



# 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](http://www.chamonix-guides.com) - e-mail : [info@chamonix-guides.com](mailto:info@chamonix-guides.com)

## ALPINISME - STAGE AUTONOMIE & SÉCURITÉ - NIVEAU 1

Durée : 4

Physique : ▲▲▲▲▲ Technique : ▲▲▲▲▲

A partir de : 945 €

**Nos stages Autonomie & Sécurité ont pour objectif de vous permettre de réaliser des ascensions en toute autonomie.**

Véritable marque de fabrique de nos stages, le ratio privilégié de 3 à 4 participants par guide vous assure un accompagnement personnalisé et un programme entièrement adaptable à vos besoins. Ces stages s'adressent aux personnes souhaitant progresser étape par étape, dans une démarche axée sur l'apprentissage et l'autonomie. Ils incluent toujours au moins une nuit en refuge, vous permettant de profiter pleinement de l'ambiance des lieux et de moments d'échange privilégiés.

**Notre stage Autonomie & Sécurité - niveau 1** est focalisé sur les ascensions en terrain glaciaire. Après deux jours consacrés à la consolidation de vos compétences en école d'escalade et en école de glace, vous partirez pour le refuge Albert ler et le Glacier du Tour. Ce stage constitue la suite logique de notre [stage d'initiation de 5 jours](#). L'inscription requiert des prérequis indispensables pour garantir un développement optimal de vos compétences : vous devez maîtriser les techniques d'assurage en école d'escalade et avoir déjà réalisé au moins deux courses avec crampons.

**Les objectifs du stage Autonomie & Sécurité - niveau 1**

- Consolidation de vos compétences en école d'escalade et en école de glace
- Maîtrise des fondamentaux de sécurité sur glacier : encordement, assurage et secours en crevasse

## ITINÉRAIRE

### Jour 1

#### École d'escalade en vallée

Journée à l'école d'escalade des Gaillands. Révision des fondamentaux de l'encordement et de l'assurage, avec apprentissage de l'assurage dynamique et des techniques de rappel. Nuit en vallée.

### Jour 2

#### École de glace

Journée sur le Glacier d'Argentière. Révision des fondamentaux du cramponnage et de l'utilisation du piolet, avec perfectionnement en terrain raide. Apprentissage des bases de l'encordement et des techniques de secours en crevasse. Nuit en vallée.

### Jour 3

#### École de neige | Nuit au refuge Albert ler

Consolidation des techniques d'encordement sur glacier et apprentissage des techniques pour enrayer une glissade sur neige. Montée au refuge Albert ler (2 702 m) et nuit sur place.

*Dénivelé positif : 500m*

### Jour 4

#### Ascension au départ du refuge Albert ler

Course dans le bassin du Glacier du Tour, axée sur la progression sur glacier. Retour en vallée en milieu d'après-midi. Exemples de courses réalisées : Petite Fourche (3 520 m), Tête Blanche (3 429 m).

*Dénivelé positif : 800m / Dénivelé négatif : 1300m*

## 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 :** 945€ par personne sur la base de 3 participants minimum  
*Inscription possible à partir de 18 ans*

Ce prix comprend :

- l'encadrement par un guide de haute montagne
- ½ pension en refuge (repas du soir, petit-déjeuner et nuitée) - Jour 3
- les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses mentionnées

Ce prix ne comprend pas :

- l'hébergement en vallée 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 : 1610€ par personne

3 personnes : 1165€ par personne

4 personnes : 940€ par personne

Le prix comprend :

- l'encadrement par un guide de haute montagne
- ½ pension en refuge (repas du soir, petit-déjeuner et nuitée) - Jour 3
- les remontées mécaniques nécessaires à la réalisation des courses mentionnées

Le prix ne comprend pas :

- l'hébergement en vallée 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 d'endurance régulière. Effort pouvant aller jusqu'à 7 heures par jour

**Niveau technique :** Il est nécessaire d'avoir une expérience préalable en alpinisme

**Prérequis nécessaires :** Je maîtrise les techniques d'assurage en école d'escalade (intérieur ou extérieur) : encordement, utilisation du système d'assurage et j'ai déjà réalisé au moins deux courses avec crampons

**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

Inscription possible à partir de 18 ans

**Hébergement :** Une nuit en demi-pension en refuge (repas du soir, petit-déjeuner et nuitée)

**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*
- Crampons avec antibottes, casque, baudrier et un piolet droit, *louable*
- Matériel technique obligatoire : 1 [longe double](#), 1 [mousqueton à vis directionnel](#), 1 [système d'assurage réservable](#) avec mousqueton à vis, 2 broches de 13cm avec mousqueton simple, 2 sangles de 120cm avec mousqueton simple, une poulie [Micro Traction](#) avec mousqueton à vis, 1 système [Tibloc](#) avec mousqueton à vis, 1 Prussik de 50cm mini avec mousqueton à vis

### 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 »,
- Une doudoune d'appoint,
- Un collant,
- Un pantalon pour la haute montagne estivale
- Un sur-pantalon étanche de type « Gore Tex », *louable*
- Une paire de chaussettes spécialement dédiées à la marche,
- Une paire de gants de ski, *louable*
- Une paire de gants en cuir ou en fourrure polaire,
- Des vêtements de rechange à votre appréciation.

### Accessoires

- Une paire de lunette de catégorie 4
- Une lampe frontale avec piles de rechange
- Un drap sac
- 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](#), [Ravanel & Co](#), [Sanglard Sports](#) & [Concept Pro Shop](#)

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