



**WILD YAK EXPEDITIONS**  
DREAM - EXPLORE - DISCOVER

# Alpinisme découverte « WILD YAK Women Only »

Url: <https://wildyakexpeditions.com/trips/alpinisme-decouverte-wild-yak-women-only/?lang=fr>

**Jours**

3

**Altitude max.**

3500M

**Niveau**

Moyen

**Taille du groupe**

2 participantes

**par personne**

CHF1490

**Pays**

Suisse

**Région**

Champex

**HÉBERGEMENT**

Cabane d'Orny & cabane de Trient

**Activité principale**

Alpinisme

**Activité secondaire**

Escalade

**Repas**

Demi-pension & paquets lunchés

## EXPERIENCE

- Pour vous Ladies
- 3 jours en montagne dans les Alpes suisses
- Stage découverte alpinisme
- 2 nuits en cabanes de montagne

## POINTS FORTS

- Encadrement professionnel féminin avec Lara et Andrea
- Women Only
- Préparation pour la saison estivale d'alpinisme
- Un premier pas vers l'Himalaya

## Description

### Stage d'alpinisme au coeur des Alpes suisses

Vous rêvez de découvrir la haute montagne et de vous initier à l'alpinisme ? Le tout entre filles et dans la

bonne humeur ? Ce stage est fait pour vous Ladies !!

En guise de préparation pour votre prochaine saison d'alpinisme ou comme premier pas vers l'Himalaya, WILD YAK EXPEDITIONS propose ce stage de 3 jours, durant lesquels vous découvrirez les différentes facettes de l'alpinisme : terrain glaciaire, escalade rocheuse, terrain mixte. Vous découvrirez ce qu'est une marche d'approche, une nuit dans un refuge de montagne, une randonnée glaciaire, l'ascension d'un sommet de haute montagne; vous vous initierez également à l'escalade et à différentes techniques de sécurité.

Contactez-nous pour toute information complémentaire ou pour groupe privé. Nous sommes ravis de vous conseiller par téléphone ou email.

## Programme

Show Detail Itinerary

▪

### Jour01

#### **Champex -> Cabane d'Orny**

##### **Rendez-vous à Champex (CH)**

10h: Accueil par Lara et Andrea . Vérification du matériel.

Jolie montée à la cabane d'Orny, située dans un fabuleux décor alpin à 2831M.

Reste de la journée initiation /escalade rocheuse.

*Point fort de la journée:*

Environnement alpin

Nuitée à la cabane d'Orny

D+: 1200M

Durée d'ascension: environ 4 heures 30

▪

### Jour02

#### **Cabane d'Orny -> Tête Blanche -> Cabane Trient**

Randonnée glaciaire et **ascension de Tête Blanche (3421M)** puis traversée en direction de la cabane du Trient.

*Point fort de la journée:*

Découverte de techniques de sécurité lié à l'évolution en terrain glaciaire.

D+: environ 600m

Nuitée à la Cabane du Trient

▪

### **Jour03**

#### **Cabane de Trient -> Aiguille du Tour -> Champex**

Traversée du plateau de Trient et ascension de l'aiguille du Tour en technique mixte (neige et rocher).

*Point fort de la journée:*

**Ascension de l'Aiguille du Tour, 3529M**

Retour à Champex.

Environ 500m de D+.

## **PRESTATIONS WILD YAK**

- Organisation de votre séjour alpinisme « WILD YAK Women Only »
- Encadrement WILD YAK professionnel et expérimenté: Lara Amoros, Guide UIAGM WILD YAK Women Only et Andrea Sherpa-Zimmermann, co-fondatrice de WILD YAK EXPEDITIONS et 9ème suisse à avoir gravi l'Everest
- 2 nuitées en refuges de montagne (cabanes du Club Alpin Suisse), en demi-pension
- 2 lunch packets (samedi - dimanche)
- Matériel collectif d'alpinisme
- Prêt de matériel technique
- Toutes taxes comprises

## **Logistique**

### **PHILOSOPHIE DE WILD YAK EXPEDITIONS**

WILD YAK EXPEDITIONS se concentre principalement sur de **petits groupes** de participants. Notre expérience a démontré que c'est la meilleure façon de garantir **d'excellentes prestations** et une **bonne ambiance** au sein du groupe.

Enfin et surtout, le fait de nous concentrer sur de petits groupes contribue à **plus de flexibilité** et un **soutien optimal** à chaque participant!

### **NIVEAU PHYSIQUE REQUIS**

Bonne condition physique de base; être bonne randonneuse

## **NIVEAU TECHNIQUE REQUIS**

Pas de niveau technique requis

Pas d'appréhension démesurée du vide

## **MATÉRIEL & ÉQUIPEMENT PERSONNEL**

Une liste complète vous sera communiquée séparément lors de votre inscription.

Chemin des Avouillons 45,  
1926 Fully, Suisse

+41 (0)79 478 83 21

[info@wildyakexpeditions.com](mailto:info@wildyakexpeditions.com)