

# TOP GUIDE



## ÉCOLES D'ALPINISME ÉCRINS 14 SITES

VILLAGES D'ALPINISME DES ÉCRINS

LA GRAVE | VILLAR D'ARÈNE | LE MONÉTIER-LES-BAINS | VALLOUISE-PELVOUX  
LA CHAPELLE-EN-VALGAUDEMAR | VALJOUFFREY | SAINT-CHRISTOPHE-EN-OISANS



## ÉCOLES D'ALPINISME VILLAGES D'ALPINISME DES ÉCRINS

Le massif des Écrins est le plus vaste terrain de jeu de l'alpinisme en France. Ce massif compte 150 sommets de plus de 3 000 m et deux de plus de 4 000 m, de nombreux glaciers, des refuges mythiques. L'histoire de la discipline s'est écrite dans les Écrins, entre Isère et Hautes-Alpes. C'est là-haut que l'on vous invite à vous initier ou à perfectionner votre pratique, en marchant dans les pas des grands noms de l'alpinisme.

Pour ce faire, des guides de haute montagne locaux ont sélectionné 14 sites équipés pour l'apprentissage et l'enseignement de l'alpinisme. Autant de sites école présentés dans un topo-guide d'un genre nouveau, qui permet de s'aguerrir aux différentes techniques et variétés des terrains de l'alpinisme. Un ouvrage pour aller plus loin, qui ne manque pas de sensibiliser le lecteur à la fragilité d'un milieu naturel d'exception.

Ces sites sont tous accessibles depuis les villages d'alpinisme. Sept hauts lieux des Écrins, des lieux de vie et de rencontres, qui feront d'excellents camps de base pour vos prochaines courses.

Ce livret a été élaboré en collaboration avec la compagnie des guides Oisans-Écrins ainsi que les bureaux des guides des villages d'alpinisme (bureaux des guides de la Bérarde Meije Écrins, Mont-Aiguille, La Grave, Serre Chevalier, bureau des guides des Écrins et Champsaur Valgaudemar),



Glacier Blanc, Vallouise-Pelvoux

- 04 RECOMMANDATIONS  
ET ENCADREMENTS
- 06 CONCEPT ÉCOLES  
D'ALPINISME ET CATÉGORIES
- 08 PARC NATIONAL DES ÉCRINS
- 11 SAINT-CHRISTOPHE-EN-OISANS  
– Blocs de la Bérarde  
– Tête de la Maye
- 17 VALJOUFFREY  
– Cascade de la Pisse  
– Blocs du Désert
- 23 LA GRAVE  
– Arête des Fréaux  
– Les Balmes  
– Arête de Peyrou d'Amont
- 31 VILLAR D'ARÈNE  
– Site d'Arsine  
– Arête de Pierre Aiguille
- 37 LE MONËTIER-LES-BAINS  
– Blocs du Casset  
– Le Pantalon
- 43 VALLOUISE-PELVOUX  
– Parcours de blocs d'Ailefroide  
– Arête au Pic des Aupillous
- 49 LA CHAPELLE-EN-VALGAUDEMAR  
– Voie Normale du Sirac



# Recommandations et encadrements

Les sites à vocation d'enseignement de l'alpinisme présentés dans ce livret sont une invitation à devenir alpiniste, à rechercher le plaisir plutôt que la performance, l'émerveillement plutôt que la banalité, le cheminement dans la montagne plutôt que le sommet à tout prix. Mais pour cela, il faut apprendre, s'exercer, maîtriser les fondamentaux, doser son engagement. Au final, mesurer ce que l'on est capable de faire, apprivoiser et respecter ce milieu spécifique et surtout pratiquer en toute quiétude.

## UNE MONTAGNE D'A PRIORI ?

**Parcourir les itinéraires sélectionnés dans ce livret vous permettra – sans en faire une montagne – de lever un à un les *a priori* que l'on peut avoir sur l'alpinisme. Ainsi, je m'exerce seul ou encadré puis petit à petit, je deviens autonome.**

## La pratique de l'alpinisme est risquée.

Elle l'est, mais je peux apprendre à limiter le risque, me protéger et acquérir le bon sens montagnard.

## La corde un outil parfois dangereux.

Je peux apprendre à faire une cordée. Bien utiliser une corde est à la portée de tous.

## Il est facile de se perdre en montagne.

Je peux apprendre à lire le terrain, utiliser un topo, développer mon sens de l'itinéraire.

## La haute montagne est inaccessible.

Si j'ai le déclic, je vais accéder à cet univers et le comprendre.

## La pratique de l'alpinisme abîme le milieu fragile de la haute montagne.

J'apprends les bonnes pratiques, à vivre avec les autres êtres vivants et je suis soucieux de laisser le moins de traces possible.

## UNE MONTAGNE DE PRÉCAUTIONS ?

**Envisager les parcours école présentés dans ce livret nécessite des précautions et cela dans plusieurs domaines. En effet, s'engager sur ces parcours ne se fait pas comme pour une simple randonnée pédestre.**

Si vous êtes débutant et sans aucune expérience, il est préférable d'être encadré, soit au sein d'un club de montagne, soit en engageant un professionnel. Le professionnel choisira un parcours ludique et adapté lui permettant de vous prendre en charge et de vous enseigner les fondamentaux. Vous évoluerez alors sous sa responsabilité.

Vous trouverez dans chaque village d'alpinisme un bureau des guides pour vous conseiller et, si besoin, pour engager un professionnel.

Si vous êtes autonome, ne partez pas seul mais en petit groupe (2-3 pers) et assurez-vous d'avoir suffisamment d'expérience pour tenir un timing et évoluer sous votre propre responsabilité sans préjudice pour les autres cordées et vous-même.

Bien qu'équipés et purgés, ces itinéraires restent des lieux sauvages, dits « terrains d'aventure » où vous ne devez compter que sur votre capacité à prendre les bonnes décisions. À vous d'observer les situations et de faire les choix adaptés en vous appuyant sur les informations diffusées dans ce livret entre autres.

Préparez votre sortie comme on prépare une course (approche, matériel, descente, horaires, météo, etc.) cela fait partie intégrante de la démarche pédagogique soutenue par les guides de haute montagne.

Veillez à emporter le matériel nécessaire à la progression et à l'assurance. Le casque est vivement recommandé. Il est important d'être bien chaussé (chaussures d'alpinisme ou chaussons d'escalade suivant les cas). L'utilisation de la corde est indispensable.

Certains parcours se situent en altitude : prévoyez des vêtements chauds ainsi que de quoi boire et vous restaurer.

Choisissez le site école qui correspond à vos compétences techniques et à votre expérience, les difficultés sont indiquées pour chacun des sites décrits.

Veillez à partir suffisamment tôt pour avoir du temps devant vous. Des temps de parcours référents vous aideront à choisir votre horaire de départ. Pensez que la descente fait partie intégrante du parcours et quelle demande autant de vigilance que la montée.

Par principe, prévenez quelqu'un de vos intentions et n'hésitez pas à appeler les secours en cas de problème, de retard ou d'accident même bénin.



Glacier des Rouies, La Chapelle-en-Valgaudemar





# Concept écoles d'alpinisme et catégories de sites

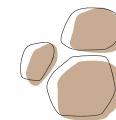
Chaque village d'alpinisme des Écrins dispose de sites équipés pour l'apprentissage (autonome) et l'enseignement (encadré) de l'alpinisme.

—  
Vous trouverez dans ce livret plusieurs catégories de sites en fonction des différentes pratiques de l'alpinisme et du terrain de montagne où elles se situent.

Glacier Blanc, Vallouise-Pelvoux

01

## ÉCOLES D'ESCALADE



Ce sont des lieux d'apprentissage de l'escalade et des manœuvres de cordes situés à proximité des villages d'alpinisme. Ces sites peuvent être des :

**Blocs** balisés permettant de grimper sans corde (+ blocs assez hauts équipés pour pouvoir grimper en s'assurant).

**Rochers-école** équipés pour grimper en moulINETTE ou en tête.

**Voies faciles d'accès** d'un niveau débutant ou intermédiaire, bien équipées et permettant de grimper sur plusieurs longueurs.

Dans tous les cas, il s'agit de lieux où il existe une forte proportion de voies d'apprentissage.

**Objectifs** : apprentissage et entraînement possibles en escalade et manœuvre de cordes pour des publics néophytes.

02

## PETITES COURSES ROCHEUSES



Ce sont des parcours d'arêtes ou petites aiguilles de niveau Peu Difficile (PD) ou Assez Difficile (AD) pouvant se réaliser en une petite journée avec 1h30 à 2h00 de marche d'approche.

**Objectifs** : les petites courses rocheuses permettent l'application des acquis du parcours encordé pour conduire le pratiquant vers une autonomie lui permettant d'envisager de vraies courses ou traversées alpines en altitude. Ces petites courses peuvent aussi être une fin en soi pour une pratique légère à la journée d'un alpinisme peu engagé.

03

## SOMMETS ET PARCOURS ÉCOLE



Ce sont des parcours ludiques encordés sur terrain de montagne. Ils sont équipés avec un balisage pédagogique. Ils conduisent préférentiellement à un sommet. Ce type de parcours fait appel à la responsabilisation du pratiquant, lui donnant les clefs de la gestion du risque. Les parcours sont variés et permettent de progresser dans différents types de terrain (dalle, vire, couloir, traversée aérienne, éperon, cheminée, dièdre).

**Objectifs** : permettre à des pratiquants autonomes ou encadrés d'assimiler la marche en cordée pour assurer leur propre sécurité en progression, d'être capable d'utiliser correctement la corde et de marcher des anneaux à la main dans les parties faciles, de faire varier la longueur de corde en fonction du terrain, d'apprendre à utiliser ou placer des points d'assurage.



## SITES ÉCOLE ACCESSIBLES DEPUIS UN REFUGE

Il s'agit de sites de l'une des catégories précédentes situés à proximité d'un refuge ou dont l'accès nécessite une étape en refuge. L'expérience depuis le refuge introduit une culture et un élément d'engagement qui conduit le pratiquant à terme à réaliser une voie normale.

# Parc national des Écrins

Le 27 mars 1973, sous l'impulsion d'alpinistes, d'associations naturalistes, du Club Alpin Français et des pouvoirs publics, **naît le Parc national des Écrins**, à cheval entre les départements des Hautes-Alpes (05) et de l'Isère (38).

**Territoire préservé**, il compte sept vallées aux identités paysagères et culturelles affirmées : le Briançonnais, la Vallouise, l'Embrunais, le Champsaur, le Valgaudemar, le Valbonnais et l'Oisans.

