

SKI DE MONTAGNE



objectifs

Acquérir les connaissances & les techniques nécessaires à la pratique du ski de montagne (couloirs..) en sécurité.



contenu

- > Lecture de terrain
- > Gestion des déplacements
- > Techniques et astuces de ski en terrain raide et/ou complexe
- > Manips de corde : apprendre à s'assurer / sécuriser pour franchir un passage (corps mort, rappel ...)
- > Notions de nivologie



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)



WEEKEND SÉCU
FORMATION HIVER 2025-2026



niveau requis

Skieur de randonnée expérimenté, bon niveau technique.

Avoir fait un week-end ski de rando avec La Chamoniarde

Autres : s'adresser à l'OHM



durée

2 JOURS

Groupe de 8 skieurs pour
2 guides formateurs



prix

160€

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



dates

sam. 14 / dim. 15 mars 2026
sam. 21 / dim. 22 mars 2026

COMPLET

⚠ 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.



déroulement

J1 : 8H00 au bureau de l'OHM (Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)
9h00 -16h30 : ateliers sur le terrain

J2 : course d'application suivant les conditions



matériel

- Matériel de ski de randonnée + peaux + couteaux
- DVA numérique, pelle, sonde
- Casque de ski alpi + piolet + crampons acier
- Baudrier + longe dynamique équipée d'un mousqueton de sécurité + mousqueton directionnel
- 1 descendeur + 1 anneau de cordelette pour autobloquant + 1 sangle de 120 cm + 3 mousquetons de sécurité
- 1 corde dynamique de 30/40 m
Si doute : nous contacter
- Forfait (peut être acheté le matin même)
- Pique-nique
- Assurance RC, et une assurance couvrant les activités de montagne y compris le ski sur domaine skiable

