



RANDONNÉE HIVERNALE EN AUTONOMIE

RAQUETTES A NEIGE

FICHE TECHNIQUE

PERSONNES CONCERNÉES

- Toutes personnes ayant déjà des connaissances en randonnée sans balisage, orientation et cherchant à acquérir des connaissances dans le domaine de la randonnée hivernale en autonomie, dans un souci de sécurité, en raquettes à neige

DURÉE et LIEU

- Six jours, soit 48 heures environ, Hautes-Pyrénées, Secteur Vallée d'Aure

OBJECTIFS

- Perfectionnement des connaissances relatives à la cartographie et orientation.
- Acquisition de connaissances relatives à la navigation, aux secours en montagne, aux avalanches, à la nivologie, aux techniques de survies, ancrages.
- Acquisition de connaissances liées aux techniques de progression en raquettes à neige (montées, descentes, dévers, pentes raides, trace, obstacles, état de surface)

DEROULEMENT

- En salle et sur le terrain, en travail individuel et en groupe.
- Révision en salle et sur le terrain des éléments de base. Echanges entre candidats des compétences et des niveaux de chacun.
- Connaissances approfondies des instruments, du matériel, de la carte (échelles, nord, lecture fine), distances, degrés, pentes, angles, méthodes d'orientations particulières (erreur volontaire, visée, étalonnage du pas, triangulation).
- Etablir une feuille de route, un profil de course, itinéraire de replis.
- Mises en situations.

ENCADREMENT:

- Accompagnateur en Montagne ou Guide de Haute Montagne

PRIX DU STAGE:

- Coût Pédagogique : 375€/personne (formation, documentation, encadrement)

MATERIEL NECESSAIRE:

- Nécessaire habituel à la randonnée en montagne hivernale en raquettes et de bivouac (duvet, isolant, sur-sac, réchaud, lunette, masque, etc.).
- Matériel nécessaire à l'orientation (altimètre, boussole à miroir).
- Matériel de secours individuel : couverture de survie, alimentation de réserve (sucres lents et rapides), sifflet, lampe frontale, bougies, chaufferette, vêtement de pluie - chaud, diathermiques personnels.
- Pack de sécurité (dva-pelle-sonde).
- Corde de randonnée (30 mètres), sangles, mousquetons à vis, sac poubelle 200 litres
- Cartes 1/50000°, Rando Editions : Bigorre-Pyrénées n° 4
- Carte IGN "TOP 25 n°1748 ET" NEOUVIELLE VALLEE D'AURE ».

ACCES ET ITINÉRAIRE

- A64, sortie Lannemezan (entre Toulouse et Tarbes), D929, direction Arreau-Espagne
- 30 kilomètres depuis l'A64, 30 minutes environ.

ACCUEIL:

- Le 1^{er} jour à 8 heures, à l'ALVA.

HEBERGEMENT:

Nous vous proposons, mais vous êtes libre :

- Gîte et accueil : « ALVA », Centre de Vacances Association Loisirs en Vallée d'Aure, route de Saint Lary à Vielle Aure, 65170, tel : 05.62.39.41.67, fax : 05.62.39.42.87, e-mail : club.alva@wanadoo.fr
35€ environ/pension/jour
26€ environ/demi-pension/jour

- Ravitaillement type « supérette » à Saint Lary, médecins, pharmacies, tous commerces.

PIECES A JOINDRE AU DOSSIER:

- Formulaire d'inscription complété
- Chèque du prix de la formation.
- Un certificat médical de non contre indication à la pratique d'une activité sportive de moins de 3 mois
- Une photo d'identité (actuelle)
- 3 enveloppes vierges format 162 x 230 et 3 timbres tarif LETTRE à plus de 20 grammes
- Une pièce d'identité en cours de validité

Votre fiche d'inscription pour ce stage est à retourner à :

**Philippe Passemard – Accompagnateur en Montagne
01 route des Pyrénées
65360 Bernac Debat**

Renseignements: 06.09.21.88.03 accompagnateur-pyrenees@orange.fr

- **Date limite inscription : 15 jours avant le début de la formation**
- **Si le délai est dépassé contactez la personne ci-dessus**
- **Stage réalisé à partir de 4 candidats**

Ecole Pyrénéenne de Formation aux pratiques de la Montagne

Stages et Services déposés à l'INPI

© ® Hubert Dedieu GHM - Philippe Passemard AEM