**Territoire d'exception à l'univers minéral**, le Parc national s'étend de **710 m d'altitude** en pied de vallée jusqu'à **4 102 m d'altitude** au sommet de la **Barre des Écrins**. Comptant plus de **150 sommets dépassant les 3 000 m d'altitude**, le Parc est un vaste ensemble de haute montagne avec un caractère à la fois **secret et une beauté sauvage** que rien n'est venu altérer.

Le cœur du Parc n'est accessible qu'à pied et rassemble les grands sommets emblématiques du massif : la Barre des Écrins (4 102m), la Meije (3 984m), les Ailefroides (3 954m). Un réseau de sentiers de 750 km est entretenu par les gardes pour répondre à l'attente des professionnels (gardiens, guides, etc.) et du public (promeneurs, randonneurs, alpinistes, etc.).

Le cœur du Parc fait l'objet d'une réglementation spécifique pour sa protection.




## Alpinisme et botanique : une culture du vivant


Lorsque nous grimpons, nous avons tendance à voir les plantes comme gênantes à notre pratique : il faut « nettoyer » les prises de ces impertinentes... « Nettoyer » ? Appliquer ce terme à notre espèce est effrayant mais ne choque pas vraiment pour ce vivant jugé « mal placé ».


Depuis plus d'une dizaine d'années, différentes recherches ont été menées sur la flore de paroi et de haute altitude. Cette marge du vivant a révélé bien des surprises, à commencer par la présence de nombreuses espèces (même dans une haute montagne communément considérée comme un « désert »), dont plusieurs sont nouvelles pour la science. Les parois et la haute montagne offrent ainsi une diversité végétale remarquable tout en étant l'espace terrestre qui se réchauffe le plus rapidement.


Mais loin de se résigner à ces signaux alarmants, l'équipe scientifique du Parc national des Écrins et ses partenaires multiplient les recherches et les publications portant sur la flore autour des refuges et sur les sommets. L'idée est à la fois de contribuer à bâtir ensemble ce que le philosophe Baptiste Morizot appelle une « culture du vivant » : observer et intégrer dans ses pratiques ces autres vivants avec qui nous partageons un devenir commun.


Coussin d'androsace pubescente sur le Flambeau des Écrins, avec en fond le Pic Coolidge


- 


Niveau de difficulté
- 


Point GPS
- 


Référence cartographie (numéro de carte IGN)
- 


Accès routier et parking
- 


Informations pratiques
- 


Équipements installés
- 


Description de l'approche  
Description du retour (si différent de l'aller)
- 


Temps nécessaire pour l'approche  
Temps nécessaire pour le retour
- 


Type de roche
- 

Hauteur globale de la voie ou de l'itinéraire
- 

Orientation (nord, sud, est, ouest)
- 

Spécificités pédagogiques du site
- 

Type de végétations  
et observations botaniques
- 

Topoguide déjà existant pour ce site
- 

Contacts





## SAINT-CHRISTOPHE-EN-OISANS

### LE PAYS DE GASPARD DE LA MEIJE

Véritable fief de l'alpinisme avec neuf refuges et deux centres alpins, Saint-Christophe-en-Oisans est la référence de la haute montagne en Oisans avec le hameau de la Bérarde. La richesse naturelle et le caractère sauvage de cette vallée glaciaire en fait un territoire idéal pour la randonnée. Saint-Christophe-en-Oisans occupe à elle seule un cinquième de la superficie du Parc national des Écrins. De toutes parts, les hautes montagnes l'entourent : 128 sommets de plus de 3 000 m, dont la Meije (3 982 m), la Barre des Écrins (4 102 m), les Rouies (3 589 m) et les Bans (3 669 m). Au cœur du bourg « La Ville », à deux pas de l'émouvant cimetière où sont enterrés de célèbres guides montagnards, le musée « Mémoires d'alpinismes » s'adresse à tous les amoureux de la montagne. Le Vénéon aux eaux limpides, souvent d'un bleu turquoise, avec les torrents et les cascades des vallons adjacents, serpente au fond de la vallée.

# SAINT-CHRISTOPHE- EN-OISANS



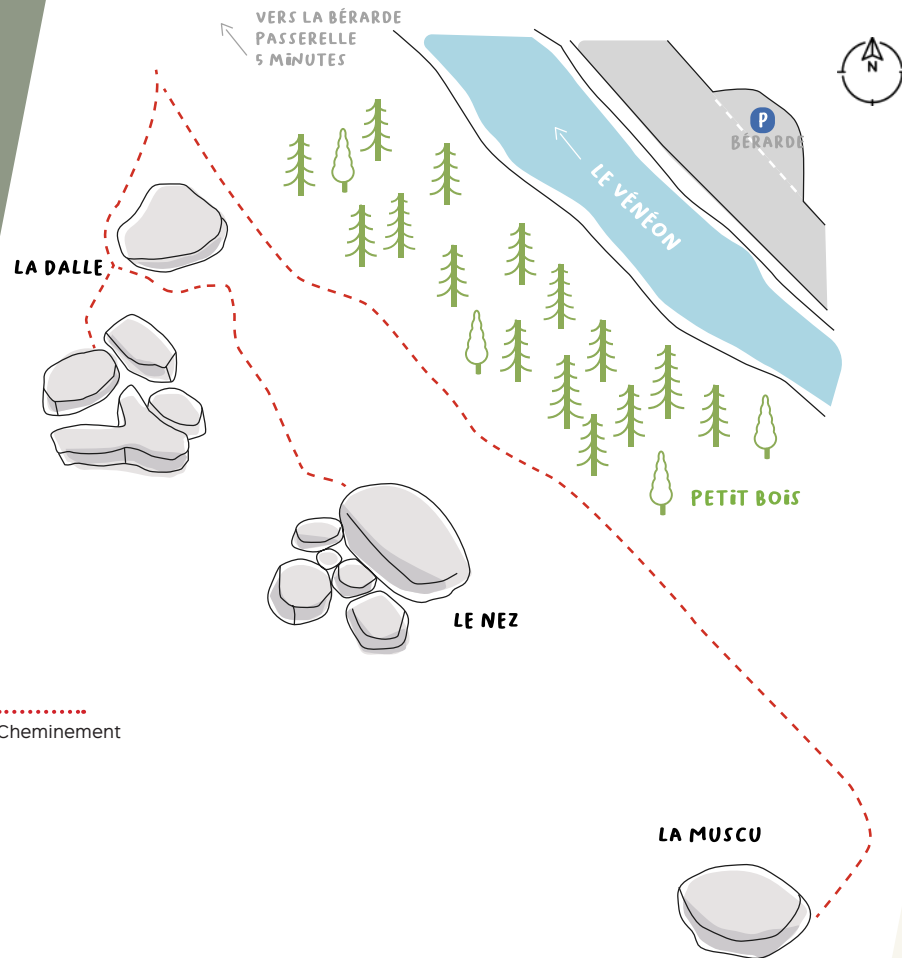


ÉCOLE  
D'ESCALADE  
BLOCS



Débutant

Site de blocs  
en bordure  
du Vénéon,  
équipé pour  
l'enseignement de  
l'escalade et de  
l'alpinisme.



.....  
Cheminement



Depuis Bourg-d'Oisans,  
rejoindre la Bérarde sur la  
commune de Saint-Christophe-  
en-Oisans et se garer au  
parking en bordure du torrent  
du Vénéon.



Ce site propose trois types de  
pratique :  
- escalade sur bloc, fléchage  
bleu ou vert ;  
- parcours encordé, tracés  
blancs ou rouges ;  
- blocs pour faire un relais et  
descendre en rappel.



2 relais pour faire du rappel,  
3-4 goudjons pour protéger  
certains passages exposés  
et éventuellement 1 ou 2  
becquets.



Approche sur un chemin  
à plat en rive gauche du  
Vénéon.



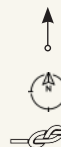
Aller : 5 min  
Retour : même itinéraire



Granite



Topo « Escalade sur Bloc  
au bord du Vénéon »  
de Philippe Violet.



6-7 m

Nord-est



L'intérêt de ce parcours est  
l'évolution dans un terrain  
varié avec apprentissage  
d'escalade et de descente, de  
manipulation de corde (rappel,  
assurage en mouvement...).  
Le site est accessible à tous les  
publics, enfants et adultes.



Végétation rase :  
rhododendrons, genévriers,  
myrtilles.



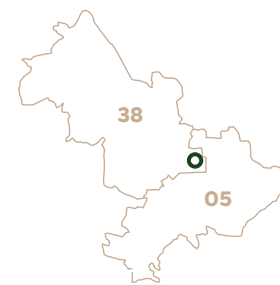
Bureau des Guides  
de la Bérarde Meije Écrins  
Maison de la Montagne  
38520 Saint-Christophe-en-Oisans  
04 76 79 54 83  
guide.berarde.veneon@gmail.com  
www.guidesberarde.com



44.930694N  
6.292667E



3436 ET  
Meije/Pelvoux



SAINT-CHRISTOPHE-  
EN-OISANS

**BLOCS  
DE LA  
BÉRARDE**



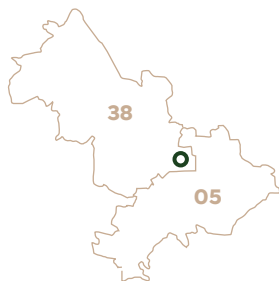




44.939802N  
6.292386E



3436ET  
Meije/Pelvoux



Depuis Bourg-d'Oisans,  
rejoindre la Bérarde sur la  
commune de  
Saint-Christophe-en-Oisans  
et se garer au parking en  
bordure du torrent du Vénéon.



1 voie AD, quelques passages  
de 4, 10 longueurs d'environ  
30 m.  
Équipement : jeu de friend, jeu  
de câblés et corde de  
30 m.



20 pts + relais (lunules, spits,  
pitons).



Depuis la Bérarde, prendre le  
sentier de la Maye, attaque à  
2 080 m d'altitude (80 m  
avant le premier câble).



Aller : approche 50 min.  
Retour : à 2 360 m d'altitude,  
redescendre par le sentier de  
La Maye.



Granite



280 m



Sud, sud-est.



Terrain école adapté pour grimper en  
grosses chaussures et s'entraîner à  
poser du matériel.  
Les deux grandes vires de jonction  
dans le bas de la face et la dernière  
au sommet permettent de s'exercer  
à la confection d'anneaux de buste  
et l'évolution en corde courte.  
Les deux rampes du haut sont  
exposées en cas de glissade et  
nécessitent un terrain sec, une  
certaine vigilance et d'être bien  
chaussé.



