

# STAGE RANDO A SKIS

du 1 au 4 mars 2026

431€/jour\* pour 6 personnes

Date limite d'inscription: 15 février 2026



Ce séjour est conçu pour faire l'expérience d'une randonnée en itinérance. Il s'adresse à des randonneurs initiés. L'accent sera mis sur la sécurité, la convivialité et l'authenticité de l'expérience en haute montagne. Il se déroulera autour du col du Grand St Bernard et ses secteurs environnants, d'une durée de 4 jours, avec trois nuits en refuge (environ 90€/nuit/personne non compris dans le tarif\*).

Ce séjour, pour 6 personnes, sera encadré par un guide de haute montagne UIAGM.

Chaque participant devra posséder ou louer son matériel (baudrier-pelle-sonde-DVA) de randonnée.

Le matériel de sécurité pourra être prêté par le comité départemental de ski du Finistère ou par le guide.

Chacun devra rejoindre Passy par ses propres moyens et gérer son hébergement en dehors des nuits en refuge.



Après l'effort...



la récompense...



...et le réconfort.

Le stage est encadré par Pascal Frérot, guide de haute montagne, sur une proposition du ski club « Monts d'Arrée Glisse » (<https://montsdarreeglisse.clubffs.fr>), du Comité de Ski de Bretagne-Pays de la Loire (CSBPL), affilié à la Fédération Française de Ski (<http://www.ffs.fr>) et subventionné par le département du Finistère.

Pour tous renseignements: [montsdarreeglisse@gmail.com](mailto:montsdarreeglisse@gmail.com) (ou tél: 06 73 32 02 74)



## Bulletin d'inscription au stage Rando à ski du 1 au 4 mars 2026.

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

.....

.....

Tél. fixe : .....

Tél. portable : .....

Adresse mail : .....

possède son matériel de sécurité (DVA-pelle-sonde) : oui\* non\*

désire prendre une licence (76.40€) : oui\* non\*

### bulletin d'inscription à renvoyer avant le 15/02/2026 à :

Monts d'Arrée Glisse

Kerborc'hel

29280 PLOUZANE

ou :

[montsdarreeglisse@gmail.com](mailto:montsdarreeglisse@gmail.com)

### Et accompagné de:

287€ /Personne (363.40€ avec licence),  
solde à la fin du stage (selon le nombre de personnes)

- par chèques vacances (supplément +2.5%)
- par chèque bancaire à l'ordre de « Monts d'Arrée Glisse »
- par virement, demandez le RIB de l'association



\*: entourer la réponse

**Bulletin d'inscription au stage Rando à ski  
du 1 au 4 mars 2026.**

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

.....

.....

Tél. fixe : .....

Tél. portable : .....

Adresse mail : .....

possède son matériel de sécurité (DVA-pelle-sonde) : oui\*    non\*

désire prendre une licence (76.40€) : oui\*    non\*

**bulletin d'inscription à renvoyer avant le 15/02/2026 à :**

Monts d'Arrée Glisse

Kerborc'hel

29280 PLOUZANE

ou :

[montsdarreeglisse@gmail.com](mailto:montsdarreeglisse@gmail.com)

Et accompagné de:

287€ /Personne (363.40€ avec licence),  
solde à la fin du stage (selon le nombre de personnes)

- par chèques vacances (supplément +2.5%)
- par chèque bancaire à l'ordre de « Monts d'Arrée Glisse »
- par virement, demandez le RIB de l'association

\*: entourer la réponse

Stage de randonnée à ski 2026

Durée : 4 jours, avec trois nuits en refuge

Localisation : Grand St Bernard et secteurs environnants

Nombre de participants : 6 personnes

Tarif : 431 € par jour pour l'ensemble du groupe (6 personnes)

Dates: Du 1 au 4 mars

**Objectifs du Séjour**

- Découverte du ski de randonnée et immersion en milieu montagnard hivernal.
- Apprentissage et perfectionnement des techniques de montée et de descente en ski de randonnée.
- Sensibilisation à la sécurité en montagne (notamment gestion du risque d'avalanche et utilisation du matériel de secours).
- Nuit en refuge pour vivre une expérience authentique en altitude et renforcer l'esprit de groupe.

**Organisation et Logistique**

Programme en étoile :

- Nous privilégierons des sorties en étoile autour de la vallée de Chamonix pour adapter chaque jour le programme en fonction des conditions de neige et de la météo, offrant ainsi flexibilité et sécurité maximales.

**Nuit en refuge (environ 90€/pers)**

- trois nuits sont prévues en refuge de montagne pour découvrir le confort authentique des refuges et partager un moment convivial en groupe dans un cadre naturel exceptionnel.

**Matériel de Base Nécessaire**

Matériel Personnel de Ski de Randonnée

Chaque participant doit être équipé du matériel de base suivant::

- Skis de randonnée avec fixations adaptées, peaux de phoque et couteaux.
- Chaussures de ski de randonnée, offrant confort pour la marche et maintien pour la descente.
- Bâtons de ski ajustables, pour s'adapter aux dénivelés variés.
- Sac à dos de randonnée (volume recommandé : 30-40 litres) pour transporter le matériel de sécurité, les vêtements de rechange et les provisions.

**Équipement de Sécurité Obligatoire**

Pour garantir la sécurité en terrain enneigé, chaque participant doit disposer de :

- DVA (DéTECTEUR de VICTIMES d'Avalanche) en parfait état de marche (à vérifier avant chaque sortie).
- Pelle et sonde pour les interventions de secours en cas d'avalanche.
- Casque de ski (recommandé) pour la protection en descente et dans les zones exposées.

**Vêtements Techniques et Accessoires**

- Vêtements thermiques (couche de base respirante, polaire ou couche intermédiaire).
- Veste et pantalon de ski imperméables et coupe-vent (Gore-Tex ou équivalent).
- Gants et bonnet chauds, adaptés au ski de randonnée.
- Masque de ski et lunettes de soleil avec protection UV (indice de protection élevé pour la réverbération en altitude).
- Crème solaire et baume à lèvres pour se protéger des UV en haute montagne.

**Provisions et Hydratation**

- Gourde ou thermos d'une capacité d'environ 1 litre, avec possibilité d'y mettre une boisson chaude.
- Snacks énergétiques (barres de céréales, fruits secs, etc.) pour les pauses durant les ascensions.

