



## FORMATIONS de la CHAMONNARDE HIVER 2016 / 2017

### Sécurité FREERIDE Jeunes

#### Ton profil :

- Je pratique le hors-piste avec des moniteurs, entraîneurs, mes parents... Je ne pense pas que j'irai seul... ou alors avec des potes qui connaissent. Je sais à peu près comment fonctionne un DVA. J'aimerais être plus autonome dans ma pratique.
- Je suis souvent à côté des pistes ou pas trop loin, toujours avec des potes ; je ne suis pas vraiment équipé mais je vais seulement en hors-piste quand je vois qu'il y a quelques traces. J'aimerais en savoir plus.
- Je fais régulièrement du hors-piste, pas très loin des pistes (mais un peu quand même...), mais j'y vais seulement quand je vois que « ça passe » et qu'il fait beau. Je suis quasiment toujours équipé. J'aimerais être sur le terrain avec un pro pour qu'il m'explique les choses que je ne maîtrise pas bien.
- Je fais régulièrement du hors-piste, dès que je peux. Il m'arrive, de plus en plus d'être pas mal éloigné des pistes avec mes potes : on est équipé, on s'entraîne, on se renseigne... mais j'aimerais en savoir plus.

Ton âge : \_\_\_\_\_

- J'ai déjà participé à une Journée Freeride

Âges : 13 → 17 ans

**Niveau :** bonne aisance sur pistes / niveau Flèche de bronze

### **Matériel :**

- ✓ Ton matos habituel (ski ou snowboard, c'est toi qui vois) en bon état + DVA pelle sonde (on peut te prêter si tu n'as pas). Pense à prendre la météo locale la veille, à t'équiper en fonction et à ne rien oublier.

La Chamoniarde n'est pas là pour t'expliquer les dangers du froid, du soleil, de la déshydratation ou l'importance d'avoir un casque quand on fait un sport de glisse mais pour t'apprendre à gérer un run. Par contre si tu as un doute ou une question, n'hésite pas à nous appeler (04 50 53 22 08).

- ✓ Un pique-nique
- ✓ Pour le forfait, soit tu as le Pass ou le MBU, soit tu l'achètes en début de journée.

### **Les dates qu'on te propose cet hiver (2017) :**

Mercredi 21 décembre 2016

Samedi 14 janvier 2017

Mardi 21 février 2017

Vendredi 24 février 2017

*Tu peux t'inscrire à 1 ou plusieurs journées (pour réviser ...)*

### **Inscriptions :**

- ✓ Tu nous appelles (Office de Haute Montagne - 04.50.53.22.08) ou tu passes directement au bureau (dernier étage Maison de la Montagne).
- ✓ Renseigne- toi auprès de tes parents afin de savoir si tu as une assurance RC, et une assurance ski couvrant les frais de secours (possibilité d'acheter une assurance à la journée dans nos bureaux EN TEMPS VOULU..... en gros, pas le matin à 8h30 !).

Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps et nous prévenir en cas de VRAI problème 48 h avant la journée au 04 50 53 22 08.

### **Déroulement de la journée :**

8h30 : rendez-vous à l'OHM avec ton matériel

On commence par un peu de théorie à l'OHM puis on va mettre en pratique sur le terrain (Brévent).

17h : fin de la journée à l'OHM

### **Et pour conclure :**

Ces journées de formation sont là pour te donner un « package sécurité hors-piste »

Plus concrètement : cette formation a pour vocation de te sensibiliser à la pratique et aux dangers du ski en dehors des pistes balisées. Elle ne souhaite pas t'encourager à la pratique du ski hors-piste. Elle a simplement pour but de te transmettre des connaissances et initier ou parfaire ton expérience. Il ne s'agit en aucun cas d'une formation qui te donne « le droit » d'aller en hors-piste. Elle n'est pas non plus une garantie de bons comportements de ta part ! La pratique du ski hors-pistes reste sous ta responsabilité ou celle de ceux qui t'encadrent. *La Chamoniarde* ne saurait en aucun cas être tenus responsables de ta pratique, ni de tes décisions.