détecteur de victime d'avalanche, pelle et sonde) que vous pouvez louer dans vos clubs respectifs + des **skis de rando** (avec peaux + couteaux) **afin de prendre certains couloirs au-delà des remontées sans grands dénivelés**

pas de ski de piste (une paire de ski car pas de place dans le local ski pour double équipement et ce stage est pour des pratiquants ski rando)

Tous les groupes skieront **en zone glaciaire** et seront susceptibles de faire une ou deux courtes sorties à ski de rando (raison de météo ou pour atteindre une belle pente depuis le sommet d'une remontée)

Donc pour tous également le matériel de zone glaciaire : **baudrier, sangle et 2 mousquetons à vis**

Si vous n'avez pas le matériel, le prêt ou la location fonctionnent très bien à Argentières

Si les conditions le permettent la Vallée Blanche se fera, prévoir : **piolet, crampons** ce qui ne veut pas dire, sera fait obligatoirement

Un chèque d'arrhes de 250 € est obligatoire pour toute réservation (coût des guides) qui sera encaissé fin décembre 2018. Le chèque ne pourra être remboursé si désistement de dernière minute et non remplacement par une autre personne

Pour tout renseignement et pour s'inscrire :

Katia WISS Tél : 09.67.07.13.45 ou 06 60 78 15 87 wiss.katia@orange.fr

5 rue de la pépinière 68 230 – SOULTZBACH LES BAINS