FREE-RIDE



objectifs

Connaître la base de la sécurité en hors-piste.



contenu

- > Matériel de sécurité et de sauvetage
- > Prise d'informations (météo, BERA, conditions...)
- > Lecture du terrain (identifier les dangers et les zones sûres)
- > Gestion de la sécurité dans les déplacements
- > Secours en avalanche monovictime: passer une alerte efficace, rechercher et dégager une victime ensevelie et effectuer les gestes de premiers secours



BASE SÉCU FREERIDE

FORMATIONS HIVER 2025-2026





1 JOURNÉE Groupe de 6 max/quide



Remontées mécaniques nonincluses. Une partie des frais pédagogiques est prise en charge par l'association.



(déroulement

8h30 : RDV au bureau de l'OHM. Parking Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)

9h30-16h30 : Ateliers sur le terrain



niveau requis

Bonne technique de ski ou snowboard toutes neiges et tous terrains. Connaissance de base de l'utilisation du matériel de sauvetage avalanche (DVA, pelle, sonde).



matériel

- Ski / snowboard
- Casque de ski
- DVA numérique avec fonction marquage, pelle et sonde (possibilité de prêt)
- Forfait de ski pour la journée (minimum Chamonix le Pass)
- Assurance couvrant les
- Pique-nique



dates

samedi 3 janvier 2026 COMPLET samedi 17 janvier 2026 **COMPLET** samedi 31 janvier 2026 samedi 7 février 2026 samedi 21 février 2026



inscriptions

Par téléphone au 04 50 53 22 08 ou sur place à l'OHM. Pré-inscription valable 48h et validée à la réception du règlement (via helloasso.com)

1 Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée,





