

FICHE TECHNIQUE au stage RAQUETTES 2019. **Animateur Randonnée Raquettes en MOYENNE MONTAGNE.**

I – Programme du stage :

Conduite d'un groupe en itinérance :

- Organisation et conduite d'un groupe en milieu hivernal et en moyenne montagne sur un ou plusieurs jours.
- Stage en situation sur des itinéraires à préparer, à découvrir et à gérer en situation.
- Découverte du manteau neigeux et de son évolution sous les agressions extérieures.
- Les trois grands types d'avalanches – Utilisation d'un DVA – Conduite à tenir en situation.
- Gestion d'un groupe selon les conditions rencontrées.
- Itinéraire de sécurité et sécurité des personnes.
- Orientation – Techniques obligatoires classiques – Utilisation du GPS en sécurité - Obligation de résultats.
- Dégradations physiques
- Abri de fortune
- Techniques élémentaires de secours.

II – Matériels :

En complément de votre fond de sac habituel pour l'hiver (cela fera partie du stage).

Matériel impératif :

- Couverture de survie, lourde (aluminium plastifié). La couverture de type médicale est pour le sauvetage.
- Couvre-chef – gants de rechange.
- Vêtements de rechange et de travail en salle.
- Masque (de ski)
- Sifflet
- Frontale
- Chaussures de montagne semi rigides à minima.
- Raquettes – Bâtons (télescopiques de préférence).
- DVA - Pelle – Sonde : Trio obligatoire.
- Boussole – Porte carte – Altimètre (peut être en commun) – Votre GPS.
- La carte à prévoir est IGN N° 3528 ET - Morzine.
- Une sangle plate de 8 ml.
- Anneau de 2 ml en 8 mm pour auto bloquant – 2 mousquetons, dont un de sécurité.

Le matériel technique collectif et de réparation est prévu par l'organisation.

Pour la carte et le travail en refuges, les éléments seront prévus par l'organisation.

III – Nourriture :

- Les vivres, repas au refuge ainsi que pendant les sorties sont prévus collectivement dans le forfait avec cependant une partie à transporter par les stagiaires (denrées périssables).
- Le repas du jeudi midi sera à la charge des stagiaires (environ 20 € pour l'auberge à Vacheresse).
- Les spécialités locales seront appréciées !!

IV – Couchage :

- Refuge de montagne LE CMACLIE situé à 1500 mètres sur la commune de 74360 VACHERESSE avec accès par route forestière non déneigée avec 650 mètres de dénivelée.
- Refuge ***, avec : couverture, couette, chauffage bois, électricité par groupe et éclairage solaire, WC secs en hiver, cuisine complète ***, prévoir sac à viande perso (éventuellement sac de couchage).