

Stage cascades de glace



Si au cœur de l'hiver, les biceps vous démangent et vos mollets trépignent d'impatience, venez nous rejoindre dans le monde fantastique de la cascade de glace.

Essayez-vous ou perfectionnez-vous aux piolets traction avec nos guides sauveteurs qui brûlent d'impatience de partager avec vous ces moments intenses et ces escalades givrées sur les glaces du Briançonnais.

Situation géographique : **Vallon du Fournel - Ceillac ... Hautes Alpes**

Les dates : du mercredi **3 février** au samedi **6 février 2010**

Programme :

- 1^{er} jour - **Moulinette, remise à niveau et évaluation des potentiels**
- 2^{ème} jour - **Escalade avec difficultés progressives**
- 3^{ème} jour - **Grandes voies ou approche de l'escalade en tête**
- 4^{ème} jour - **Plus difficile encore ! ou s'essayer au dry tooling !**

Attention : 12 places disponibles !!!

Logistique :

Logement en gîte ou refuge - pension complète (repas froid le midi) . Tarif : 50 € / jour (encadrement compris)

Matériel :

- matériel de ski de randonnée (ou raquettes)
- matériel de progression en glace
- possibilité de se faire prêter piolets et crampons

Contact et responsable de stage :

Rico Mesnier..... « eric.mesnier@neuf.fr »

ASSOCIATION NATIONALE DES MEDECINS ET SAUVETEURS EN MONTAGNE
Inscriptions et renseignements sur le site : www.secours-montagne.fr