

# Initiation à la cascade de glace

## Point de rendez-vous

Vous serez accueilli par le guide de montagne avec lequel vous irez vous équiper et ensuite grimper dans le Ice Park d'Anzère.

Le rendez-vous pour la session du matin est à 09h00 au sommet de la télécabine d'Anzère au Pas de Maimbré à côté du panneau Anzère Ice Park

Le rendez-vous pour la session de l'après-midi est à 13h au sommet de la télécabine d'Anzère au Pas de Maimbré à côté du panneau Anzère Ice Park



Selon les affluences journalières il est conseillé d'arriver à Anzère 1h avant le début de la session. N'hésitez donc pas à prévoir assez de temps lors de votre arrivée en station afin de trouver une place de parking, et prendre la télécabine pour ne pas manquer le rendez-vous du début de l'activité.



## Habillement et matériel technique à prendre avec vous :

La pratique de la cascade de glace se déroule dans des conditions très froides et sans soleil.

- Habits de ski chaud ou de randonnée hivernale
- Bonnet
- 2 ou 3 paires de gants, dont une paire chaude du genre moufle
- Casque de ski ou d'alpinisme
- Vous pouvez prévoir un thermos de thé ou café chaud.

- Chaussures d'alpinisme ou chaussures de ski de randonnée ou chaussures de ski normales.



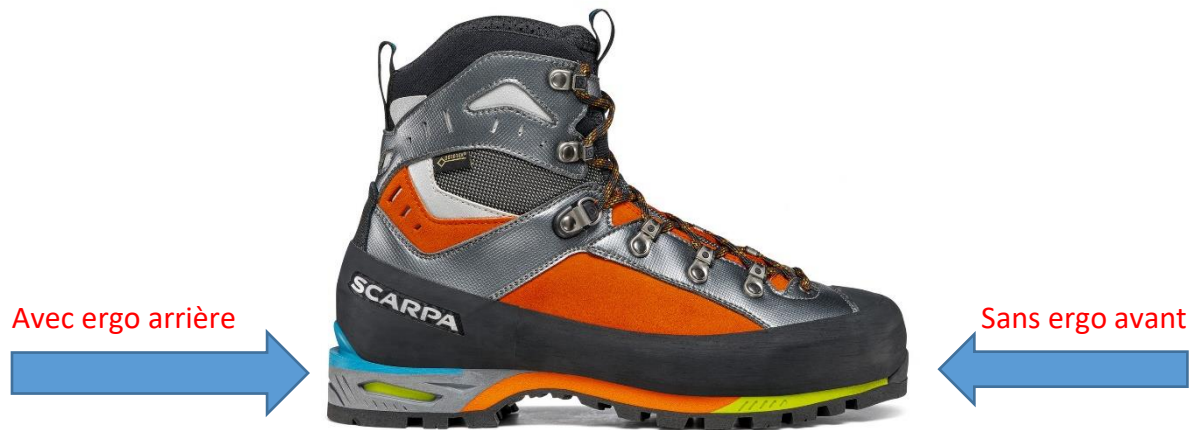
- Il n'est possible de grimper en cascade de glace uniquement avec les types de chaussures présentées ci-après en page 3 et 4  
Les boots de snowboard ne sont **pas** adaptées.

## Matériel fourni par Anzère Tourisme :

- Harnais d'escalade
- Crampons d'escalade sur glace
- Piolets d'escalade sur glace
- Casque d'alpinisme
- Corde d'escalade
- Dispositif d'assurage

Vous n'avez besoin d'aucun matériel technique supplémentaire, Le guide de montagne sur place dispose de tout le matériel nécessaire.

## Chaussures d'alpinisme, 2 types :



## Chaussures de ski de randonnée 2 types :

