



Compagnie des Guides de Chamonix

190 place de l'église - 74400 Chamonix – France - Tél : + 33 (0)4 50 53 00 88

www.chamonix-guides.com - e-mail : info@chamonix-guides.com

ALPINISME - STAGE ALPINISME INITIATION 5 JOURS

Durée : 5

Physique : ▲▲▲▲▲ Technique : ▲▲▲▲▲

A partir de : 1 145 €

Ce stage d'initiation et de découverte de 5 jours reprend le programme de notre stage d'[initiation de 3 jours](#), auquel nous avons ajouté deux jours supplémentaires avec nuit en refuge. Il vous garantit toujours une initiation progressive dans le cadre exceptionnel de la Vallée de Chamonix et du Massif du Mont-Blanc, mais la nuit en refuge de haute montagne vous permettra de vivre une expérience encore plus intense. C'est également l'occasion de bénéficier d'une découverte approfondie des techniques de l'alpinisme. Véritable marque de fabrique de nos stages, le ratio privilégié de 3 à 4 participants par guide permet un accompagnement personnalisé et un déroulement adaptable à vos besoins. Au programme : immersion totale, pédagogie et apprentissage, pour un stage immersif spécialement conçu pour les débutants.

Ce stage s'inscrit dans une série de stages d'alpinisme conçus pour vous accompagner, depuis vos premiers pas jusqu'à la gestion autonome de votre cordée. C'est une étape essentielle pour acquérir les bases nécessaires avant de passer aux stages "[Autonomie et Sécurité](#)", qui en sont la suite logique. Si vous préférez une découverte plus courte de l'alpinisme, notre stage d'[initiation de 3 jours](#) est fait pour vous !

Les objectifs du stage Initiation & Découverte

- Immersion totale en haute montagne
- Maîtrise des techniques de base de l'alpinisme : crampons, piolet
- Utilisation simple de la corde : nœuds élémentaires, encordement et assurage basique

ITINÉRAIRE

Jour 1

Ecole d'escalade

Journée à l'école d'escalade des Gaillands. Escalade en moulinette : nœud de huit, assurage et double check. Escalade en tête : utilisation des dégaines, mise en place de la corde au relais. *Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussons d'escalade, baudrier et casque.*

Jour 2

Ecole de glace

Journée sur la Mer de Glace. Découverte de la marche avec crampons : exercices pour se familiariser et gagner en confiance. Découverte de l'utilisation du piolet. *Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussures de haute montagne, baudrier, casque, crampons et piolet.*

Jour 3

Via Corda

Pour cette troisième journée, vous partirez pour un parcours combinant escalade courte et marche encordée. C'est le meilleur moyen de mettre en pratique ce que vous avez appris durant les deux premiers jours tout en vous familiarisant avec la marche encordée. *Matériel dont vous avez besoin pour cette journée : chaussures de haute montagne ou basket de marche, baudrier et casque.*

Jour 4

Sortie en haute montagne | Nuit au refuge Torino (3371 m)

Vous partirez pour une immersion totale en haute montagne, dans le cadre exceptionnel du Glacier du Géant et de la Vallée Blanche. Ce secteur offre un large choix de destinations, idéales pour une première expérience en haute montagne et pour découvrir l'encordement en randonnée glaciaire. La nuit au refuge Torino sera également un moment privilégié d'échange

convivial avec votre guide. Exemples de courses réalisées : Traversée de la Vallée Blanche, Col d'Entrèves. *Matériel dont vous avez besoin : chaussures de haute montagne, baudrier, casque, crampons et piolet.*

Jour 5

Sortie en haute montagne

Dernière journée pour profiter du secteur après une nuit passée à plus de 3 300 m ! Exemples de courses réalisées : Traversée de la Vallée Blanche, Col d'Entrèves. Retour à Chamonix en milieu d'après-midi. *Matériel nécessaire : chaussures de haute montagne, baudrier, casque, crampons et piolet.*

FORMULE COLLECTIVE

La formule collective associe plusieurs personnes qui ne se connaissent pas forcément. Elle permet pour un programme donné de profiter d'un tarif attractif à des dates fixes. Cette formule est idéale pour les personnes recherchant la convivialité d'un groupe.

Dates : Voir ci-dessous module de réservation en formule collective

Tarif 2025 : 1145€ par personne, base sur un minimum de 3 personnes

Mineur à partir de 16 ans uniquement accompagné d'un adulte

Ce prix comprend :

- l'encadrement par un guide de haute montagne
- la demi-pension au refuge Torino (dîner, nuit et petit-déjeuner)
- les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses mentionnées
- le déplacement aller-retour J4 & J5

Ce prix ne comprend pas :

- l'hébergement pendant le stage
- les pique-niques
- les déplacements pour vous rendre aux lieux de rendez-vous
- le matériel technique personnel

FORMULE PRIVÉE

La formule privée est la relation historique qui lie un guide à ses clients. Elle vous permet d'être seul ou en groupe constitué avec votre guide qui répond à vos besoins spécifiques. C'est incontestablement la formule idéale pour réaliser vos projets car elle vous garantit un maximum de confort. Vous êtes libres de choisir votre date de départ en fonction des places disponibles en refuge et l'itinéraire proposé peut être ajusté en fonction de vos attentes spécifiques.