Bureau des Guides  
de la Bérarde Meije Écrins  
Maison de la Montagne  
38520 Saint-Christophe-en-Oisans  
04 76 79 54 83  
guide.berarde.veneon@gmail.com  
www.guidesberarde.com



Parcours  
montagne

Retour

Chemin d'accès au  
départ de l'itinéraire



PETITE COURSE  
ROCHEUSE



Intermédiaire

Itinéraire  
d'initiation aux  
pratiques en  
terrain montagne  
en 10 longueurs  
Assez Difficile  
(AD)





Hameau de la Chapelle, Valjouffrey

## VALJOUFFREY

### VILLAGE RURAL, BRUT ET NATUREL

La commune de Valjouffrey, située sur la façade occidentale du massif des Écrins, reçoit les influences climatiques des Alpes externes. Une couverture forestière importante notamment sur les rives gauches de la Bonne et du Béranger, entre 900 et 1 800 m d'altitude s'y est développée. Profondément taillée par les glaciers du Quaternaire, la haute vallée de la Bonne présente un relief très encaissé avec une ribambelle de sommets dépassant 3 000 m d'altitude. Le point culminant à 3 565 m au pic de l'Olan ainsi que les sommets environnants confèrent à cette commune un caractère très haute montagne.

Les hameaux de la commune sont répartis dans la vallée, au plus près des terres cultivables : La Chapelle-en-Valjouffrey, La Chalp, Les Faures, Le Désert et dans la vallée secondaire du Béranger, Valsenestre.

# VALJOUFFREY





## PETITE COURSE ROCHEUSE



Intermédiaire

Parcours  
d'alpinisme  
rocheux sur les  
dalles à gauche  
(rive droite) de  
la cascade de la  
Pisse.



Parcours  
montagne

Retour



Depuis la Chapelle-en-Valjouffrey prendre la direction du Désert en Valjouffrey, se garer au parking situé juste avant le hameau du Désert (terminus de la route, traversée du hameau interdite aux voitures).



Difficulté 5a (4c obligatoire). 250 m de développement à la montée en 10 longueurs. Équipement nécessaire : 12 dégaines (relais non compris), corde d'au moins 35 m, quelques grandes sangles, casque et de bonnes semelles pour la descente.



Goujons



Aller : traverser le hameau du Désert et continuer vers le Nord-Est sur le chemin d'accès et au refuge de Font Turbat. Après 3 km (1 h) on atteint la passerelle sur le torrent de la Pisse. Si le débit du torrent est fort, monter à gauche avant la passerelle (éboulis de blocs au début) en direction de la cascade. Sinon, traverser la passerelle et juste après monter au mieux (torrent à retraverser) en direction des dalles à gauche de la cascade. Retour : Le début peut se parcourir décordé. Du sommet, descendre la sente dans les buissons, parallèle à la voie en se rapprochant de la cascade.



Aller : 1h10 depuis le Désert  
Retour : 1h30 du sommet au bas de la voie, 2h30 au total jusqu'au Désert.



Granite



130 m



Sud



Site de pratique faisant appel à plusieurs techniques en terrain varié. Horaire moyen : 3 h d'escalade. Le site se pratique de fin mai à octobre.



44.885613N  
6.130590E



IGN 3336 ET  
Les Deux Alpes  
Olan - Muzelle



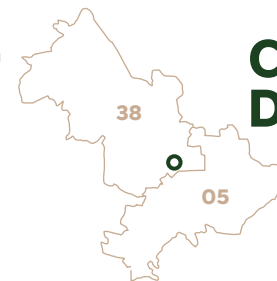
Quelques peupliers ou pins de petite taille. Végétation arbustive rase dans la partie supérieure. Présence de chamois possible.



Topo Cambon : Oisans  
Nouveau, Oisans Sauvage  
Livre Ouest de Jean-Michel  
Cambon



Bureau des Guides  
du Mont Aiguille  
10 BIS Grand Rue 38650  
Monestier-De-Clermont  
06 22 44 30 62  
contact@guidesmontaiguille.com  
guidesmontaiguille.com



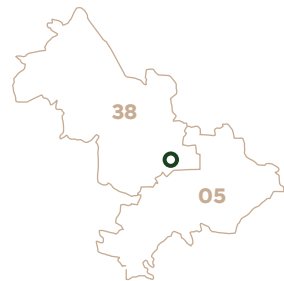
## CASCADE DE LA PISSE



44.866784N  
6.083204E



IGN 3336 ET  
Les Deux Alpe  
Olan - Muzelle



Depuis la Chapelle-en-Valjouffrey prendre la direction du Désert en Valjouffrey. À la sortie du hameau des Faures compter 2,7 km. Les blocs sont situés à gauche, avant le premier lacet de la route qui monte au Désert. Se garer sans gêner au bord de la route.



Ce site, relativement ensoleillé, est un chaos de blocs de granite, hauts de 2 à 8 m, avec un très gros bloc de 12 m près de la route. Plusieurs blocs parmi les plus élevés (surtout dalles raides à petites prises) ont été équipés pour permettre l'assurage depuis le haut. Le gros bloc peut se parcourir en moulinette (accès facile par son côté nord aux relais inox chaînés sommitaux) mais est aussi équipé pour l'escalade en tête : sa face ouest est une jolie dalle parcourue par 5 voies du 3c au 5b, sa face sud débute par un surplomb suivi de murs à petites prises, avec 6 voies du 6a au 6c.

Ce site, très calme malgré la proximité de la route, est situé dans le Parc national des Écrins et la réglementation de ce dernier s'applique.



Relais chaînés en inox



Un large sentier descend depuis le deuxième lacet, les blocs sont situés à sa droite en descendant. Le gros bloc est le plus bas. Ne pas s'écarter du sentier ou de la proximité des blocs, entourés de terrains privés.



2 à 5 min  
identique aller/retour



Granite



Ouest, sud-est

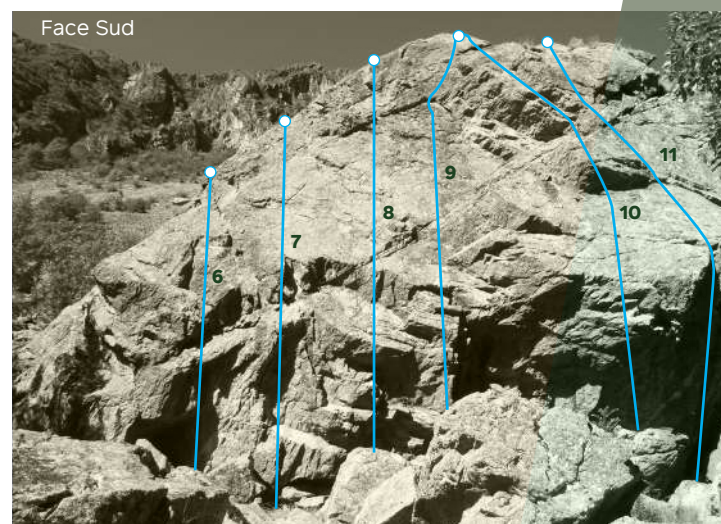


Le site est varié car il dispose de 11 voies allant du 3c au 6c, avec de nombreux autres blocs.



Bureau des Guides  
du Mont Aiguille  
10 BIS Grand Rue  
38650 Monestier-De-Clermont  
06 22 44 30 62  
contact@guidesmontaiguille.com  
guidesmontaiguille.com

Voies



- 1 : La Guerre du Trois (3c)
- 2 : Helene (4a)
- 3 : Cassandre (4b)
- 4 : Hector (5b)
- 5 : Paris (5a)
- 6 : Agamemnon
- 7 : Patrocle (6a+)
- 8 : Ulysse (6a/a+)
- 9 : Menelas (6a+)
- 10 : Achille
- 11 : Ajax (A1/6a+)



ÉCOLE  
D'ESCALADE  
BLOCS



Débutant

Site de blocs de granite calme et ensoleillé, avec aussi quelques voies pour la grimpe en tête.





Village de La Grave, vue sur la Meije

## LA GRAVE L'ALPINISME À PORTÉE DE MAIN

Rares sont les vallées alpines où l'on peut contempler de sa porte ou de sa fenêtre, un panorama aussi grandiose. Ici, des ruelles escarpées grimpent vers l'église de l'Assomption, on se sent tout petit face à l'immensité du paysage environnant, à l'ombre de l'un des sommets les plus célèbres des Alpes : le Grand Pic de la Meije à 3 982 m. La Grave est classé parmi les plus beaux villages de France grâce à sa situation panoramique à 1 500 m d'altitude et son ambiance authentique. Le village aurait jadis été entouré d'une enceinte fortifiée qui a aujourd'hui entièrement disparu. Le bourg en a gardé un tissu urbain très serré comme l'attestent les nombreuses ruelles dites « trabuc », reliant les demeures entre elles.

Avec la création en 1976 du téléphérique des Glaciers de la Meije, le domaine skiable de La Grave La Meije est devenu un domaine hors-piste unique dans les Alpes, avec une seule piste sur le glacier et jusqu'à 2 150 m de dénivelé tout terrain, de la haute montagne à la rivière en fond de vallée.

# LA GRAVE





PETITE COURSE  
ROCHEUSE



Intermédiaire

Arête de montagne en 3 parties : arête montagne, petites longueurs faciles type grande voie et via cordata.



Parcours  
montagne

Accès  
et retour

Accès optionnel par l'école  
d'escalade des Fréaux



RD1091  
Les Fréaux



Partie 1 PD-3b  
Partie 2 PD+/AD- 4a  
Partie 3 F (via cordata)  
220 m  
8 dégaines / 3 sangles /  
corde 50 m



Spits et relais chainés  
(sangles à placer !)



Monter par le sentier d'accès  
de l'école d'escalade  
jusqu'au secteur marmotte  
(attaque possible par le  
pilier éponyme, en 3 petites  
longueurs de 3+.  
À la vire au sommet prendre  
à droite puis longer le  
flanc gauche par la pente  
d'herbe jusqu'au départ du  
parcours). Ou contourner  
le secteur Croquignol par le  
sentier d'accès et suivre les  
marques rouges jusqu'au  
pied de l'arête de gauche.



Aller : 15 min  
Retour : Chazelet ou par la  
vire des moutons et rappels,  
puis cheminement balisé en  
rouge et retour au  
point de départ.  
30 min pour la partie 1  
1h30 pour la partie haute  
(avec les rappels).



Gneiss



Environ 200 m



Sud



Tous types de terrains :  
techniques de progression  
encordé avec assurance en  
mouvement ou petites  
longueurs/rappels et  
désescalade.



Lavande vraie.



