

SKI DE RANDONNÉE AUTOUR DU SIMPLON

Nous vous proposons une immersion exceptionnelle dans un haut lieu de montagne.

En Suisse, au coeur du Valais, l'hospice Napoléon situé au col du Simplon à 2008 m d'altitude semble être resté hors du temps et constitue un point de départ majeur pour un long week-end de découverte du ski de randonnée. Hébergés dans la tradition d'une hospitalité chaleureuse qui règne dans cette grande bâtisse, vous vivrez une semaine de tranquillité rare.

Le séjour se déroule en étoile autour de l'hospice du Simplon. Chaque jour nous visiterons un sommet différent. Le programme sera organisé en fonction des critères suivants : attentes et niveau des participants, progression dans l'effort (dénivelé), conditions météorologiques et nivologiques. Le guide vous conseillera et cherchera toujours à optimiser votre séjour. En point d'orgue l'ascension du Breithorn couronnera ce week-end de ski de randonnée hors du temps.

ITINÉRAIRE

Jour 01 Randonnée de mise en jambe et installation à l'hospice du Simplon

Après avoir rejoint en véhicule personnel le col du Simplon (150km - 2h30, depuis Chamonix), nous partirons pour un petit sommet de mise en jambe, le Staldhorn à 2462 m, qui sera l'occasion d'une vérification du matériel et pour certains d'une découverte des techniques du ski de randonnée.

Dénivellation + : Environ 550 m

Dénivellation - : Environ 550 m

Altitude Max : 2462 m

Hébergement : Hospice du Simplon.

Heures de marche : 3h à 4h

Jour 02 Ascension du Spitzhorli 2737 m

Départ de l'hospice pour la classique du lieu : le Spitzhorli (2737 m). Une montée progressive et des pentes peu raides, l'occasion de parfaire sa technique de conversion et de descente en toutes neiges. Nous en profiterons également pour travailler les exercices de secours à l'aide des DVA.

Dénivellation + : Environ 750 m

Dénivellation - : Environ 750 m

Altitude Max : 2737 m

Hébergement : Hospice du Simplon.

Heures de marche : 5 à 6h

Jour 03 Ascension du Galehorn 2797 m

Départ de l'hospice en voiture pour le hameau de Nideralp à 3km. Avec le sommet du jour, le Galehorn à 2797m, nous partons pour une belle journée à skis et découvrons une petite vallée glaciaire avec des lacs (Sirwoltensee) enfouis sous la neige, un cheminement plus tortueux et un final un peu plus raide. Nous serons au coeur de ces montagnes du Simplon.

Dénivellation + : Environ 1100 m

Dénivellation - : Environ 1100 m

Altitude Max : 2797 m
Hébergement : Hospice du Simplon.
Heures de marche : 7h à 8h

Jour 04 Ascension du Breithorn du Simplon 3438m

Un beau final pour ce stage : ascension du Breithorn du Simplon à 3438m, skis aux pieds.
Départ à skis de l'hospice tôt le matin par de belles pentes. Un petit passage délicat, un glacier facile puis un immense col, le Breithornpass, et après 5 heures de montée nous voici arrivés sur ce beau et grand sommet alpin. Descente par le même itinéraire.
Fin de votre stage dans l'après-midi.

Dénivellation + : Environ 1500 m
Dénivellation - : Environ 1500 m
Altitude Max : 3438 m
Heures de marche : 8h à 9h

Important :

Ce programme peut être modifié sur décision du guide si les conditions de la montagne, la météo ou la condition physique des participants le nécessitent et dans un souci de sécurité.

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

DATES & PRIX

Du	Au	Prix TTC par pers.	Départ assuré
05/03/2020	08/03/2020	645 €	OUI
12/03/2020	15/03/2020	645 €	
19/03/2020	22/03/2020	645 €	OUI
26/03/2020	29/03/2020	645 €	OUI
02/04/2020	05/04/2020	645 €	
09/04/2020	12/04/2020	645 €	
16/04/2020	19/04/2020	645 €	OUI
23/04/2020	26/04/2020	645 €	
30/04/2020	03/05/2020	645 €	

Code voyage : SRSIMP

Le prix comprend

L'acompte de 30% est à verser au moment de l'inscription, le solde du séjour devra être réglé à 30 jours du départ.

