

**5 journée à la découverte de l'alpinisme et du massif des Ecrins avec un «4000» à la clé:**

Voici une belle façon de s'initier à l'alpinisme et de découvrir le massif des Ecrins.

Durant 5 jours nous verrons et nous pratiquerons les différentes techniques de progression et d'assurance sur chaque terrain et nous gravirons plusieurs sommets classiques du massif.

Les journées passées en altitudes permettrons aussi de bien s'acclimater.

Selon vos attentes et vos envies le séjour se terminera par l'ascension de votre premier «4000 m», la voie normale du Dôme des Ecrins, 4015 m.

Dates et durée:

5 journées, tout l'été, selon les conditions du moment.

Niveau technique et physique:

Niveau débutant ou ayant déjà une première expérience de l'alpinisme. Etre entraîné et en bonne forme physique et capable de marcher plusieurs heures en montagne.

Matériel:

Vêtements adaptés à l'escalade et à l'alpinisme en haute montagne, chaussures cramponnables, sac à dos de 30/35 litres.

Baudrier, casque, piolet et crampons, (chaussons d'escalade confortables). Prêts possible.

Hébergement:

4 nuits en refuge et en gîte en 1/2 pension.

Tarif et engagement:

Prix: 1400€, 4 personnes maximum. CGV: www.versant-montagne.com

Bibliographie et cartographie:

Carte IGN TOP 25: 3436 ET Meije/pelvoux

Guide du Haut Dauphiné, Massif des Ecrins Tome 2, François Labande

Contact et réservation:

Mathis MORATTEL Aspirant Guide de haute montagne

Résidence Plein Sud 38350 La Morte

06 42 11 49 27

mathis.morattel@gmail.com et www.versant-montagne.com

**Programme:****1° jour**

Rendez-vous à Ailefroide en début de matinée.

Montée au refuge du Sélé depuis la Ailefroide en matinée.

Après-midi: premiers contact avec le glacier, école de glace, bases du cramponnage et des encordements.

Nuit au Sélé.

Dénivelé: + 1200 m.

2° jour

Col du Sélé 3283 m. Ascension du glacier du Sélé conduisant facilement au col du même nom.

Descente dans la vallée.

Nuit en gîte à Ailefroide.

Dénivelé: +700 m et -1800 m.

Difficulté: Facile.

3° jour

Matinée en école d'escalade vers Ailefroide, techniques d'escalade et manœuvres de cordes.

Dans l'après-midi montée au refuge du Glacier Blanc.

Nuit au glacier Blanc.

Dénivelé: +700 m.

4° jour

Soit: Pic du Glacier Blanc 3527 m. Voie normale facile le long d'une belle arête.

Soit: Pic de Neige Cordier 3613 m. Voie facile également et très beau belvédère.

Descente et remontée au refuge des Ecrins.

Nuit au refuge.

Dénivelé: +1200 m environ.

Difficulté: Facile.

5° jour

Ascension du Dôme des Ecrins 4015 m. Voie normale très classique de la face Nord. Très bel itinéraire entièrement glaciaire mais malheureusement exposé aux chutes de séracs. Si les conditions ne sont pas bonnes nous ferons un autre sommet.

Descente dans la vallée en fin d'après midi.

Dénivelé: +900 m et -2200 m.

Difficulté: Facile.