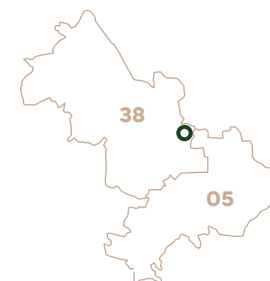
Bureau des Guides de La Grave  
RD1091, Place du téléphérique  
05320 La Grave  
04 76 79 90 21  
info@guidelagrade.com  
www.guidelagrade.com



45.04435N  
6.28439E



IGN 3436ET  
Meije/Pelvoux



LA GRAVE

ARÊTE  
DES  
FRÉAUX





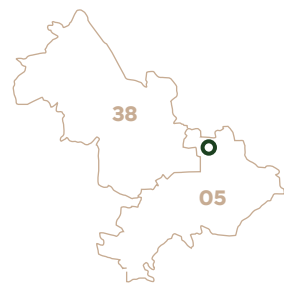
# LA GRAVE



45.04144N  
6.33854E



IGN 3436ET  
Meije/Pelvoux



## LES BALMES



RD1091 en direction  
de Grenoble.



Difficulté entre 3 et 8b.  
Hauteur max 25 m.  
Équipement  
nécessaire : corde de  
50 m et casque.



Site entièrement équi-  
pé.



Approche par un  
sentier facile.



Aller/Retour : 8 min.



Granite



15/25 m



Toutes expositions



Faible hauteur, facilité  
d'accès, variété des  
styles et expositions,  
pied de falaise facile.  
Aspect ludique des  
blocs.



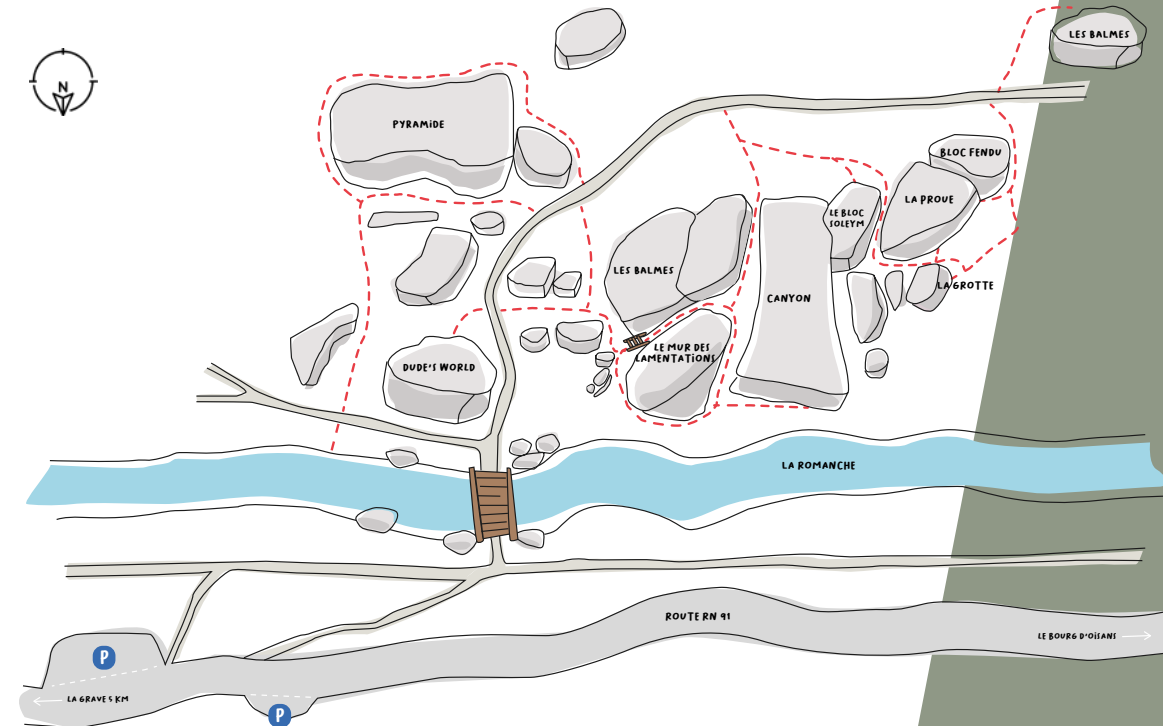
Forestier montagnard



Topo « Escalade au pays  
de la Meije » édition 2022  
par le Bureau des Guides  
de La Grave.



Bureau des Guides de La Grave  
RD1091, Place du téléphérique  
05320 La Grave  
04 76 79 90 21  
info@guidelagrave.com  
www.guidelagrave.com



.....  
Cheminement



ÉCOLE  
D'ESCALADE  
BLOCS



Débutant

Site école  
d'escalade  
entièrement  
équipé sur  
des blocs entre  
15 et 25 m.

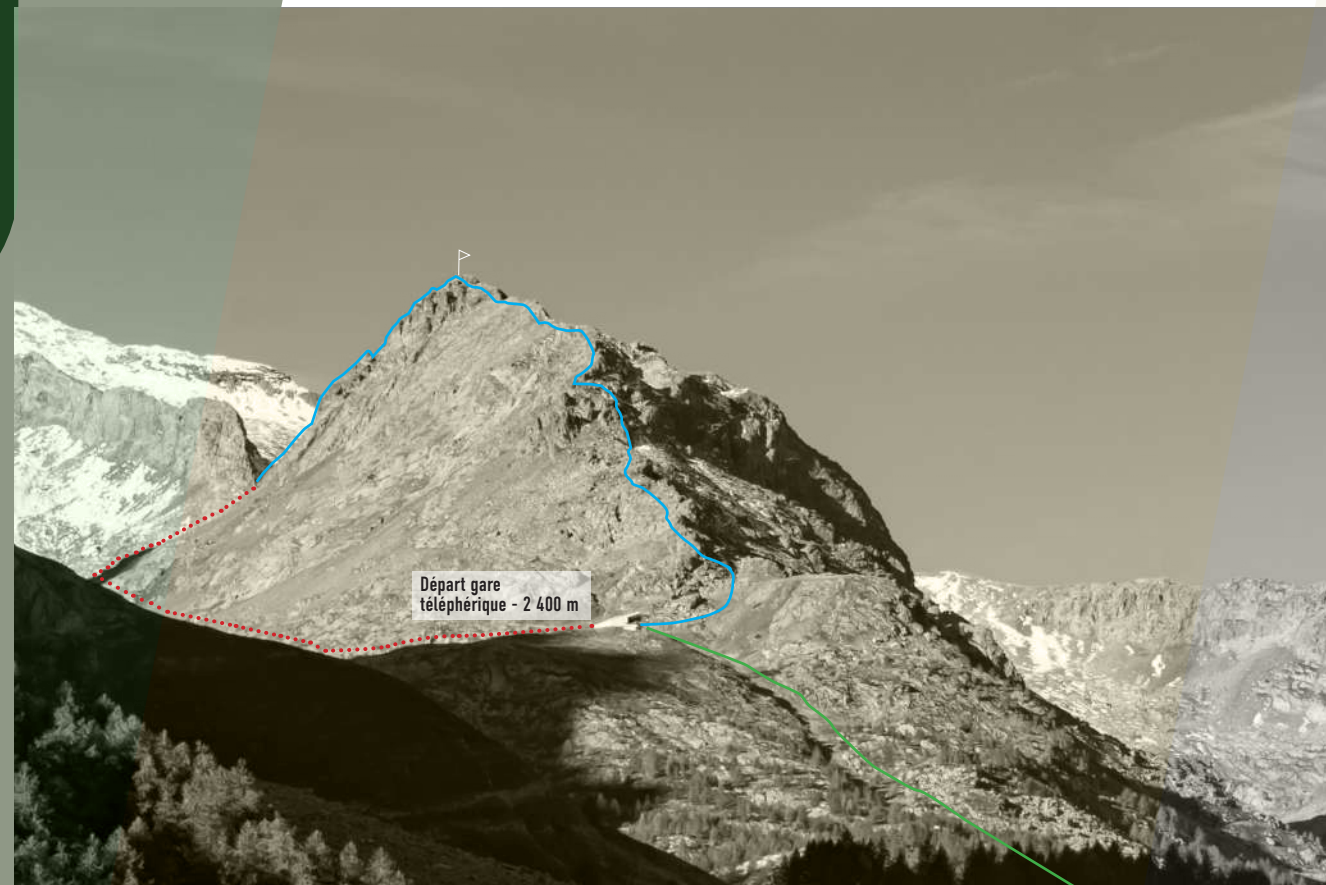


PETITE COURSE  
ROCHEUSE



Intermédiaire

Long parcours  
d'arête  
montagne en  
milieu rocheux  
au-delà de  
2 400 m.



Parcours  
montagne

Chemin de  
retour

Accès en téléphérique



RD1091  
La Grave  
Parking du téléphérique



Niveau PD+  
D+ 400 m  
Équipement nécessaire :  
5 dégaines, 3/4 sangles et  
coinceurs



Spits de progression et  
pitons/chaînes de rappels



Téléphérique jusqu'à  
2 400 m, puis approche  
montagne cairnée  
(encordement conseillé  
dès la moitié)  
1h30



Retour : 1h00  
descendre l'éboulis droit  
puis au replat vers le lieu du  
clot de la Cala (pylône P8).  
Puis sentier/piste  
d'exploitation retour vers  
la gare de 2 400 m.



Gneiss



400 m



Nord-est, sud-ouest



Maniement de  
corde/progression  
encordée avec assurance  
en mouvement et rappels.  
Gestion de l'itinéraire, de  
l'horaire et de la météo.