- L'organisation technique du stage et l'accueil des stagiaires par le guide.
- L'encadrement par un guide de haute montagne.
- L'hébergement en demi-pension à l'hospice (chambre, douches, salle pour sécher les affaires) du jour 1 au soir au jour 4 au matin.
- Les pique-niques des jours 1 à 4.
- Matériel de sécurité : DVA (piles non fournies), pelle et sonde

Le prix ne comprend pas

- Le matériel technique individuel (chaussures de ski de randonnée, skis de randonnée, peaux, couteaux, crampons légers).
- Piles pour le DVA (4 piles LR03 AAA)
- Les boissons et toutes dépenses d'ordre personnel.
- Le trajet pour le col du Simplon et les déplacements depuis l'hospice (prévoir des pneus hiver et une paire de chaînes adaptées)
- L'assurance multirisques/annulation : recherche, secours par hélicoptère et rapatriement obligatoires en Suisse.
- Les vivres de course : barres de céréales, fruits, barres chocolatées, etc...
- Les frais d'inscription

À payer sur place

- Les boissons et toutes dépenses d'ordre personnel.

Assurance

Nous pouvons vous proposer nos 3 formules possibles:

- Assurance Annulation à 3% du prix de votre séjour : pour tout accident ou maladie, licenciement, mutation ou évènement survenant avant votre départ et vous empêchant de pouvoir effectuer le séjour.
- Assurance Multirisques à 4% du prix de votre séjour : elle reprend la partie "annulation" ci-dessus et vous couvre aussi durant tout votre séjour en frais de recherche et secours ainsi qu'en hospitalisation, rapatriement, remboursement de frais médicaux, etc...
- Assurance rapatriement à 2% du prix du séjour : prise en charge des frais de recherche et de secours en montagne, assistance en cas de maladie, blessure au cours du voyage.

Si vous ne souhaitez pas souscrire à notre assurance vous devez impérativement nous renvoyer la décharge d'assurance envoyée avec votre confirmation d'inscription.

Si vous choisissez d'autres contrats d'assurance et d'assistance, nous vous invitons à vérifier notamment que la couverture recherche-secours est adaptée : zone de couverture, montant, risques couverts. Pour information, un montant minimal de 15 000 € est recommandé en couverture recherche-secours. Les cartes de crédit offrent peu ou pas ce type de garantie.

ÉQUIPEMENT

Équipement fourni

- Le matériel collectif (cordes) est fourni.
- Au refuge des chaussons sont à votre disposition.
- Couvertures et couettes sont fournies en refuge : pensez à prévoir le drap-sac pour des questions d'hygiène.
- Le matériel de sécurité individuel (DVA piles non fournies, pelle, sonde) : merci de signaler à l'agence si vous possédez le vôtre.

Matériel en location

Nous vous renseignons sur la location du matériel technique sur Chamonix :

- Skis de randonnée
- Chaussures pour skis de randonnées
- Matériel skis de randonnées: peaux de phoques, couteaux
- Bâtons
- Piolet

- Crampons
- Baudrier
- Raquettes
- Sac à dos
- Frontale

Si votre stage a lieu en dehors de la vallée de Chamonix, ou si le rendez-vous n'est pas donné sur Chamonix, alors il faudra vous présenter au séjour avec votre matériel ou trouver à le louer sur place.

Matériel technique

SKIS :

- 1 paire de skis de randonnées légers avec leurs fixations adaptées ainsi qu'un frein ou des lanières de sécurité, et fartés.
- 1 paire de chaussures de ski de randonnée à semelles VIBRAM
- 1 paire de peaux de phoques autocollantes adaptées aux skis
- Couteaux adaptés aux fixations
- Bâtons à rondelle large

AUTRES :

- Matériels de sécurité : DVA, pelle, sonde
- Crampons avec système 'Antibott'
- Baudrier et mousquetons à vis (pas de location possible pour le mousqueton)
- Couverture de survie
- 1 lampe frontale avec piles recharge
- Couteau de poche
- Thermos et gourde

LE TOUT DOIT ETRE EN PARFAIT ETAT AU PREMIER JOUR DU STAGE.

