

## WE SÉCU RANDO

### OBJECTIF :

Gagner en autonomie dans sa pratique.  
Préparer et effectuer ses sorties en sécurité.

### NIVEAU REQUIS :

bonne technique de ski « toutes neiges tous terrains », avoir déjà pratiqué la randonnée à ski (ou split-board) : maîtrise des conversions, de l'utilisation des couteaux, rythme moyen de 300m/h min.

### DURÉE :

2 jours - groupe de 5 personnes maximum

### PRIX :

110 euros (une partie des frais pédagogiques est pris en charge par l'association)

Ouverture des inscriptions 15 jours avant la date de la formation et sous réserve des décisions gouvernementales.



## CONTENU

- Prise d'informations (météo, BERA...)
- Préparation de l'itinéraire
- Lecture du terrain et stratégies de progression à la montée et à la descente. Gestion de la sécurité dans les déplacements.
- Gestion de groupe (rôle du leader, facteurs humains, communication)
- Secours en avalanche mono victime : donner une alerte efficace, apprendre à retrouver une victime ensevelie (méthodes de recherche, de sondage et de dégagement) en moins de 15 minutes et effectuer les gestes de premiers secours.
- Cartographie et nouvelles technologies, orientation.

## MATERIEL

- Matériel deski de randonnée (peaux de phoques, couteaux) et casque de ski/de montagne.
- DVA numérique avec fonction marquage, pelle et sonde (éventuellement possibilité de prêt)
- Assurance couvrant les activités de ski sur pistes et hors-pistes
- Pique-nique
- Carte IGN de Chamonix (optionnel)

## DEROULEMENT

**8h30** : RDV à l'OHM.

Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)

**9h30-16h30** : ateliers sur le terrain



## INSCRIPTION

 04 50 53 22 08 

 sur place, locaux OHM, Maison de la Montagne - Chamonix

Pré-inscription valable 48H et validée à la réception du règlement (paiement en ligne via la plateforme



Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée. Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps.

En cas d'annulation de notre part, la formation sera intégralement remboursée.