Génépi, edelweiss



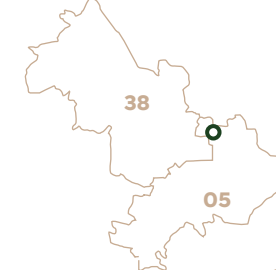
Bureau des Guides de La Grave  
RD1091, Place du téléphérique  
05320 La Grave  
04 76 79 90 21  
info@guidelagrave.com  
www.guidelagrave.com



4502597N  
628926E  
(Téléphérique de La Grave,  
Gare de 2 400 m)

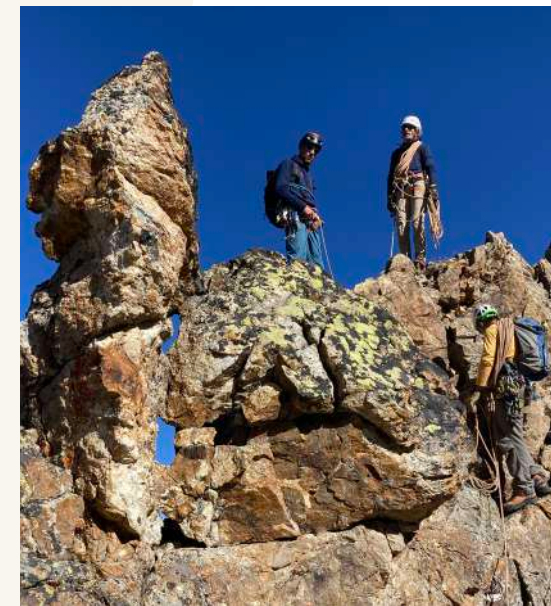


IGN 3436ET  
Meije/Pelvoux



LA GRAVE

ARÊTE  
DE PEYROU  
D'AMONT







## VILLAR D'ARÈNE

### LE VILLAGE DES TERRASSES

Villar-d'Arène et ses deux hameaux, le Pied du Col (1 705 m) et les Cours (1 779 m), ont su préserver leur patrimoine de caractère, marqué par l'agriculture et le pastoralisme. Maisons traditionnelles, chapelles et fontaines rendent la découverte agréable. La chapelle Saint-Antoine, à proximité du hameau des Cours, offre une très jolie vue sur la vallée, témoin d'une agriculture ancestrale avec ses cultures en terrasse. Au départ du Pont d'Arsine, les sentiers mènent aux différents refuges de montagne : Chamoissière, l'Alpe de Villar d'Arène, le Pavé, Adèle Planchard et l'Aigle.

Un peu plus haut au col du Lautaret (2 058 m) se trouve le Jardin Alpin, véritable pôle de sciences et de recherches en montagne. Ce jardin botanique d'altitude possède plus de 2 000 espèces de plantes et fleurs des montagnes du monde entier.

# VILLAR D'ARÈNE

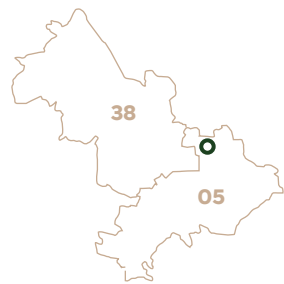




45.04144N  
6.33863E



IGN 3436ET  
Meije/Pelvoux



Depuis Villar d'Arène, prendre la RD1091 en direction du Lautaret, puis prendre la D 207 vers le Pont des brebis. Se garer après la passerelle.



Difficulté du 3 au 8b. Hauteur de 25 m pour les secteurs d'initiation (Fanfare, Marmotte et Mur noir). 40 m maximum pour le mur d'Elie. Corde de 70/80 m utile. Casque conseillé.



Site entièrement équipé avec points et relais chaînés.



Sentier d'accès très facile. Pied de falaise facile.



Aller : 10 min max  
Retour : identique aller



Granite



De 15 à 40 m



Nord, nord-ouest



Pas de marche d'approche, tous les niveaux sont regroupés sur le même site. Style d'escalade varié.



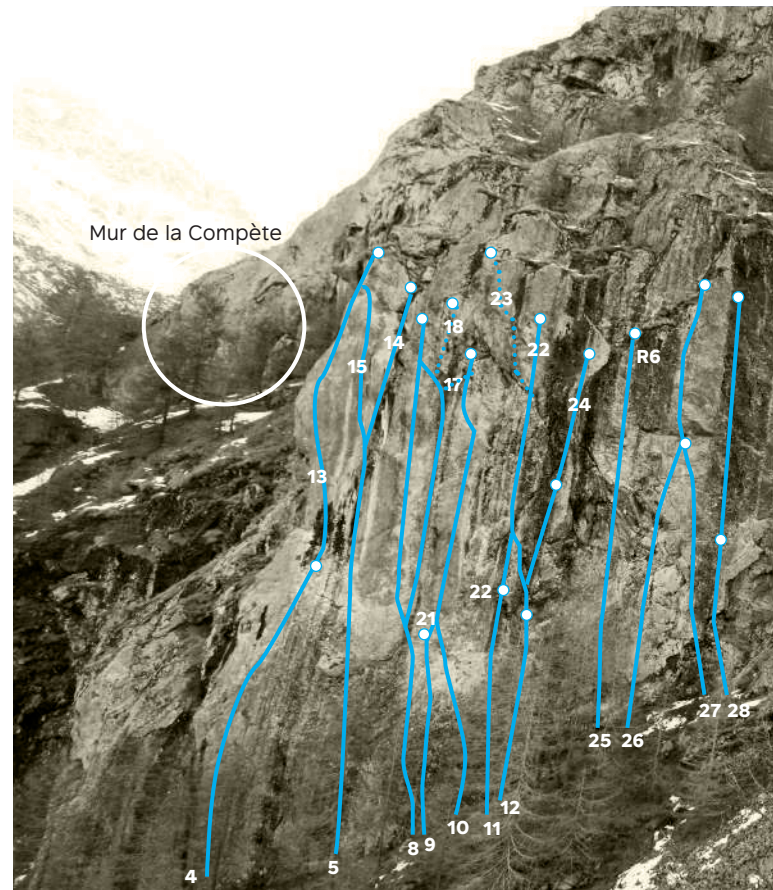
Mélézin, lys martagon, edelweiss



Topo « Escalade au pays de la Meije » édition 2022 par le Bureau des Guides de La Grave.



Bureau des Guides de La Grave  
RD1091, Place du téléphérique  
05320 La Grave  
04 76 79 90 21  
info@guidelagrave.com  
www.guidelagrave.com



Voies

- 4 : Sorbet citron (7a+)
- 5 : O sole mio (6b+/6c)
- 8 : Spécial filtre (6b)
- 9 : Boat People (6c)
- 10 : Nescafé (6a)
- 11 : La cent vingt cinq (6a)
- 12 : Le petit marseillais (5a)
- 13 : Quentin chasse ta gnique (8a+)
- 14 : Figoulu (7b)
- 15 : Tête à claques (8a)
- 16 : La prise du dragon (7c+)
- 17 : La prise du dragon - Sortie de droite (7c)
- 18 : La prise du dragon - Sortie directe (8a)
- 19 : Ce qui me meuh (8b)
- 20 : Figoulette (7b+/7c)
- 21 : Boat People - L2 (7c+)
- 22 : Johnny boy par voie 12 (7a+)
- 22' : Johnny boy direct (7b)
- 23 : Tchussman + extension (7b+/7c)
- 24 : Capitaine kung-fu L1 (6b+) - L2 (7b)
- 25 : Mad max (7a+)
- 26 : Clémentine (6a+)
- 27 : Crakinette L1 (6b+) - L2 (6c+)
- 28 : Pâtisserie L1 (6c) - L2 (7a)



ÉCOLE ESCALADE  
ROCHERS  
ÉCOLE



Débutant

Site école d'escalade très bien équipé, facile d'accès pour les familles et offrant tous les niveaux (5 secteurs principaux de l'initiation à expert).





PETITE COURSE  
ROCHEUSE



Intermédiaire

Petit parcours  
d'arête en deux  
parties, une  
facile, une plus  
difficile.



Parcours  
montagne

Liaison  
à pied

Sentier accès  
et retour via ferrata



Depuis Villar d'Arène,  
prendre la RD1091 en  
direction du Lautaret, puis  
prendre la D207 jusqu'au  
Pont des brebis.



Niveau 3+/4 max  
L'itinéraire est tout équipé  
sur 150 m de dénivelé +.  
Équipement nécessaire :  
spits, 8 dégaines,  
2 sangles et une corde de  
30 m.



Spits et relais non couplés.



Prendre le chemin de retour  
de la via ferrata



Aller : 15 min  
Retour : 30 min



Dolomie, gneiss et granite.



150-200 m



Est



Ce site permet de  
progresser sur un mix de  
parcours à corde tendue,  
de relais et de petites  
longueurs.



Lys martagon,  
lavande vraie.



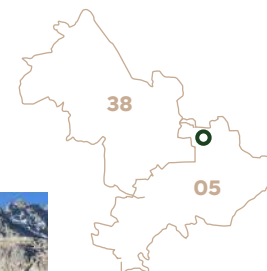
Bureau des Guides de La Grave  
RD1091, Place du téléphérique  
05320 La Grave  
04 76 79 90 21  
info@guidelagrove.com  
www.guidelagrove.com



45.02692N  
6.36193E



IGN 3436ET  
Meije/Pelvoux



VILLAR  
D'ARÈNE

ARÊTE  
DE PIERRE  
AIGUILLE





Le hameau du Casset, Le Monêtier-les-Bains



## LE MONÊTIER-LES-BAINS

### LE CASSET MAGISTRAL

Connu majoritairement pour ses Grands Bains, les grands cols et les pistes de ski de Serre Chevalier, Le Monêtier-les-Bains abrite également un petit hameau typique de montagne appelé Le Casset. Situé aux abords de la Guisane, Le Casset est le point de départ du vallon du Petit Tabuc. Le lac de la Douche, les lacs d'Arsine et le col éponyme se succèdent et offrent un point de vue somptueux sur la Montagne des Agneaux (3 664 m) et le massif de La Meije. De nombreux couloirs et goulottes sont pratiqués en alpinisme au départ du village (dont le fameux couloir Davin) et l'école de blocs d'escalade du Casset constitue un terrain d'entraînement idéal pour les férus d'escalade.

# LE MONÊTIER- LES-BAINS



# LE MONÉTIER-LES-BAINS

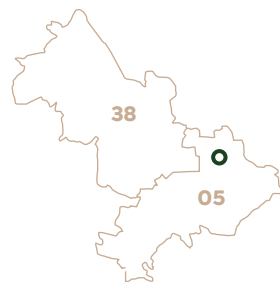
## BLOCS DU CASSET



44,98958 N  
6,048101 E



Entre 35350T  
et 35360T



Du Monétier-les-Bains prendre la route du col du Lautaret vers le nord sur 3,5 km, prendre le deuxième embranchement à gauche qui descend au hameau du Casset (côté nord). Suivre la petite route qui revient vers le village (700 m) et se garer au parking nord du village du Casset (après la bergerie).



Tous les blocs proposent toutes les difficultés, du 3 au 7. Suivre le fléchage blanc pour des parcours très difficiles et les flèches rouge pour le parcours difficile. Les voies faciles pour débutants ne sont pas fléchées et restent à l'appréciation des encadrants. Chaque bloc contient environ 10 voies, la redescente est facile. Pour certaines voies exposées à la chute, on peut s'assurer facilement avec une corde de 15 m. Attention : les blocs sont longs à sécher après une pluie car ils se situent dans les bois.