Équipement personnel

EQUIPEMENT PERSONNEL

TETE :

- Bonnet windstopper
- Chapeau ou casquette
- Foulard et/ou tour du cou 'buff'
- Crème solaire (indice très haute protection) et stick labial
- Lunettes de glacier catégorie 4 + masque de ski

HAUT DU CORPS :

- 2 sous-vêtements techniques respirant à manches longues type 'Carline' (pas de coton qui sèche trop lentement)
- 1 sous-pull technique et respirant
- 1 veste polaire épaisse
- 1 veste ou gilet en duvet
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 paire de moufles (polaire ou laine) windstopper
- 1 paire de gants (polaire ou laine) windstopper
- 1 paire de sous-gants

BAS DU CORPS :

- 1 collant technique respirant type « Carline »
- 1 pantalon de montagne confortable
- 1 pantalon coupe-vent et imperméable type Goretex
- 2 paires de chaussettes : 1 fine et 1 épaisse

AUTRES:

- 1 drap type 'sac à viande' pour les refuges
- 1 petite trousse de toilette avec 1 serviette de toilette séchage rapide

- Biafine
- Papier hygiénique + briquet
- 1 ou 2 sac plastique de 100L et un sursac pour protéger les affaires et le sac à dos
- 1 pochette étanche dans laquelle vous mettrez vos papiers d'identité, votre téléphone, votre argent et votre contrat d'assurance/assistance avec tous les numéros de téléphone d'urgence.

Bagages

- En montagne vous transporterez toutes vos affaires et votre matériel dans un sac à dos d'alpinisme de 40 litres.
- Vos affaires personnelles devant rester au gîte pourront être transportées dans un 2e sac (type sac de voyage).

Pharmacie

Votre guide disposera d'une pharmacie de première urgence.

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- médicaments habituels
- aspirine,
- double-peau/Compeed
- élastoplast
- pansements
- désinfectant local
- anti-inflammatoire
- antispasmodique
- anti-diarrhéique
- anti-vomitif
- antiseptique intestinal
- collyre
- somnifère léger
- boules Quies

Liste non-exhaustive.

INFORMATIONS PRATIQUES

Passeport

Non

Carte d'identité

A la suite de la prolongation depuis le 1er janvier 2014 de la validité de la CNI française, sans changement de date faciale sur le document, les litiges et difficultés pour les voyageurs français se multiplient.

1 - Comme indiqué dans les Procès-Verbaux des Comités Exécutifs des 5 février et 3 avril 2014, le SETO s'est saisi de la question. Les interventions du SETO auprès des autorités françaises sont en cours pour lister les difficultés, trouver des solutions et des moyens adaptés.

2 - Des accords ont été établis entre la France et certains pays pour que la CNI prolongée soit acceptée. Une liste des pays acceptant cette prolongation de la CNI est consultable sur le site du ministère français de l'Intérieur. Des documents explicatifs traduits dans les langues du pays y sont téléchargeables pour les voyageurs. Toutefois ces documents et explications ne sont pas encore totalement acceptés et reconnus dans tous les pays listés.

Dans l'attente, le SETO recommande donc à ses membres de bien veiller à ce que les clients français directs et indirects soient pleinement informés de la situation, à savoir qu'une CNI peut être refusée si la validité faciale

est périmée. En cas de doute, il est donc préférable de bien recommander le recours à un passeport valide à la place de la CNI.

Visa

Non

Coordonnées Ambassade et Consulat

Ambassade de Suisse
142, rue de Grenelle
F-75007 Paris

Tél. : +33 1 49 55 67 00

Fax : +33 1 49 55 67 67

Infos Vaccins

Non

Votre rendez-vous

Accès

Depuis Paris suivre Lausanne, puis Grand Saint Bernard et Simplon. Voir indication sur www.viamichelin.fr

En train: arrêt à Simplon Dorf, Hospiz Niederalpe, voir les horaires sur: <http://reiseauskunft.bahn.de>.

Pour aller plus loin

Bibliographie

Ski de randonnée - Haut Valais (Editions Olizane)
260 sommets des Alpes (R.Klappert - Editions Franck)
Les Alpes Valaisannes à skis (Denoël)

Carte Suisse au 1/50 000e
274 S VISP