

L'Index de la Glière avec ses 2595 mètres est un vrai sommet, raide, pointu, même s'il est petit et facile d'accès. L'escalade de son arête sud-est peut être l'occasion d'une première découverte de l'escalade en montagne. Elle permet aussi une remise en jambe en début de séjour à la montagne avant d'envisager des courses plus techniques. Le rocher est beau, le panorama grandiose, les passages parfois aériens mais jamais trop difficiles. Enfin la descente se fait par quelques petits rappels et en désescalade facile, ce qui permet de s'initier ou de réviser à la fois les techniques de montée et de descente !

**Rendez-vous** à 8 heures au départ de la télécabine de la Flégère <https://goo.gl/maps/2NzSmG8hvU91o4MF8>

### Flégère - Index : arête sud-est de l'Index 2595 mètres

La télécabine de la Flégère nous permet de rejoindre le télésiège de l'Index. Pendant la montée avec ce télésiège nous découvrons l'arête sud-est de l'Index. Depuis la gare sommitale, le sommet est juste devant nous. La marche d'approche est courte, dans des blocs de rochers puis sur une vire herbeuse large sous le sommet. L'escalade commence tout près de l'arête effilée.

Le rocher est excellent, les prises sont franches, certains passages sont aériens : parfait pour s'initier ou se réhabituer à l'escalade en montagne. Le sommet est étroit et la descente, avec quelques petits rappels et un peu de désescalade facile, permet aussi d'apprendre ou de réviser les bons gestes. Un gros pierrier à traverser nous ramène rapidement à la gare du télésiège. Descente avec les remontées mécaniques à Chamonix

Séparation à Chamonix vers 13-14h.

**+/- 300 m, 3 à 4 heures.**

*Le programme reste indicatif, le guide pourra être amené à le modifier en fonction de la forme effective des participants, des conditions de la montagne et des conditions météorologiques du moment. Lorsque la météo s'avère moins bonne que prévue, le séjour ne sera pas interrompu mais le programme sera adapté par le guide. Seul le guide encadrant le séjour est à même de décider de la réalisation et de la poursuite ou non du programme ou de l'ascension.*

**NIVEAU REQUIS** Une petite expérience de via ferrata ou d'escalade en salle ou en école d'escalade et une petite expérience de la descente en rappel sont conseillés.

**ENCADREMENT** par un guide de haute montagne | Maximum 2 personnes par guide

**DATES :** de mi juin à mi septembre, lorsque les remontées mécaniques de la Flégère fonctionnent (aussi possible en hiver !)

#### Tarifs par personne 2025

##### Avec un guide en privé

*Avec un guide juste pour vous (seul ou avec vos proches ou amis), vous choisissez vos dates.*

**348 €** par personne si vous êtes 2

**650 €** seul avec le guide



**INSCRIPTION en ligne** [www.alta-via.fr/form/0175](http://www.alta-via.fr/form/0175) ou par mail.

Votre inscription à plus de 35 jours du départ doit être accompagnée d'un acompte de 30 % du montant total de l'inscription. Le solde devra être réglé au plus tard 35 jours avant la date de départ, sans rappel de notre part. Pour une inscription à moins de 35 jours du départ, le montant total du séjour devra être versé à l'inscription. Pour une inscription à moins de 15 jours du départ, le règlement sera réalisé par carte bancaire ou virement instantané.

### Le prix comprend

- Encadrement par un guide de haute-montagne
- Frais de remontées mécaniques

### Le prix ne comprend pas

- Voyage aller et retour au lieu de rendez-vous
- Casse-croûte et les boissons
- Tout ce qui ne figure pas dans « Le prix comprend ».



### Frais à régler sur place par vous-même

- Casse-croûte et les boissons

## ASSURANCES à prévoir [Info Assurances](#)

Il est **fortement conseillé de posséder une assurance couvrant les frais d'annulation**. Il est **obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours** pour participer à nos séjours et voyages : il appartient au participant de vérifier, en préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.

### ASSURANCES PROPOSÉES PAR ALTA-VIA

- **Assistance - rapatriement - recherche et secours en montagne** : **1,5%** du montant de l'inscription 
- **Assurance annulation** (pour causes graves seulement, ne couvre pas l'interruption de séjour) : **4,5%** du montant de l'inscription 

**ANNULATION / RÉOLUTION DU CONTRAT** Le voyageur peut résoudre le contrat à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement de frais de résolution prévus : [www.alta-via.fr/cdv](http://www.alta-via.fr/cdv)

**FORMALITÉS ADMINISTRATIVES ET SANITAIRES** Carte nationale d'identité ou passeport valide pour la durée du séjour.

[Informations officielles aux voyageurs](#)

## Matériel utile et conseillé - Documents

### Escalade à la journée

Copyright © 2024 [Alta-Via.fr](http://Alta-Via.fr) - Tous droits réservés



Carte d'identité   Carte Vitale & Carte européenne de maladie (si concerné)	
Assurance assistance : téléphone et n° de contrat (si assurance hors Alta-Via)	
Sac à dos environ 15-20 litres maxi	
<b>* = disponible en location (en pack ou par item):</b>	
<b>* Baudrier avec longe + mousqueton de sécurité</b>	
<b>* Matériel de descente en rappel (autobloquant et descendeur)</b>	
<b>* Casque d'alpinisme ou d'escalade</b>	
<b>* Bâtons télescopiques de marche (1 ou 2)</b>	
Bonnes chaussures d'approche assez rigide avec une semelle type Vibram	
Chaussons d'escalade, plutôt confortables adaptés aux grandes voies pour les escalades où les chaussures d'approche ne suffisent pas pour grimper	
Lunettes de soleil (classe 3 ou 4 recommandée)	
Gants en polaire ou cuir, selon programme	
Pantalon de montagne ou escalade, stretch	
Pull-over chaud ou veste en fibre polaire ou veste soft-shell	
Veste fonctionnelle étanche à la pluie et au vent	
Tee-shirt / chemise technique et respirant	
Crème solaire + Crème de protection pour les lèvres	
Papier toilette / mouchoirs en papier / lingettes	
Gourde ou poche à eau	
Vivres de course (barres de céréales, énergétiques ou chocolatées, fruits secs)	