Points d'assurance (goujons de 10 mm) au sommet des blocs, prendre une sangle et mousquetons à vis.



Accès facile depuis le parking nord du Casset suivre le balisage et panneau (3 min. de marche). Suivre le balisage entre les blocs.



Aller : 3 min pour arriver au premier secteur (bloc du canal)  
Retour : Prendre le chemin en sens inverse - 15 min.



Granite



7 m maximum



Nord, sud, est, ouest



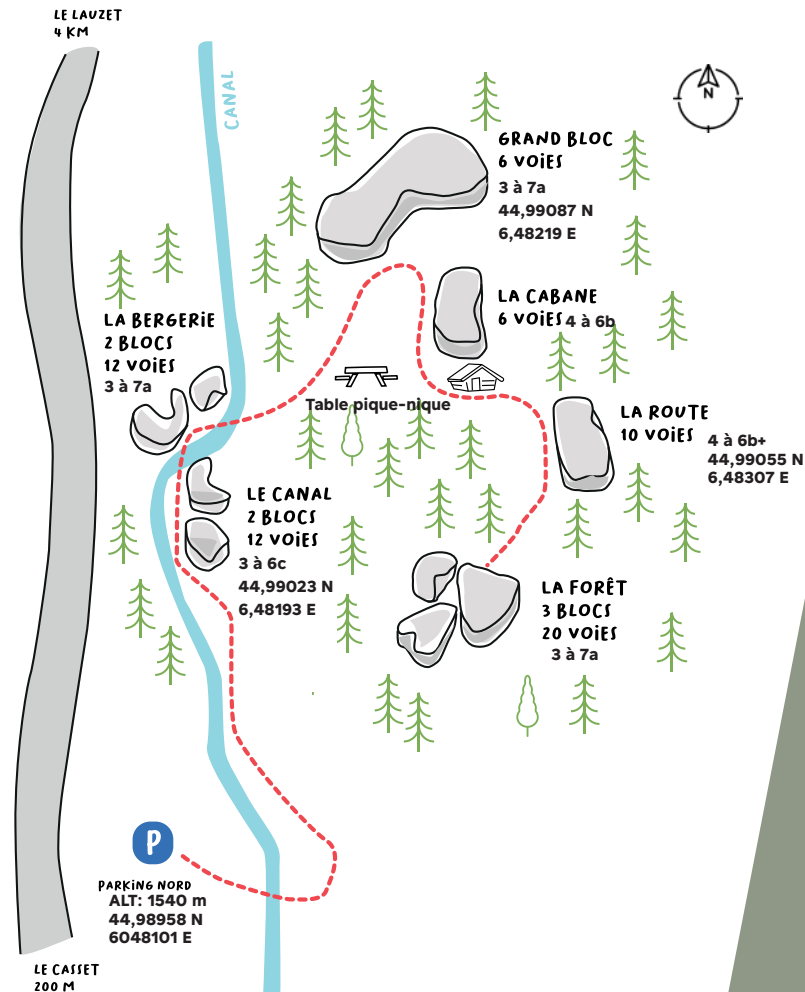
Grimper sur du beau granite dans un environnement magnifique sans contraintes. Grâce à une petite corde, il est possible de s'entraîner sur des passages durs pour progresser en force et en technique. Le site est idéal pour les groupes et les familles. Des aires de pique-nique sont accessibles dans le parcours.



Forêt de mélèzes



Bureau des Guides de Serre Chevalier  
Centre Cial de Pré long,  
05240 La Salle-les-Alpes  
04 92 24 75 90  
info@guides-serrechevalier.com  
guides-serrechevalier.com



ÉCOLE  
D'ESCALADE  
BLOCS



Débutant

Parcours de blocs de granite en forêt ombragée. Les 10 blocs sont situés au-dessus et proche de la bergerie, il y a 5 secteurs espacés de 1 min de marche par un sentier balisé.

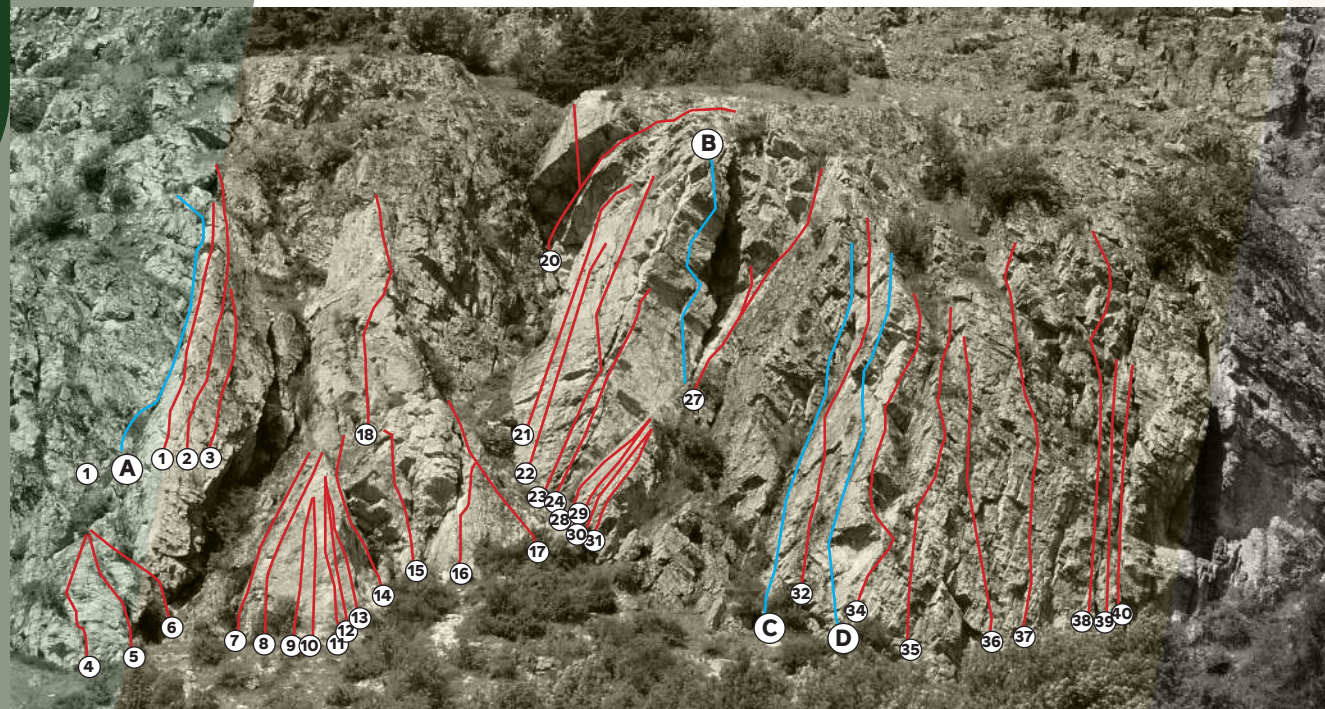


ROCHER ÉCOLE



Débutant

Site très ensoleillé, de difficulté modérée, sympathique et abordable en famille. L'escalade est ludique sur des prises franches.



— Nouvelles voies  
— Voies existantes

- |                                       |                                 |
|---------------------------------------|---------------------------------|
| <b>A</b> Le Vil Âge des alpinistes 4a | <b>C</b> La com 22 5a           |
| <b>B</b> A l'ombre du vent 6+         | <b>D</b> Gabriel en Janvier 5c+ |



Dans Le Monétier-les-Bains prendre la route en direction de Briançon jusqu'au lotissement Laurau (bifurcation à gauche 100 m avant la station service). Se garer au parking (panneau).



Le site se compose de 5 secteurs qui comprennent 40 voies du 3 au 7a. La majorité des voies est de difficulté 4 et 5. La hauteur des voies est comprise entre 10 m et 35 m. Les équipements sont adaptés aux débutants, prévoir : 15 dégaines et corde de 70 m.



Points : goujons de 10 et 12 mm récents  
Relais : chaînes au sommet des voies



Depuis le parking, où l'on distingue aisément la falaise, suivre le panneau « École d'escalade du Pantalon ». Juste au-dessus du parking, emprunter la passerelle qui mène au seul sentier vers l'est et qui monte progressivement de 50 m de dénivelé.



10 min.



Quartzite



La hauteur des voies varie entre 8 et 40 m



Sud ouest



Dans les voies : retour en moulinette ou rappel. Le sentier de retour est identique que celui de l'aller. Site parfait pour tous : débutants et grimpeurs de 5. Il y a 7 voies en 6 qui sont sympas, une voie en 7a unique en son genre (toit exceptionnel). Site qui est intéressant aussi en artif grimpable tout l'hiver au soleil l'après-midi. L'été il est conseillé de se rendre sur site le matin à cause du fort ensoleillement. Très belle vue sur le massif des Écrins.



Très peu de végétation, aucun arbre, juste quelques buissons de cynorhodon.



« Briançon Climbs » de Rolland édition 2022



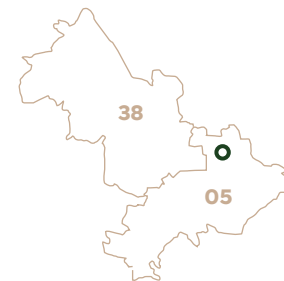
Bureau des Guides de Serre Chevalier  
Centre Commercial de Pré long, 05240 La Salle-les-Alpes  
04 92 24 75 90  
info@guides-serrechevalier.com  
guides-serrechevalier.com



4497364 N  
6 52492E



35360T



LE MONÉTIER-LES-BAINS

PANTALON



*Vue sur le Mont Pelvoux  
et le refuge du Glacier Blanc,  
Vallouise-Pelvoux*



## VALLOUISE-PELVOUX

### ESCALADE AU PIED DES GLACIERS

Le village d'alpinisme de Vallouise-Pelvoux , avec son hameau Ailefroide, est un haut lieu de l'alpinisme en France (le 2<sup>ème</sup> après Chamonix) ; un village et une vallée mythiques. Au pied du Mont Pelvoux, Ailefroide, hameau hors du temps, à deux pas du Pré de Madame Carle et du Glacier Blanc, a su garder un caractère authentique avec ses typiques maisons de pierre. Ce site naturel classé est habité uniquement à la période estivale. C'est le camp de base pour tous les amoureux d'alpinisme, d'escalade, ou tout simplement de randonnée. De là, partent les sentiers vers les plus grands sommets du Pays des Écrins : Barre des Écrins (4 102 m), Mont Pelvoux (3 946 m), Ailefroide (3 954 m), Roche Faurio (3 730 m), etc. Des grimpeurs du monde entier viennent ici pour se mesurer à ses sites de blocs et ses grandes voies d'escalade.

