

# FAIRE SA TRACE

## Formation aux stratégies de gestion de groupes en progression hivernale

**Durée :** 2 jours / 1 nuit

**Encadrement :** 1 guide pour 5 à 8 stagiaires

**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*

Vous pratiquez le ski de rando depuis quelques années et connaissez les bases de sécurité (nivologie, cartographie, DVA). L'ANENA et la FFCAM vous proposent d'approfondir, le temps d'un week end, tous les aspects de la progression hivernale : de la préparation des courses au choix de l'itinéraire, avec les stratégies de gestion de groupe.

### PROGRAMME

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

Le premier jour est basé sur des ateliers de mises en situation (lecture des conditions et des pentes, choix de la trace...) où toutes les décisions sont partagées au sein du groupe. Un retour en salle permet de prolonger les apports de terrain : critères de décision, les postures de comportement...

Le deuxième jour, chaque stagiaire s'implique dans une préparation d'itinéraire et se trouve placé en situation de conduite du groupe. L'encadrant insistera sur les paramètres, en partie liés au groupe, qui vous permettent de répondre à la question, peut-on continuer ou doit-on renoncer ?

### DEPARTS

#### ALPES DU NORD

- ISERE, La Martinette : **31 janvier et 1<sup>er</sup> février, 21 et 22 février 2015**
- SAVOIE, La Giétaz : **10 et 11 janvier, 28 février et 1<sup>er</sup> mars, 14 et 15 mars 2015**
- HAUTE-SAVOIE, Samoëns : **20 et 21 décembre 2014**

#### ALPES DU SUD

- HAUTES-ALPES, Pelvoux : **17 et 18 janvier, 24 et 25 janvier, 14 et 15 février 2015**

#### PYRENEES

- HAUTES-PYRENEES, Gavarnie : **7 et 8 février 2015**

### RENDEZ-VOUS

**A 8 h00** 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) avec fixation pour les skis, 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 (type sac à viande) ou duvet, linge de toilette.

### Technique

Matériel de ski de randonnée (skis affûtés et fartés avec fixation de randonnée, chaussures de ski de randonnée, peaux autocollantes, couteaux à neige, bâtons), **DVA, sonde, pelle OBLIGATOIRE**, carte TOP 25 du lieu de stage, papier et un 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 en chambre collective, 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 et les éventuelles remontées mécaniques.

## RAPPEL DU NIVEAU

---

### Les formations

Ces stages ont pour but d'approfondir les règles d'évolution en ski de randonnée (hors terrain glaciaire) et s'adressent à des randonneurs maîtrisant les bases de l'activité.

Après contrôle des fondamentaux (recherche DVA, observation du terrain), les guides ANENA/FFCAM vous donneront les clefs d'une gestion de sortie réussie.

### 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](mailto:mdlt@ffcam.fr) ou via les pages dédiées sur les sites [www.ffcam.fr](http://www.ffcam.fr) ou [www.anena.org](http://www.anena.org).

### Renseignements :

**FFCAM**

**Le Sarret - 05 340 PELVOUX**

 : 04 92 44 07 48 - Courriel : [mdlt@ffcam.fr](mailto:mdlt@ffcam.fr)

## INFORMATIONS PRATIQUES

---

### **ISERE : Gîte de la Martinette**

Lieu dit de la Martinette

38 580 La Ferrière d'Alleverd

☎ : 04 76 45 08 17

Web : [www.lamartinette.com](http://www.lamartinette.com)

Courriel : [la.martinette@wanadoo.fr](mailto:la.martinette@wanadoo.fr)

### **SAVOIE : La Villa Jeanne d'Arc**

Centre de vacances

73590 La Giettaz

☎ : 07 61 60 19 47

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

Courriel : [contact@cvloc.com](mailto:contact@cvloc.com)

### **HAUTE-SAVOIE :**

Refuge de Bostan

74340 Samoëns

☎ : 04 50 90 10 94 / 06 10 22 12 89

Web : <http://www.refugedebostan.com/contact.htm>

Courriel : [refuge.bostan@gmail.com](mailto:refuge.bostan@gmail.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](http://www.chaletleychauda.ffcam.fr)

Courriel : [chaletleychauda@ffcam.fr](mailto:chaletleychauda@ffcam.fr)

### **HAUTES-PYRENEES : Chalet Alpin La Grange de Holle**

65120 Gavarnie

☎ : 05 62 92 48 77

Réservation en ligne sur : [www.chaletlagrangedeholle.ffcam.fr](http://www.chaletlagrangedeholle.ffcam.fr)

Courriel : [chaletlagrangedeholle@ffcam.fr](mailto:chaletlagrangedeholle@ffcam.fr)