

SKI DE MONTAGNE 16-19 ANS



WEEKEND SÉCU
FORMATIONS HIVER 2025-2026



objectifs

Adeptes du Freeride, tu vas de + en + loin - souvent avec tes peaux - et dans du + en + raide. On te propose de construire ta pratique du ski de montagne (hors glacier) et explorer la pente en sécurité.



contenu

- > Lecture de terrain
- > Gestion des déplacements en terrains techniques (montée/descente)
- > Manip de corde (corps mort, rappel, main courante)
- > Notions de nivologie
- > Sauvetage en avalanche



durée

1 WEEKEND

Groupe de 8 max.



matériel

- Skis de rando, peaux, couteaux + casque
- DVA numérique, pelle, sonde
- Baudrier, crampons, piolet
- Forfait : soit tu as le Pass ou le MBU, soit tu l'achètes en début de journée
- Pique-nique
- Assurance RC, et une assurance couvrant les activités de montagne y compris le ski sur domaine skiable



niveau requis

Très bons skieurs & skieuses. Pratiquer le ski de rando, connaître son matériel et les techniques de sauvetage en avalanche.



déroulement

J1 : RDV à 8h30 à l'OHM avec ton matos. On commence par un peu de théorie à l'OHM puis on va mettre en pratique sur le terrain (domaine du Brévent).

J2 : Course d'application suivant les conditions



prix

GRATUIT
Remontées mécaniques non-incluses



dates

7-8 février 2026
14-15 février 2026



inscriptions

Par téléphone au **04 50 53 22 08** ou sur place à l'OHM, au dernier étage de la Maison de la Montagne avec le formulaire d'inscription.

 Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps. Nous prévenir en cas de VRAI problème au moins 48h avant la journée.