# VALLOUISE- PELVOUX

## BLOCS D'AILEFROIDE

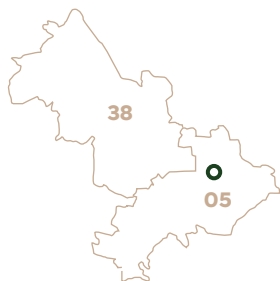


Départ :  
44.887718N  
6.444500 E

Arrivée :  
44.890203N  
6.443556N



IGN 3436ET  
Meije/Pelvoux



Accès en voiture jusqu'au hameau d'Ailefroide. Prendre la direction du parking du refuge du Sélé et se garer en sortant du village d'Ailefroide (parking en herbe sur la droite).



Le parcours est fléché en blanc et cairné. Les blocs sont de tous niveaux, en majorité dans le 4 et 5, avec de grosses prises agréables (fait assez rare pour être noté à Ailefroide). Les réceptions des blocs sont globalement plates et peu exposées. Équipement nécessaire : une paire de chaussons, de la magnésie, une brosse et un crash pad.



Chemin cairné pour suivre le circuit avec des flèches blanches sur les principaux passages faciles.



Accès des premiers blocs à 10 m du parking très facile. Dans la forêt, le sentier est plus difficile avec des passages dans de gros blocs.



Aller : 1 min.  
Retour possible en boucle par le village d'Ailefroide. Il est possible de prendre le chemin en sens inverse 5 min.



Granite



Hauteur maximum des blocs : 5 m



Nord-est



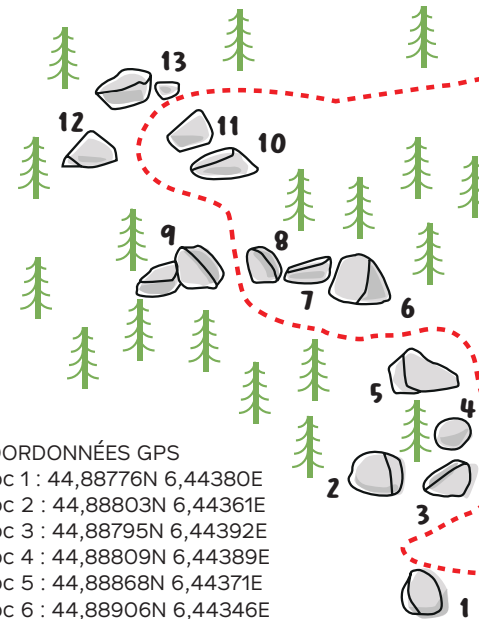
Circuit de bloc remarquable du fait de son nombre de passages faciles, d'un accès à pied rapide depuis le village d'Ailefroide et de son exposition ombragée permettant une pratique même en cas de forte chaleur.



Végétation typique de la vallée d'Ailefroide : forêt de mélèzes, etc.



Bureau des Guides des Écrins Immeuble Orchidée, La Casse  
05290 Vallouise-Pelvoux  
04 92 23 32 29  
contact@guides-ecrins.com  
guides-ecrins.com



### COORDONNÉES GPS

Bloc 1 : 44,88776N 6,44380E  
Bloc 2 : 44,88803N 6,44361E  
Bloc 3 : 44,88795N 6,44392E  
Bloc 4 : 44,88809N 6,44389E  
Bloc 5 : 44,88868N 6,44371E  
Bloc 6 : 44,88906N 6,44346E  
Bloc 7 : 44,88910N 6,44330E  
Bloc 8 : 44,88910N 6,44319E  
Bloc 9 : 44,88907N 6,44292E  
Bloc 10 : 44,88953N 6,44281E  
Bloc 11 : 44,88976N 6,44243E  
Bloc 12 : 44,88974N 6,44209E  
Bloc 13 : 44,88995N 6,44227E



ÉCOLE D'ESCALADE BLOCS



Débutant

Le circuit est composé d'une quinzaine de passages d'escalade entre le 4 et le 6. Le parcours est facilement accessible, étalé sur 300 m derrière le village d'Ailefroide.





PETITE COURSE  
ROCHEUSE  
DEPUIS UN REFUGE



Confirmé

Sur les contreforts de l'arête est menant au pic des Aupillous, l'itinéraire propose toutes les difficultés qu'imposent les arêtes alpines : passages d'escalade variés, gradins, arêtes effilées, petit rappel et désescalade.



Parcours montagne

Chemin d'accès



À Vallouise prendre direction le Villard et continuer jusqu'au parking d'Entre les Aigues (point de départ pour le refuge des Bans).



De difficulté PD+ en choisissant l'option plus facile ou AD avec option grimpante, l'itinéraire propose des passages rocheux cotés 3 et un passage en 5 dans l'option plus difficile. Protections nécessaires sur coinçeurs mécaniques. Équipement nécessaire : friends (référence Black Diamond) c4 du 0.3 au 2, câblés, pitons et sangles.



4 pitons avec cordelette pour les repérer facilement. Un anneau de rappel.



Du refuge des Bans, traverser le torrent et remonter en direction de l'arête menant au pic des Aupillous en suivant les cairns, jusqu'à rejoindre une croupe herbeuse plus raide qui conduit à l'attaque. Des cairns, pitons et sangles marquent le départ.



Aller : 1h30 de marche depuis le refuge des Bans.  
Retour : 1 h  
Descendre le couloir nord, puis rejoindre les pentes d'éboulis jusqu'au cairn d'attaque et reprendre le chemin d'accès pour rejoindre le refuge.



Gneiss



300 m



Est



Ce site est un terrain idéal pour l'apprentissage du déplacement en terrain rocheux facile, l'adaptation de l'encordement aux situations rencontrées et la pose de protections.



Edelweiss et fleurs de haute montagne.



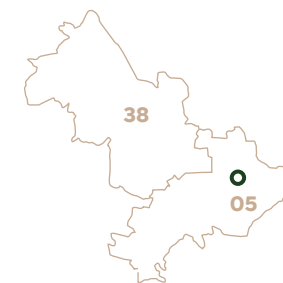
Bureau des Guides des Écrins Immeuble Orchidée, La Casse 05290 Vallouise - Pelvoux 04 92 23 32 29 [contact@guides-ecrins.com](mailto:contact@guides-ecrins.com) [guides-ecrins.com](http://guides-ecrins.com)



44.837294N  
6.346127E



3436ET - Meije Pelvoux



## ARÊTE DU PIC DES AUPILLOUS







## LA CHAPELLE-EN-VALGAUDEMAR

### LA VALLÉE LA PLUS « HIMALAYENNE » DES ALPES

Le village de la Chapelle-en-Valgaudemar s'inscrit en fond de vallée le long du torrent de la Séveraisse. C'est une vallée étroite orientée est-ouest entourée de sommets de plus 3 000 m et de paysages abruptes exceptionnels, « l'Himalaya français » pour Gaston Rébuffat. On y découvre encore des maisons avec une caractéristique architecturale particulière : les tounes (voûtes abritant la porte d'entrée).

Au départ du village, vous trouverez de nombreux itinéraires de randonnée et voies d'alpinisme, un site nordique, des hameaux typiques (Les Portes, Le Casset, le Rif du Sap, etc.), des curiosités naturelles (lacs d'altitude, cascades, Oulles du Diable, cirque du Gioberney, etc.), des refuges et de nombreux sommets dépassant les 3 000 m d'altitude tels que l'Olan (3 564 m), les Rouies (3 589 m), les Bans (3 669 m) et le Sirac (3 440 m).

# LA CHAPELLE- EN- VALGAUDEMAR



# LA CHAPELLE- EN- VALGAUDEMAR



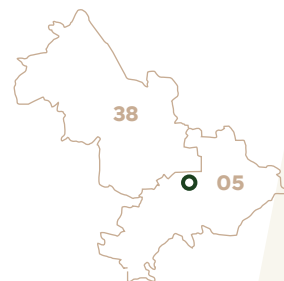
Bureau des guides  
Gap Champsaur Valgaudemar  
05800 La Chapelle-en-Valgaudemar  
06 16 52 59 56  
contact@guides-champsaur-valgaudemar.com  
guides-champsaur-valgaudemar.com



44.78800N 6.30549E



3437 ET



## VOIE NORMALE DU SIRAC



Refuge du Gioberney  
Parking départ refuge  
Vallonpierre



Suite au retrait glaciaire, le bureau des guides du Champsaur Valgaudemar a rééquipé l'accès à la Voie Normale du Sirac de 1911, qui sert aussi de voie de descente pour les autres itinéraires (arête nord, traversée, voie Biju-Duval).

Des spits (11 points), quelques barreaux (4), 1 câble (25 m) et 2 relais viennent remplacer la longueur de corde en place et permettent désormais d'accéder à la vire de départ et de descendre (2 rappels de 25 m) ainsi de manière plus sereine.

A partir de la vire, l'itinéraire de la voie normale historique reprend. Ce terrain de haute montagne, nécessite de l'expérience tant pour la recherche de l'itinéraire que pour la maîtrise de l'assurage en mouvement.

Niveau PD+ voie normale  
Escalade 3 max  
Terrain aventure, voie non équipée intégralement 3 spits sur l'itinéraire, sangles, dégaines 2/3, friends, corde 50 m.



Dégaines, anneaux de sangles, quelques petits friends, matériel de sécurité glaciaire.



L'approche se fait au départ du refuge de Vallonpierre. L'accès est plutôt sauvage, avec un sentier peu marqué (cairn), il faut ensuite progresser sur le glacier de Vallonpierre.



