



WEEK END SÉCU

SKI DE MONTAGNE

16-19 ANS

FORMATION
HIVER 2024/2025



OBJECTIF

Adepte 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



NIVEAU REQUIS

Très bons skieurs et skieuses

MATÉRIEL



- Skis de rando, peaux, couteaux + casque
- DVA numérique, pelle, sonde
- 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



DÉROULEMENT

8H30 : RDV au bureau de l'OHM avec ton matos

17H00 : Fin de la journée

- > Lecture de terrain
- > Gestion des déplacements
- > Technique de ski en terrain bordélique
- > Manip de corde (corps mort, rappel, main courante)
- > Notions de nivologie
- > Sauvetage en avalanche



DURÉE

1 WEEK-END

Groupe de 8 jeunes max



PRIX :

GRATUIT



INSCRIPTION :

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



DATES

● **1-2 MARS 2025**



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

