



WEEK END SÉCU GLACIER

FORMATION
ETE 2023

OBJECTIFS :

- Maîtriser les techniques d'évolution en terrain glaciaire et mixte facile
- Assimiler les techniques de sauvetage et d'auto-sauvetage en crevasse
- Acquérir des connaissances de base sur la haute montagne et en orientation.

CONTENU :

- Lecture et étude de la morphologie du terrain (pentes, zones crevassées...)
- Techniques de progression et adaptation du type d'encordement en fonction des caractéristiques du terrain (randonnée glaciaire, pente/couloir, arête...)
- Arrêt d'une chute
- Réalisation d'ancrages dans la neige et la glace
- Techniques de base de sauvetage et d'auto-sauvetage en crevasse (mouflage, remontée sur corde...)
- Notions de météorologie, sciences alpines, climatologie, orientation
- Bases de premiers secours



CONDITIONS D'INSCRIPTION :

Être âgé de + de 18 ans.
Avoir réalisé quelques courses en autonomie en haute montagne telles que l'aiguille du Tour, la traversée de la Vallée Blanche, le Grand Paradis... Connaissance des nœuds de base et bonne condition physique.

PRIX : 150 €

hors demi-pension refuge et remontées mécaniques (une partie des frais pédagogiques est prise en charge par l'association)



DURÉE :

2 JOURS
Groupe de 5 personnes/
guide

MATÉRIEL DE SÉCURITÉ SUR GLACIER :

- Harnais + longe dynamique équipée d'un mousqueton de sécurité unidirectionnel.
- Casque, piolet, crampons
- 2 sangles de 120 cm, 2 mousquetons de sécurité, 1 autobloquant (mécanique ou cordelette), 2 broches à glace, 2 mousquetons simples, 1 poulie autobloquante type mini traction, micro traction ou pro traction avec son mousqueton de sécurité
- 1 corde adaptée à la progression sur glacier de 40 m minimum pour 2 personnes (ou une chacun si personne seule). Si doute : nous contacter
- 1 cordelette de 5m (diamètre 5mm min)



- + Equipement adapté à la haute montagne (chaussures d'alpinisme, vêtements...)
- + Pique-nique et boisson pour les deux jours (possibilité d'en prendre un au refuge pour J2)
- + Drap sac
- + Le forfait pourra être acheté directement aux caisses
- + Assurance couvrant les activités de montagne

DÉROULEMENT J1

8H00 : RDV à l'OHM. Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)

9H15-11H30 : montée au col de Balme par les remontées mécaniques puis au refuge Albert 1er par le sentier (520 m D+)

11H30-17H00 : Ateliers sur le terrain
Préparation de la journée du lendemain
Repas et nuitée au refuge Albert 1^{er}

J2

8H00-14H30 : Ateliers sur le terrain
15H30-17H00 : Descente et débriefing

INSCRIPTION :

04 50 53 22 08

Sur place : Locaux OHM :
Maison de la Montagne à Chamonix
Pré-inscription valable 48H
et validée à la réception du règlement (paiement en ligne via la plateforme Helloasso).



DATES :



- **3 & 4 JUIN**
- **10 & 11 JUIN**
- **8 & 9 JUILLET**
- **15 & 16 JUILLET**

 **Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée.**

Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps.

La Chamoniarde se réserve le droit de l'annuler en cas de force majeure.

