

Ski **E**scalade **R**andonnée **A**lpinisme **C**ourse

Acquérir des compétences en Activités Physiques de Pleine Nature

Découverte du Ski de randonnée

Aillons Margériaz (1400)

QUOI : Découverte et initiation au ski de randonnée ou à la Randonnée raquettes

Description de l'itinéraire :

Depuis le bas des pistes de Aillons Margériaz 1400, nous remontrons vers le sommet du Margériaz par l'itinéraire « des Crêtes », itinéraire facile et montée progressive jusqu'au sommet du Mont Margériaz à 1845 m. Nous redescendrons par les pistes de ski bleu ou rouge du domaine.

Pause casse-croute au pied des pistes

2^{ème} montée « plus technique » en suivant l'itinéraire balisé de ski de randonnée « La marge », une nouvelle fois jusqu'au sommet du Margériaz et descente par les pistes damées.

S'il nous reste du temps et de l'énergie, nous passerons un moment en bas de station à manipuler les Détecteurs de Victimes d'Avalanche.

Intérêts :

Découverte à travers 2 itinéraires très différents, redescente en sécurité par les pistes.

Vues magnifiques sur les Bauges si la météo est avec nous !

Difficultés :

Bonne condition physique et autonomie en ski alpin sur pistes rouge sont nécessaires.

1^{ère} montée Durée : +/-2h00 Dénivelé +/- 450m

2^{ème} montée Durée : +/-2h30 Dénivelé +/- 420m

Variantes éventuelles : 2x la 1^{ère} boucle / 1 seule boucle

QUAND :

Date : **Dimanche 1^{er} février 2026**

Durée : Journée

COMMENT :

Déplacement : ☐ Co-voiturage ☐ Minibus ☐ Train ☒ **Bus avec chauffeur** ☐ Autre

Lieu de RDV et prise en charge du groupe par l'enseignant :

7h00 – Campus PdA (Norbert ou Steven)

8h30 – Aillon margériaz (Christophe)

Heure du début de la pratique : 9h00

Heure max de retour à Lyon : 18h30

POUR QUI : Prérequis exigés : **Être autonome en ski alpin (piste rouge)** / Bonne condition physique / Être étudiant.e à Lyon 2

AVEC QUOI :

Matériel à prévoir :

✓ **Chaussures de skis de randonnée, skis de randonnée, peaux de phoques, casque, bâtons.**

Vous pourrez louer le matériel sur place (52€ la journée, à vos frais), pensez à réserver ici :

<https://www.ekosport.fr/u/mag12/ekosport-rent-margeriaz>

mais pour gagner du temps de pratique le mieux serait de louer à Lyon :

Cabesto Montagne, 102 rue Boileau 69006 Lyon ou

Neige et caillou, 71 avenue Berthelot 69007 Lyon

- ✓ DVA, pelle, sonde, si vous en avez.
- ✓ Un sac à dos de randonnée - Vêtements (chauds, pluie, coupe-vent) pour la randonnée - lunettes de soleil - des barres énergétiques - pique-nique pour la journée – 1,5 litre d'eau minimum par personne. N'oubliez pas votre appareil photo

Matériel fourni : 2 paires de bâtons, 2 casques

Restauration : Autonomie, à prévoir individuellement

COMBIEN :

Coût demandé à chaque étudiant : 5€ à l'inscription + *coût de la location des skis de rando, des chaussures, bâtons et casque* : compter 52€ la journée.

Le déplacement est à la charge de l'Université.

AVEC QUI :

Effectif maximum : 16 étudiants + 2 accompagnateurs

COMMENT S'INSCRIRE : Via le lien ci-joint

https://secure.payzen.eu/vads-site/SERVICE_UNIVERSITAIRE_DES_ACTI

Enseignant responsable et demande d'informations : Christophe JOUSSELIN 06.64.76.30.93

CONDITIONS PARTICULIERES

Attention ! Vérifiez que votre assurance « garanties de la vie » couvre bien les frais en cas d'accident survenant lors de l'activité et particulièrement lors de la descente sur les pistes de ski ou que la carte bleue avec laquelle vous avez loué votre matériel de ski prend en charge ce type d'accident.

Si ce n'est pas le cas, vous ne pourrez pas participer à la sortie

- Les lieux et dates de sortie sont susceptibles de modification ou d'annulation jusqu'à la veille selon les conditions météorologiques annoncées. Une confirmation par mail vous sera envoyée la veille de la sortie.

- En participant à cette sortie, vous serez immergés en pleine nature. Vous devez être conscients des risques inhérents et de la nécessité d'un comportement responsable pour une pratique en sécurité et respectueuse de l'environnement.

A bientôt...hors des murs, hors du temps ☺

C.JOUSSELIN

