



Grenoble Escalade  
Montagne Ski Alpinisme  
[www.gemsa.fr](http://www.gemsa.fr)

## ALPINISME HIVERNAL : CASCADE DE GLACE ADULTES

Hiver 2016-2017

Responsables : Jacques Pontré & Xavier Brissy



Des modules progressifs adaptés à chacun

### Modules Saison 2016-2017

Date	Description	Région	Niveaux
<b>Janvier</b>			
Sa 7	<a href="#">Découverte</a> <a href="#">1 journée</a> <b>Contribution : 60 €</b>	Vercors	Entrée : débutant Sortie : tech. de base
Di 8 Sa 21-Di 22	<a href="#">Progression</a> <a href="#">3 journées</a> <b>Contribution : 240 €</b>	Oisans Vercors ou Belledonne	Entrée : tech. base Sortie : tech. longueurs
Ve 27-Di 29	<a href="#">Stage "Grandes voies"</a> <a href="#">3 jours consécutifs</a> <b>Contribution : 250 €</b>	Oisans, Briançonnais ou Italie	Entrée : tech. longueurs Sortie : pratique+évolution

#### Présentation :

L'activité cascade de glace, consiste à escalader des cascades gelées. C'est une activité récente, devenue, en quelques années, une discipline à part entière de l'alpinisme hivernal.

Sa pratique, requiert la maîtrise de l'environnement, des matériels et des techniques spécifiques que l'on ne saurait acquérir sans une formation assurée par des spécialistes. C'est l'objet des modules "Cascade de glace".

#### Organisation :

Les entraînements sont organisés en modules, selon un axe pédagogique. Ils offrent un ensemble, gradué et complet permettant de progresser au plus vite, quel que soit son niveau.

Pour chaque cycle, le participant bénéficie d'un suivi personnalisé et régulier, et de l'émulation du groupe.

Les formations sont assurées par des professionnels, brevetés d'Etat, guides de haute montagne.

**Contact :** [escalade-sportive@gemsa.fr](mailto:escalade-sportive@gemsa.fr)

#### Séances :

Elles sont ouvertes aux adultes.

Elles se déroulent, sur des sites appropriés.

Leurs lieux sont adaptés aux conditions météorologiques ou pédagogiques et sont confirmés, de séance en séance, directement par le cadre responsable du cycle, aux participants, via courriel.

#### Équipement individuel :

A charge des participants et obligatoire : chaussures de montagne rigides et cramponnables, vêtements chauds, gants (plusieurs paires), bonnet, ensemble veste-pantalon type ski Gore Tex, guêtres, baudrier.

Fournis par le cadre : le matériel individuel et collectif technique spécifique, casque, piolets, crampons, broches à glace.

#### Transport :

Par véhicules personnels, frais partagés, 0,25 €/km.



### Un encadrement professionnel avec un esprit "club"

#### Romain Gendey

Agé de 41 ans, il débute l'escalade dès 7 ans.

De 12 à 17 ans il participe à de nombreuses compétitions et pratique l'escalade sportive intensément.

En 1995 il obtient son diplôme de brevet d'Etat "escalade" puis, en 2000, celui de "guide de haute montagne".

Il encadre les cours d'escalade de plusieurs clubs aussi bien sur SAE que sur site naturel.

Il pratique l'escalade sous toutes ses formes, sur sites sportifs, sur haute falaise ou en montagne.

Niveau technique : 7c/8a à vue et 8b après travail.

[Haut de page](#)