

Ski à la journée dans le Mercantour.



Idée de sortie: Ce ne sont que des idées nous nous adapterons a votre niveau et aux conditions. Vous pouvez aussi demander à la carte la rando que vous souhaitez. Tous les dénivelé s'entendent en dénivellation a la montée, la descente n'est pas incluse.

Niveau débutant: Dénivelés modérés le pré requis est juste avoir une bonne condition physique et un niveau de ski sur piste rouge/noir en station. Groupe jusqu'à 8 skieurs.

- La Combe des Garrets au départ d'Estenc. 500m de dénivelé Joli bois a Skier idéal pour une première.
- Cime de Piagu (2338m) au départ du Boréon, St Martin Vésubie. 700m de dénivelé.
- Tête Vinaigre (2394m) depuis le Pra , Tinée. 700m de dénivelé.
- Mt Aunos (2563m) au départ de St Dalmas le Sauvage. 1050m de dénivelé.

-La Gypiere (2626m) au départ d'Estenc.700m de dénivélé.

Niveau intermédiaire:Les montées se font un peu plus longues, il faut savoir faire des conversions et nous utiliserons les couteaux voir même parfois les crampons. Descentes abordables pour de bons skieurs , pentes a 35° maximum. Groupe jusqu'à 6 skieurs.

-Col de Sanguiniere + col Rond (2758m) au départ d'Estenc. 900M de dénivélé.

-Tête du Lac (2676m) avec descente sur Aiglière. 1000M de dénivélé.

-Mont Pelat (3052m) en A-R ou par Grande Cayolle au départ d'Estenc ou du Col de la Cayolle. De 1300 a 1800m de dénivéléée selon départ et itinéraire.

-Gelas (3143m) en A-R par couloir Est (à pied) au départ de la Madone de Fenestre, Vésubie. De 1100 a 1600m de dénivélé selon l'ouverture de la route de la Madone de Fenestre.

-Tour du Malinvern au départ d 'Isola 2000, 1300m de dénivéléée.

-Baisse Margot via Cime Agnel (2927m) et retour par Col de Fenestre. Départ du refuge de la Cougourde. 1600M de dénivélé

Niveau expert:Dénivelés peuvent être important (plus de 1500m) et les descentes plus raides voir très raides ou la chute est interdite. Utilisations de piolet, crampons et corde. Pour des skieurs expérimentés au ski en pentes raides et grosse condition physique. Groupe de 2 ou 3 skieurs maximum.

-Mt Pelat (3052m) avec descente par les couloirs Nord ou Est. 1400M de dénivéléée.

-Gelas avec descente Couloir des Italiens au départ et retour sur la Madone de Fenestre.1700m de dénivélé.

-Malédie (3059m), depuis la Gordolasque. 1400M de dénivélé.

-Cimet (3020m) avec descente Face Nord ou couloir du Paris-Saigong au départ du Col de la Cayolle. 1000m de dénivélé.

-Poncet (2828m) , montée par la Diagonale et retour par la Diagonale ou versant Sud. Départ de la Madone de Fenestre, Vésubie. 1000 à 1500m de dénivélé selon la route.

-Malinvern (2938m) et descente par un de ses nombreux couloir au départ d'Isola 2000. 1000m de dénivéléée.

-Argentera (3297m) A-R par le couloir Lourousa.



Matériel:

- Skis avec fixation de randonnée (low tech conseillée).
- Chaussures de ski de randonnée.(attention a la compatibilité avec les fixations Low Tech).
- Peaux de Phoques adapté a vos ski (taillée sur mesure).
- Bâtons de ski avec grosse rondelles, bâtons classiques mieux que des réglables.
- ARVA- PELLE-SONDE (possibilité de prêt).
- Couteaux (crampons) à ski.
- Sac 30litres avec système porte ski.
- Pantalon ski pas trop chaud éventuellement avec un collant les jours de grand froid.
- 4 couches pour le haut du corps (T-shirt respirant, petite polaire, couche thermique ou Softshell et une veste coupe vent et étanche type Gore Tex).
- 2 paires de gants (1 fine pour la montée et une bonne paire de gants chaud pour la descente ou en cas de grand froid).
- Lunettes de soleil et un masque de ski en cas de mauvais temps.
- Bonnet + Buff ou cache col, casquette.
- Crème solaire.
- Bouteille ou thermos de 1l (problème de gel avec les Camelbags).
- Pic nique.

Selon la sortie et le niveau on peut ajouter:

- Crampons léger (aluminium accepté si les conditions de neige sont bonnes).
- piolet
- boudrier avec 1 mousquetons à vis.
- casque...

Infos , réservations et encadrement:

Basile Ferran

Tel:06 31 83 56 08

info@azur-mountain-guides.com

