

SKI DE RANDO



objectifs

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



contenu

- > Prise d'info (météo, BERA..) et préparation de l'itinéraire
- > Cartographie et nouvelles technologies
- > Lecture du terrain & 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)
- > Outils d'aide à la décision et à la gestion des risques
- > Secours en avalanche mono victime : passer une alerte, rechercher et dégager une victime et effectuer les gestes de premiers secours



Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée. Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps, sauf exception. Dans ce cas, la formation sera intégralement remboursée.



WEEKEND SÉCU FORMATION HIVER 2025-2026



niveau requis

Bonne technique de ski toutes neiges tous terrains, pratiquer la randonnée à ski (ou splitboard): maîtrise des conversions, de l'utilisation des coupeaux, rythme moyen de 300m/h mini. Connaissance de base de l'utilisation du matériel de sauvetage avalanche (DVA pelle, sonde)



durée

2 JOURS

Groupe de 6 max/guide



prix

130€

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



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 (paiement en ligne via helloasso.com)



matériel

- Matériel de ski de randonnée (peaux de phoques, coupeaux)
- Casque de ski / montagne
- DVA numérique avec fonction marquage, pelle et sonde (possibilité de prêt)
- Assurance couvrant les activités de montagne y compris le ski sur domaine skiable
- Pique-nique



RDV

J1 8h30 à l'**OHM**. Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)



dates

sam. 13 / dim. 14 déc. 2025
sam. 3 / dim. 4 janvier 2026
sam. 10 / dim. 11 janv. 2026
sam. 17 / dim. 18 janv. 2026
sam. 24 / dim. 25 janv. 2026
sam. 31 jan. / dim. 1 fév. 2026
jeu. 5 / ven. 6 février 2026
sam. 21 / dim. 22 février 2026
sam 28 fév / dim 1 mars 2026
sam. 7 / dim. 8 mars 2026
jeu. 12 / ven. 13 mars 2026
sam. 21 / dim. 22 mars 2026

