

http://www.clubalpin-idf.com/	Saison 2014-2015	CAF Ile de France Ski de montagne 12, rue Boissonade 75014 PARIS tel : 01 42 18 20 00
Ski de montagne		
Stage Nivologie (UV I) –10/11 janvier 2015 à Granier - Tarentaise		
N° d'agrément fédéral : 2015SNSMFNA10301		

Inscription sur dossier exclusivement auprès des organisateurs

Nombre de participants : 10, maximum 12

Coût du stage : 80 € maximum pour 10 participants - 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 **en dehors des frais de remontées mécaniques éventuels.**

Le transport (1) est à la charge des participants; **l'utilisation du car affrété par le CAF Ile de France est impérative pour les stagiaires domiciliés en Ile de France.**

En cas de conditions nivo-météo défavorables, la destination pourra être modifiée, un autre moyen de transport proposé, voire le stage être annulé.

Nom et coordonnées des organisateurs

MALBOS VERONIQUE
38 rue de Silly
92100 Boulogne Billancourt
Tél. +33 1 46 04 34 30
Mèl: veroniquemalbos@yahoo.fr

YANN LE BARS
45 av. Jean Moulin
75014 Paris
+33 6 79 45 67 00
ylebars@gmail.com

Programme de la formation :

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 de réduction du risque nivologique (3*3, vigilance encadrée)
- L'importance du facteur humain (McCammon, recherches récentes)

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,...).
La maîtrise de l'ARVA en recherche simple est recommandée à l'inscription au stage

Il est vivement conseillé de suivre les 2 séquences théoriques en salle à Paris avant le week-end :

15-FOR05 - Initiation à la nivologie le Jeudi 4 décembre 2014 à 19h30 au club

DATE A CONFIRMER - Nivologie et méthodes de réduction de risque

Et de pratiquer lors des séances programmées en région parisienne

15-FOR03 - Initiation à l'utilisation des DVA le Samedi 22 novembre 2014

15-FOS01 - Découverte et entraînement DVA - Pour raquetistes et skieurs le Samedi 29 novembre 2014

Lectures recommandées :

- | | |
|--|-------------------|
| + les sports de neige JP Zuanon | Editions du Seuil |
| + Guide Neige et Avalanches | Edisud |
| + Les cahiers de l'ENSA | ENSA |
| +ARVA mode d'emploi | ANENA |
| +Tout savoir ou presque sur les avalanches | ANENA |
| +Neige et sécurité | CAF |
| +Dans le secret des avalanches F.Sivardière | Glénat |
| +DVD « Neige et avalanches » | ANENA |
| + « La Neige » et « Attention avalanche ! » de R.Bolognesi | NATHAN |

Conditions d'hébergement :

Gîte 'Pollen' – hébergement en demi-pension.

Prévoir en complément le déjeuner du samedi et des vivres de course pour le dimanche

Transport :

(1) Car couchette du CAF IdF (s'inscrire auprès du club le plus tôt possible). Le prix du car est en supplément du coût du stage et doit être réglé à l'inscription.

- départ de Paris Porte d'Orléans le vendredi 09 janvier à 22h
- retour Paris Porte d'Orléans le lundi 03 février vers 5h30

Rendez-vous à préciser pour les non-franciliens.

Equipement :

L'équipement est celui des sorties en ski de montagne (cf. le programme NEIGES 2015).

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)

L'utilisation d'un appareil numérique est très vivement recommandée

Documents administratifs à prévoir :

Carte du CAF

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 Véronique Malbos

Si vous utilisez le car IdF au départ de Paris , veuillez découper, remplir et renvoyer la fiche suivante à l'organisateur 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 2014"

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 :