



SUIVRE LA TRACE

SPECIAL RAQUETTES

Formation à l'autonomie en progression hivernale
(nivologie, avalanche, secours...)

Durée : 2 jours / 1 nuit

Encadrement : 1 guide pour 5 à 8 stagiaires

Prix non FFCAM : 252 euros

Détenteur d'une licence annuelle FFCAM : 240 euros

Conformément à nos conditions générales : nos programmes sont ouverts aux seuls membres du CAF. Pour les personnes non adhérentes au moment du stage, merci de nous en informer afin de vous faire une adhésion pour le week-end à 12 euros

RAQUETTISTES, quelques connaissances fondamentales sont indispensables à une pratique sereine et sûre de la montagne hivernale. L'ANENA et la FFCAM vous proposent sur un week-end d'acquérir une certaine autonomie au sein d'un groupe, une meilleure capacité à lire la montagne hivernale.

PROGRAMME

Au fil du stage : la construction du module se veut évolutive, le stagiaire occupe une place centrale.

Le premier jour est basé sur des ateliers de mises en situation sur le terrain. Elles visent à répondre à quelques questions : quoi observer (dans les versants, sous mes pieds), comment progresser efficacement, que faire en cas d'accident (secours/alerte) ? Des apports en salle permettent de prolonger le travail de terrain : les situations avalanches remarquables, les mécanismes de déclenchements des plaques, l'interprétation d'un bulletin d'estimation des risques d'avalanche...

Le deuxième jour, le groupe travaille sur une préparation d'itinéraire(s) détaillé(s). Sur le terrain, nous validons ou non les choix et abordons en cours de route les consignes de progression. Des simulations de secours avalanches sont mises en place.

DEPARTS

ALPES DU NORD

- DROME, La Jarjatte : **17 et 18 janvier 2015**
- ISERE, La Martinette : **24 et 25 janvier 2015**
- SAVOIE, La Giétaz : **28 février et 1^{er} mars 2015**

ALPES DU SUD

- HAUTES-ALPES, Pelvoux : **31 janvier et 1^{er} février 2015**
- QUEYRAS, Souliers : **14 et 15 février 2015 (rdv Château Queyras)**

MASSIF CENTRAL

- Chalet du Sancy : **14 et 15 février 2015**

VOSGES

- Chalet Les Trois Fours : **7 et 8 mars 2015**

PYRENEES

- HAUTES PYRENEES, Chalet La Grange de Holle : **21 et 22 février 2015**

RENDEZ-VOUS

A 8 h à l'hébergement correspondant à votre stage.

Si vous souhaitez arriver la veille, il vous appartient de réserver directement auprès du gîte concerné.

MATERIEL

Vêtements

Paires de gants (dont 1 paire de sous-gants), 1 bonnet, 1 sac à dos (35 à 45 litres), 1 gourde ou 1 bouteille, 1 thermos, pull léger fibre polaire, veste en fourrure polaire épaisse, veste et pantalon en Gore-Tex ou similaire, lunettes de glacier, masque de ski, crème solaire, petite pharmacie personnelle (soins des pieds, maux de tête, troubles digestifs, ...), lampe frontale, 1 sac en drap (sac à viande), linge de toilette.

Technique

Matériel de raquettes (raquettes, bâtons, chaussures de randonnée, guêtres), **DVA, sonde, pelle OBLIGATOIRE**, carte TOP 25 du lieu de stage, papier et crayon...

FORMALITES – A APPORTER LE 1ER JOUR DU STAGE

Document d'auto-évaluation rempli (transmis à l'inscription), carte du CAF de l'année en cours avec assurance de personne ou attestation d'assurance confirmant que vous êtes bien couvert pour les activités qui sont pratiquées lors du stage et détaillant les garanties Individuelles Accident, Rapatriement et Frais de recherche ainsi que leurs montants.

CONDITIONS DE STAGE

Le prix comprend

L'hébergement, le repas du soir et le petit-déjeuner, l'encadrement par un guide de haute montagne et les supports de formation ANENA/FFCAM.

Le prix ne comprend pas

Les vivres de courses, les repas de midi, les boissons, les transferts sur place, les éventuelles remontées mécaniques.

RAPPEL DU NIVEAU

Les formations

Ces stages ont pour but d'acquérir les règles d'évolution en randonnée hivernale (hors terrain glaciaire) et visent à donner aux participants les bases essentielles d'une pratique en sécurité.

Les clefs d'observations du milieu (neige, terrain) et de sécurité vous seront transmises par les guides ANENA/FFCAM. Il est conseillé d'arriver à ces stages avec un minimum de forme physique et de pratique technique.

IMPORTANT

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre la participation d'un stagiaire, si son niveau technique ou sa forme physique ne correspond pas à celui requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.


INSCRIPTIONS

Les inscriptions se font exclusivement en ligne sur le site mdlt@ffcam.fr ou via les pages dédiées sur les sites www.ffcam.fr ou www.anena.org.

Renseignements :

FFCAM

Le Sarret - 05 340 PELVOUX

 : 04 92 44 07 48 - Courriel : mdlt@ffcam.fr

INFORMATIONS PRATIQUES

DROME : Gîte de la Jarjatte

La Jarjatte - 26620 Lus-la-Croix-Haute

☎ : 04 92 58 52 88

Web : www.jarjatte.fr

Courriel : contact@jarjatte.fr

ISERE : Gîte de la Martinette

Lieu dit de la Martinette

38 580 La Ferrière d'Allevard

☎ : 04 76 45 08 17

Web : www.lamartinette.com

Courriel : la.martinette@wanadoo.fr

SAVOIE : La Villa Jeanne d'Arc

Centre de vacances

73590 La Giéttaz

☎ : 07 61 60 19 47

Web : <http://www.cvloc.com>

Courriel : contact@cvloc.com

HAUTES-ALPES : Chalet Alpin l'Eychauda

Le Sarret

05 340 Pelvoux

☎ : 04 92 23 49 51

Réservation en ligne sur : www.chaletleychauda.ffcam.fr

Courriel : chaletleychauda@ffcam.fr

HAUTES-ALPES, Queyras : Gîte Le Grand Rochebrune

Hameau de Souliers

05 350 Château Ville Vielle

☎ : 04 92 21 86 77

Réservation en ligne sur : www.gitedesouliers.fr

Courriel : legrandrochebrune@gitedesouliers.fr

MASSIF CENTRAL : Chalet du Sancy

Route du Sancy, 63240 LE MONT DORE

☎ : 04 73 22 34 81 - 06 89 88 35 81

Réservation en ligne sur : www.chaletdusancy.ffcam.fr

Courriel : chaletdusancy@ffcam.fr

VOSGES : Chalet des Trois Fours

Route des crêtes, 68140 STOSSWIHR

☎ : 03 89 77 32 59 ou 06 84 38 42 14

Réservation en ligne sur : www.chaletrefuge3fours.ffcam.fr

Courriel : chaletrefuge3fours@ffcam.fr

HAUTES-PYRENEES : Chalet La Grange de Holle

65120 Gavarnie

☎ : 05 62 92 48 77

Réservation en ligne sur : www.chaletlagrangedeholle.ffcam.fr

Courriel : chaletlagrangedeholle@ffcam.fr