

FORMATIONS de la CHAMONNARD HIVER 2011/2012

➤ FORMATIONS PROPOSEES

1) LA FORMATION GENERALE « SKI HORS PISTE » NIVEAU 1

Niveau requis : bonne technique de ski ou surf « toutes neiges – tous terrains »

Contenu de la journée :

- prise d'informations (nivo-météo-service des pistes ...)
- matériel incontournable de la pratique du hors piste.
- lecture du terrain (risque d'avalanche, crevasses, pierres ...)
- gestion d'un groupe en ski
- formation DVA (ARVA) : l'objectif est de savoir retrouver 1 victime (recherche, sondage et dégagement) en moins de 15 min

Matériel nécessaire:

- votre matériel de ski
- ARVA (DVA), pelle et sonde
- Forfait de ski pour la journée et pique nique

DATES DES FORMATIONS: samedi 14 janvier 2012 - samedi 21 janvier 2012- jeudi 02 février 2012 - **samedi 04 février 2012 (spéciale jeune - de 18 ans)** - jeudi 09 février 2012 - mercredi 15 février 2012.

2) LA FORMATION SPECIFIQUE « SKI HORS PISTE » NIVEAU 2

Niveau requis : bonne technique et pratique régulière du ski ou surf hors piste et **bonne maîtrise de la recherche DVA mono victime.**

Contenu de la journée :

- rapide rappels des points abordés dans le programme ski hors piste niveau 1
- recherche multi victimes : l'objectif est d'être capable de retrouver 2 victimes (recherche, sondage et dégagement) en moins de 15 min
- mise en place d'un exercice secours en avalanche (simulation, blessés, indices de surface, gestion du stress, etc)

Matériel nécessaire:

- votre matériel de ski
- ARVA (DVA) numérique, pelle et sonde
- Forfait de ski pour la journée et pique nique

DATE DES FORMATIONS : lundi 09 janvier 2012 - mercredi 18 janvier 2012 - samedi 28 janvier - samedi 18 février 2012 - samedi 25 février 2012.

3) LA FORMATION SPECIFIQUE « SKI SUR GLACIER »

Niveau requis : connaissance du maniement de cordes et des nœuds de base - bonne technique de ski ou surf toutes neiges - tous terrains et maîtrise de la recherche DVA mono victime.

Contenu de la journée :

- techniques d'évolution et sécurité sur glacier
- techniques de sortie de crevasses (ancrage en corps mort et mouflage)

Matériel nécessaire:

- votre matériel de ski
- ARVA (DVA), pelle et sonde

- matériel de sécurité sur glacier : harnais, un brin de corde de 50m pour 2 pers mini, 2 broches à glace, prussik, autobloquant mécanique (si vous avez), 2 sangles (60 ou 120cm), casque
- forfait de ski pour la journée et pique nique

DATE DE LA FORMATION : samedi 04 février 2012

➤ INSCRIPTIONS

- par téléphone uniquement : 04.50.53.22.08
- nombre de places limité à 12 personnes par journée
- assurance personnelle couvrant les activités de ski sur pistes et hors pistes (il est possible d'en acheter une à la journée sur place à l'OHM)
- inscription validée à la réception d'un chèque de caution de 50 euros à l'ordre de la Chamoniarde (encaissé en cas d'absence ou de désistement moins de 48h avant la journée). Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps.
- adresse postale pour l'envoi de la caution : La Chamoniarde
Maison de la Montagne
190 place de l'église
74400 CHAMONIX

➤ DEROULEMENT DE LA JOURNEE

- 8h30 : RDV à l' OHM, restitution de la caution et signature de la fiche de présence
- 8h45 : départ sur le terrain en fonction des conditions
- 9h-15h30 : ateliers terrain
- le forfait journée est à la charge des participants
- le pique nique est à la charge des participants également

➤ RECAPITULATIF DES JOURNEES

| Date | | Type de journée |
|---------|-------------|--|
| Mois | jour | |
| Janvier | lundi 9 | hors piste niv 2 |
| | samedi 14 | hors piste niv 1 |
| | mercredi 18 | hors piste niv 2 |
| | samedi 21 | hors piste niv 1 |
| | Samedi 28 | hors piste niv 2 |
| février | jeudi 2 | hors piste niv 1 |
| | samedi 4 | hors piste niv 1 spéciale 15-18 ans |
| | samedi 4 | sortie crevasse |
| | jeudi 9 | hors piste niv 1 |
| | samedi 18 | hors piste niv 2 |
| | mercredi 15 | hors piste niv 1 |
| | samedi 25 | hors piste niv 2 |