Aller : 2h30/3h depuis refuge Vallonpierre  
Retour : idem aller 2h30/3h jusqu'au refuge Vallonpierre



Gneiss compact



300 m



Ouest



Voie normale historique

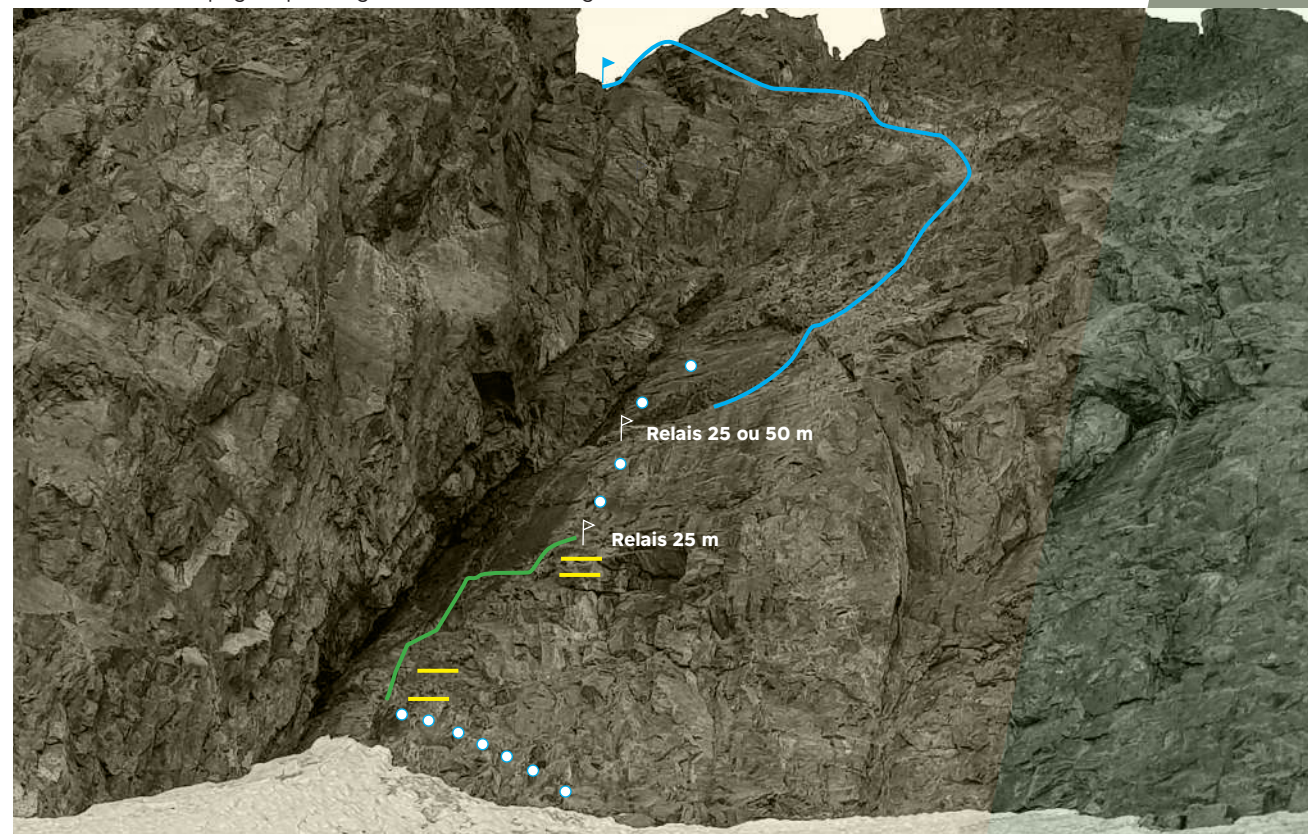


Haute montagne  
Genépy



« Guide du Haut-Dauphiné » Massif des Écrins, tome 3, François Labande

Cette course d'alpinisme se situe en dehors du classement de difficulté proposé dans ce livret topographique. En tant que point culminant de cette sélection, cette course classique d'alpinisme dans les Écrins est à appréhender avec un niveau d'alpiniste confirmé que vous aurez acquis à l'issue des initiations réalisées dans tous les sites proposés dans ce livret. Pour cette course, il est nécessaire de se faire accompagner par un guide de haute montagne.



2 relais

25 m de câble

4 barreaux

11 points



SOMMET ÉCOLE  
DEPUIS UN REFUGE

Hors classement

Le monde de l'alpinisme a son vocabulaire, voici quelques repères pour mieux appréhender les situations, les descriptions et la communication spécifiques à cette pratique.

#### Aérien

Se dit d'un passage vertigineux, où l'impression de vide est importante.

#### Arête

Ligne d'intersection entre deux faces ou facettes qui offre en général une ligne d'ascension logique.

#### Anneaux de buste et/ou à la main

Réserve de corde permettant de faire varier la longueur de corde utile à la progression et à l'assurage.

#### Assurage

Techniques et divers procédés qui permettent d'enrayer une chute avec la corde.

#### Baudrier

Cuissard en sangle permettant de s'encorder et de répartir les pressions en cas de chute et/ou de suspension.

#### Cairn

Pyramide de pierres empilées servant de repère pour monter le chemin ou indiquer un point remarquable.

#### Cheminée

Fissure large dans laquelle on peut s'introduire et progresser avec la technique d'escalade dite de ramonage.

#### Coinceur

Petit coin métallique monté sur un câble que l'on coince dans les fissures pour s'assurer.

#### Équipé

Itinéraire pourvu de dispositifs aidant à la progression (câble, échelons) ou à mettre en œuvre l'assurage (spits, pitons) en escalade.

#### Exposé

Différente de la difficulté, l'exposition concerne un danger objectif (chute de pierre, verglas, avalanche etc.), peut être également lié à un vide important où la chute semble très impressionnante.

#### Friend

Coinceur mécanique à comes s'adaptant à la largeur de la fissure.

#### Lunule

Anneau naturel dans le rocher permettant l'assurage par l'intermédiaire d'un anneau de sangle ou de corde. Il est également possible de percer des lunules dans la glace avec une broche à glace.

#### Gradins

Zones faciles dans une paroi qui peuvent ressembler à des escaliers naturels. Elles permettent une progression rapide.

#### Mousquetons

Anneau métallique qui s'ouvre permettant de relier la corde à un point d'assurance (piton, spit, anneau de corde coinceur).

#### Purge

Action des équipiers pour évacuer les blocs instables les plus menaçants présents sur l'itinéraire initial.

#### Rampe

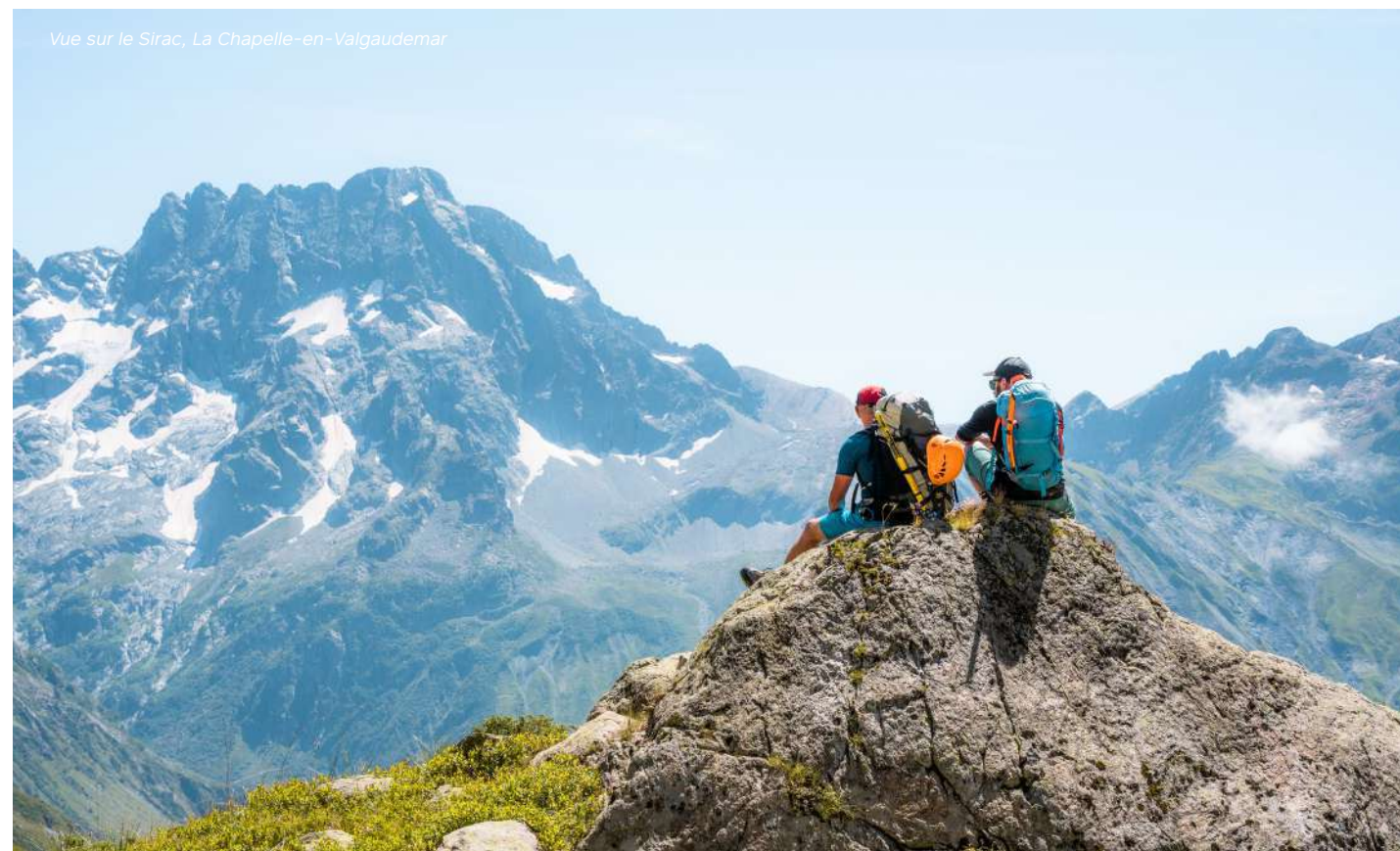
Vire oblique ascendante ou descendante.

#### Spit

Point d'assurance posé dans un trou percé à même le rocher (sans fissure), scellé, expansé ou vissé suivant les systèmes.

#### Vire

Bande horizontale d'herbe ou de rocher formant une corniche praticable dans une paroi.



Réalisation : Agence de Développement des Hautes-Alpes en partenariat avec le Parc national des Écrins, la compagnie des guides Oisans-Écrins et les bureaux des guides locaux dans le cadre du programme POIA « Villages d'alpinisme ».

Création graphique : Agence Esquiss

Crédits photo : Alpesphotographies, Thibaut Blais, Rémi Fabregue, Cédric Dantant (Parc national des Écrins), bureau des guides de la Bérarde Meije Écrins, bureau des guides du Mont-Aiguille, bureau des guides de la Grave, bureau des guides de Serre Chevalier, bureau des guides des Écrins et bureau des guides du Champsaur Valgaudemar.

Edité en mars 2023.



# TOP GUIDE

ÉCOLES D'ALPINISME ÉCRINS

14 SITES



VILLAGES D'ALPINISME DES ÉCRINS



EN PARTENARIAT AVEC LA RÉGION AUVERGNE RHÔNE-ALPES

Projet financé avec le concours de l'Union européenne, L'Europe s'engage sur le Massif Alpin avec le Fonds Européen de Développement Régional