



## INSCRIPTION

Les inscriptions se font en ligne du 15 mars au 9 mai via le lien suivant: <http://urlz.fr/4VKE>

Afin de finaliser votre inscription et de la rendre effective, nous vous invitons à compléter le formulaire suivant : <http://urlz.fr/4VWW>

Renseignements : [gp-alpinisme@ffcam38.com](mailto:gp-alpinisme@ffcam38.com)

## MATÉRIEL

Une fois votre inscription finalisée une liste de matériel vous sera envoyé en fonction du parcours choisi

Les parcours se déroulent dans un environnement montagnard non aménagé.

Il est important que chaque participant dispose de matériel adapté au milieu : chaussures cramponnables, vêtements chauds, gants, bonnet, crème solaire, lunettes de soleil, pique-nique, eau.



Grand Parcours Alpinisme  
La Bérarde - 20 et 21 mai 2017

Le rassemblement  
des amateurs de montagne

*L'esprit Club Alpin*

### 3 Parcours

Découverte  
Progression  
Autonomie

[www.ffcam38.com](http://www.ffcam38.com)





## 3 NIVEAUX 2 PARCOURS

Découverte

Perfectionnement

Autonomie



**Neige et Glace** : Ateliers en terrain neige et glace : techniques de progression sur glacier et en pente de neige, marche en crampons, techniques de glissades avec piolet, encordement, secours en crevasse



**Rocher** : Ateliers de progression en terrain d'aventure et grande voie montagne : encordement, pose de coinces, assurage, technique de rappel, remontée sur corde

Le Grand Parcours est une occasion exceptionnelle de découvrir l'activité ou de perfectionner sa technique en alpinisme.

Le **parcours découverte** est ouvert aux débutants ayant réalisé entre 0 et 4 sorties en haute montagne. Les **parcours perfectionnement** et autonomie sont fait pour les pratiquants qui souhaitent progresser et apprendre de nouvelles techniques.

## Programme

### Samedi 20 mai

**8h** : Accueil des participants à la salle des fêtes de la Bérarde

**9h - 15h** : Parcours à thèmes (Neige/Glace ou Rocher) : Ateliers et montée au refuge.

**16h - 17h** : Préparation de l'itinéraire avec les encadrants - découverte de la vie de Gardien

**19h** : Repas traditionnel au refuge

### Dimanche 21 mai

**4h - 5h** : Réveil et petit déjeuner (Parcours Rocher: réveil 7h)

**5h - 14h30** : Course d'application au départ des différents refuges : Traversée du col du replat, tête de la maye, arête des papillons....

--- Centre Alpin de la Bérarde ---

**15h** : Ravitaillement et concert «Drôle de Swing»

**16h** : Tombola



## Tarifs

Les parcours sont réalisés en groupes et encadrés par des guides et initiateurs compétents et passionnés.

**Tarif jeune**  
[ - 25 ans ]:

**65 Euros**

**Plein tarif : 85 Euros**

**Le tarif comprend** : l'encadrement des 2 jours, la demi pension en refuge, un ticket pour la tombola du dimanche  
Le paiement se fait en ligne lors de l'inscription

*L'Esprit Club Alpin*