Tarifs 2025 :

2 personnes : 1865 € par personne

3 personnes : 1340€ par personne

4 personnes : 1075€ par personne

Le prix comprend :

- l'encadrement par un guide de haute montagne
- la demi-pension au refuge Torino (dîner, nuit et petit-déjeuner)
- les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses mentionnées
- le déplacement aller-retour J4 & J5

Le prix ne comprend pas :

- l'hébergement pendant le stage
- les pique-niques
- les déplacements pour vous rendre aux lieux de rendez-vous
- le matériel technique personnel

INFOS PRATIQUES

Retrouvez dans cette rubrique, l'ensemble des informations concernant cette activité. Pour bien préparer votre séjour, référez-

vous aux [conseils des guides](#) qui partagent leur expertise et leurs recommandations.

Rendez-vous : Rendez-vous le premier jour à 8h30 à la Compagnie des Guides de Chamonix, 190 place de l'Eglise à Chamonix

Niveau physique : Pour sportif pratiquant une activité physique régulière. Effort pouvant aller jusqu'à 5 heures par jour

Niveau technique : Aucune expérience requise ni en alpinisme ni en escalade

Encadrement : De 3 à 4 personnes. Cette norme d'encadrement propre à la Compagnie des Guides de Chamonix vous garantit un groupe le plus homogène possible ainsi que des conseils personnalisés de qualité. *Mineur à partir de 16 ans uniquement accompagné d'un adulte*

Hébergement : Le J4 : Une nuit en demi-pension en refuge (repas du soir, petit-déjeuner et nuitée). Pour les autres nuits en vallée, bénéficiez de tarifs préférentiels auprès de nos partenaires hôteliers à Chamonix

Formalités : Assurance assistance-rapatriement obligatoire. Si vous n'êtes pas assuré, nous vous proposons une assurance « rapatriement et annulation » que vous pourrez souscrire au moment de votre inscription. Pièce d'identité obligatoire

ÉQUIPEMENT

Nous vous recommandons d'apporter un soin particulier au choix de votre matériel car il contribue grandement à la réussite de votre séjour. Le poids est déterminant ; vous devez toujours évaluer le ratio poids / confort afin de trouver un bon compromis.

Equipement

- Un sac à dos d'une contenance de 35 litres,
- Une paire de chaussons d'escalade, *louable*
- Une paire de chaussures d'alpinisme, *louable*
- Une paire de guêtres si votre pantalon le nécessite,
- Une paire de bâtons télescopique, *louable*
- Une paire de crampons avec antibottes, casque, baudrier et un piolet droit. *louable*
- Prenez le matériel technique dont vous disposez (dégaines, mousquetons, longe, système d'assurage...)

Vêtements

- Un bonnet adapté au port d'un casque,
- Un chapeau en toile ou une casquette,
- Un cache cou de type buff,
- Un sous-vêtement à manches longues de type « Micro-Fibre »,
- Une polaire,
- Une veste imperméable avec capuche de type « Gore Tex », *louable*
- Une doudoune d'appoint,
- Un collant,
- Un pantalon pour la haute montagne estivale (pas de pantalon de ski),
- Un sur-pantalon étanche de type « Gore Tex », *louable*
- Une paire de chaussettes spécialement dédiées à la marche,
- Une paire de gants de ski,
- Une paire de gants en cuir ou en fourrure polaire,
- Des vêtements de rechange à votre appréciation.

Accessoires

- Une paire de lunettes de catégorie 4,
- Une lampe frontale avec piles de rechange,
- Un drap sac,
- Une paire de chaussons pour le refuge
- Une gourde d'au moins 1.5 L,
- Une mini-pharmacie individuelle avec au moins crème solaire, stick à lèvres, boules Quiès, kit ampoules et médicaments contre la nausée,
- Un plastique étanche contenant votre pièce d'identité et des Euros.

Nos Partenaires Location : Possibilité de louer votre matériel à des tarifs préférentiels auprès de nos magasins partenaires [Millet](#) (hors crampons, piolets, casque), [Ravanel & Co](#), [Sanglard Sports & Concept Pro Shop](#)

Nos Partenaires Equipement : [Millet](#), [Dynastar](#), [Julbo](#), [Grivel & Monnet](#)

