



WEEK END SÉCURITÉ TERRAIN D'AVENTURE COURSES D'ARÊTE

FORMATION ÉTÉ 2025



OBJECTIFS :

- Maîtriser les techniques d'assurage et les modes de progression en rocher
- Apprendre ou réviser les manœuvres de corde et la pose de coinces pour évoluer en sécurité



CONDITIONS D'INSCRIPTION :

Être âgé de + de 18 ans
Avoir fait un WE Sécu rocher ou être autonome en grandes voies et en falaise
Avoir une assurance personnelle couvrant les sports de montagne

CONTENUS :

- Point matériel
- Techniques de progression en corde courte et terrain d'aventure
- Protection du relais, gestion du facteur de chute et du tirage
- Assurage en mouvement
- Manoeuvre de rechappe
- Premiers secours

MATÉRIEL:

- Baudrier avec mousqueton sécurité et descendeur
- 1 longe dynamique équipée d'un mousqueton de sécurité
- Casque, gants d'escalade
- Corde à simple de 50 ou 60 m
- 4 dégaines
- 1 sangle de 120 cm et 2 mousquetons simples
- 1 anneau de 60 cm en cordelette de 5 à 6 mm de diamètre pour autobloquant
- 3 mousquetons à vis
- Anneaux de corde (cousus 120 cm ou faits maison) pour confection de relais
- Assureur couramment utilisé lors de votre pratique
- Equipement de montagne (chaussures d'approche et chaussons)
- Coinces, si vous avez !
- Pique-nique



PRIX : 170 €

Hors prix des remontées mécaniques (1 jour)
(Une partie des frais pédagogiques est prise en charge par l'association)



DURÉE :

2 JOURS
4 personnes/guide

DATES :



- 19 & 20 JUILLET
- 16 & 17 AOÛT

DÉROULEMENT



- **J1**
8H30 : RDV à l'OHM (dernier étage de la maison de la Montagne). Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)
9H30-16H00 : Ateliers sur le terrain
- **J2**
9H00-16H00 : Ateliers sur le terrain

INSCRIPTION :

04 50 53 22 08



Sur place à l'Office de Haute Montagne (Maison de la Montagne à Chamonix)

Pré-inscription valable 48h et validée à la réception du règlement (paiement en ligne via la plateforme Helloasso)



Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée
Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps (sauf situation extrême)
La Chamoniarde se réserve le droit de l'annuler en cas de force majeure
Inscription individuelle (2 personnes max = binôme)

