

http://www.clubalpin-idf.com/	Saison 2006 - 2007	CAF Ile de France Ski de montagne 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00
Ski de montagne Stage Nivologie (UV II) –17 et 18 mars 2007 à Chamonix		
N° d'agrément fédéral : 2007SNSMNA219702		

Inscription sur dossier exclusivement auprès des organisateurs

Nombre de participants : 14

Coût du stage : 70 € - Etablir un chèque à l'ordre du Club Alpin d'Ile de France

Ce coût inclut l'hébergement sur place en ½ pension et les frais d'organisation.

Le transport (1) est à la charge des participants

Nom et coordonnées des organisateurs

Christophe de FAILLY 33, rue Nicolo Paris 75116

tel : 01 45 03 57 96

cf11@free.fr

Hugues Nollet

hugues.nollet@rff.fr

+ 1 guide de l'ENSA

Programme de la formation :

Le stage comprend deux sessions :

+ une séquence théorique en salle à Paris (pour les non-franciliens, la lecture d'un ou des ouvrages cités ainsi que la visualisation du DVD « Neige et avalanches » de l'ANENA sont vivement recommandées)

+ deux jours de pratiques à ski sur massif montagneux enneigé

La séquence théorique est programmée le 8 mars à 19h30 . Sa durée est de 2 heures environ. Elle se déroule dans les locaux du CAF IdF 12, rue Boissonade Paris 14^{ème}

Les deux jours de pratique se déroulent à Chamonix

La session débute à 8 heures le samedi matin et se termine à 18 heures le dimanche.

Le stage est destiné aux skieurs de montagne expérimentés capables de gravir et de descendre toutes les pentes usuellement rencontrées en ski de montagne.

(Les surfeurs et les raquetistes sont admis dans ce stage après avis des organisateurs).

Le programme alterne les exercices théoriques en salle (le samedi matin, le samedi en début de soirée et le dimanche en fin d'après midi) et les exercices pratiques sur le terrain.(le samedi et le dimanche en journée).

Le programme permettra de découvrir successivement :

-Connaissance de la neige (propriétés, types de grain, effets du vent,...)

-Types de métamorphoses

-Coupes de neige, coin norvégien,rutschblock,...

-Les avalanches (mécanique des avalanches, types d'avalanche)

-Que faire en cas d'avalanche ? (mesures de sécurité, moyens de recherche, ARVA)

-Préparation d'une sortie (bulletins météo et nivologique, le choix d'une course, les méthodes

d'appréciation du risque nivologique, la trace, les précautions à prendre)

Remarque : La recherche ARVA est considérée comme essentielle et fera l'objet d'une approche et d'un suivi poussé lors de ce stage (recherches simples et multiples, organisation de la recherche,...).

Le rendez vous précis le samedi matin sera communiqué par les organisateurs lors de la séquence théorique.

Lectures recommandées :

+ les sports de neige JP Zuanon

+ Guide Neige et Avalanches

+ Les cahiers de l'ENSA

+ARVA mode d'emploi

+Tout savoir ou presque sur les avalanches

+Neige et sécurité

+Dans le secret des avalanches F.Sivardière

+DVD « Neige et avalanches »

Editions du Seuil

Edisud

ENSA

ANENA

ANENA

CAF

Glénat

ANENA

Conditions d'hébergement :

Gîte à Chamonix – hébergement en demi-pension.
Prévoir en complément les vivres de course pour les deux journées

Transport :

(1) Possibilité de bénéficier d'une place dans un car couchette du CAF IdF (s'inscrire auprès du club le plus tôt possible)

+ départ de Paris Porte d'Orléans le vendredi 7 mars se présenter à **20h précises**

+ retour Paris Porte d'Orléans le lundi 10 mars vers 5h30

Pour les non-franciliens, rendez-vous au « Chamoniard volant » route des frasses le samedi à 8h00

Equipement :

L'équipement est celui des sorties en ski de montagne (cf le programme NEIGES 2007).

La pelle à neige et la sonde sont indispensables.

L'ARVA est ABSOLUMENT indispensable

Les organisateurs ne pourront pas autoriser un inscrit à suivre les séances pratiques du stage s'il ne dispose pas d'un appareil en état de bon fonctionnement (se munir de piles de rechange)

Documents administratifs à prévoir :

Carte du CAF et carte d'identité

Moyen de paiement des dépenses sur place

Inscription sur dossier :

Télécharger le formulaire d'inscription ou se le procurer au bureau du CAF IdF, le faire compléter par le président de votre club et le transmettre à Christophe de Failly.

Si vous désirez utiliser le car IdF au départ de Paris , veuillez découper, remplir et renvoyer la fiche suivante au secrétariat du CAF IdF avec votre dossier d'inscription, la photocopie de votre carte d'adhérent CAF et le chèque d'inscription

Je soussigné (nom) _____ (prénom) _____
membre du CAF à jour de ma cotisation, désire m'inscrire à la formation Nivologie après avoir pris connaissance des conditions générales de son organisation, telle qu'elles figurent dans la fiche programme et dans la brochure "Neiges 2007"

Je certifie posséder les aptitudes techniques et physiques requises pour pratique du ski de montagne et être informé des risques présentés par cette activité.

Eléments d'information pour l'inscription au stage (à remplir soigneusement)

N°d'adhérent CAF : _____, Section : _____

(joindre une copie de votre carte du CAF en cas d'affiliation hors IdF)

Domicile : téléphone : _____, e-mail : _____

Adresse : _____

Personne à prévenir en cas d'accident :

NOM : _____ Prénom : _____, Lien de parenté : _____

Domicile : téléphone : _____, Mobile : _____, Fax : _____

Adresse : _____

Bureau : téléphone : _____, Fax : _____

A : _____, le : _____, Signature :