

## RAQR1 Randonnée en raquettes à neige - Les Diablerets

### Informations pratiques:

Date : Offre en cours

Nombre de jours : 1 jour

Niveau : Novice à intermédiaire.

Engin : Raquettes à neige

Age : Dès 18 ans ou mineur à partir de 16 ans accompagné d'un parent proche participant.

Lieu : Les Diablerets, Alpes Vaudoises

Rendez-vous : Café restaurant La Belle descente.

Horaire : 9h - 17h

Nombre : 4 à 8 participants

**Prix** : 140.- CHF par personne

Inclus dans le prix : Encadrement par un accompagnateur UIMLA/ASGM et ces frais, café croissant.

Non inclus : Transport, repas, hébergement, location matériel

Location matériels, prix unique 25.- (DVA, sonde, pelle).

Remarque : Vous avez éventuellement besoin d'un forfait pour une montée simple pour le domaine skiable (non inclus dans le prix.) Location matériel possible chez notre partenaire DPMpro shop (à coté du lieu de rendez vous).

### Détail du programme

Une journée pour découvrir la pratique de la raquette et vous familiariser avec la progression en terrain hivernal.

Votre guide vous emmène explorer les paysages de montagne, entre forêts et panoramas alpins.

Cette sortie est dédiée à l'apprentissage des techniques de marche, à la gestion de l'effort, à l'observation de l'environnement et à la lecture du terrain.



## Equipement individuel - Sortie randonnée

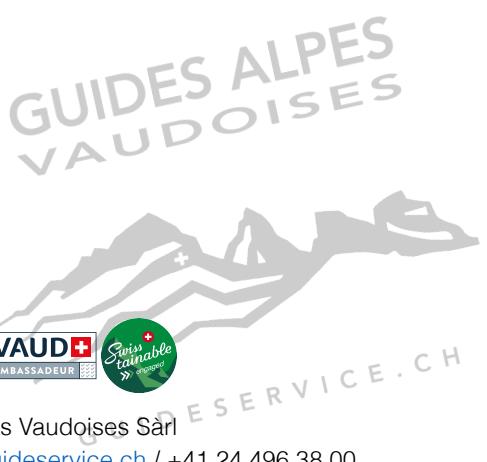
- Raquettes à neige
- Bâtons (télescopiques recommandés)
- Chaussures adaptées au matériel utilisé.
- Lunettes de soleil
- Vêtements techniques en couches (base layer, couche isolante, veste imperméable)
- Gants chauds et paire fine de rechange
- Bonnet et tour de cou ou buff
- Sac à dos 30–35L

## Matériel de sécurité avalanche (obligatoire)

- DéTECTEUR de victimes d'avalanche 3 antennes (DVA), pile à 100%
- Sonde avalanche (min. 240 cm)
- Pelle à neige (en métal et manche télescopique)
- Airbag avalanche (recommandé, non obligatoire)

## Autres essentiels

- Gourde ou thermos (min. 1L)
- Encas / repas pour la journée
- Couteau de poche
- Trousse de premiers secours
- Téléphone portable chargé (power bank recommandé)
- Carte topographique / application mobile (Swisstopo, Whiterisk, meteo suisse, rega)
- Crème solaire et baume à lèvres UV50+
- Pièce d'identité et carte d'assurance (secours / rapatriement si hors Suisse)



## CONDITIONS GÉNÉRALES

Nous vous rappelons qu'en vous inscrivant, vous acceptez nos conditions générales et d'annulation. Le guide responsable de la sortie se réserve le droit de modifier ou annuler la sortie à tout moment en cas de conditions météo défavorables ou autre raison.

## ASSURANCE

La/le participant/e doit avoir une assurance maladie et accident. De plus, une assurance annulation est recommandée. Le bureau des guides Alpes Vaudoises décline toute responsabilité.

