

26-FOR11

Ski de montagne

Stage compétences Milieu enneigé 3.4 (ex Nivologie UV II) et 3.2 Réussir sa sortie (RSS)

09/11 janvier 2026 vallée de la Guisane

Inscription sur dossier exclusivement auprès des organisateurs

Objectifs du stage :

Le stage permettra aux participants de valider tous les objectifs des modules de perfectionnement 3.2 (Réussir sa sortie), et 3.4 (Milieu montagne enneigée ex NAI), tel que définis dans les fiches de compétence de la FFCAM.

Nombre de participants : 8/10

Coût du stage : 60€ - En cours de définition ; les stagiaires s'acquitteront des frais de refuge en ½ pension (50€/nuit) si nuit en refuge et des frais de transport à leur charge (transport à organiser entre les participants)

Nom et coordonnées des organisateurs

Christophe de FAILLY

tel : 06 82 66 50 48

cf11@free.fr

et Christophe Arqué

tel : 06 16 02 33 37

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)

le samedi 29 novembre de 14h00 à 18h00 au club

- Trois jours de pratique à ski en massif montagneux enneigé

Les deux jours de pratique se déroulent dans la vallée de la Guisane (Serre Chevalier) dans un chalet prêté par un des organisateurs ou en refuge (en cours de demande).

La session débute à 9 heures le vendredi matin et se termine à 15 heures le Dimanche.

Le stage est destiné **en priorité aux participants de l'activité ski de randonnée se destinant à l'encadrement dans le cadre du CAF.**

Des places pourront être proposées à des pratiquants ne se destinant pas à l'encadrement mais souhaitant se perfectionner en fonction des places disponibles

Les surfeurs, alpinistes et raquetistes sont admis dans ce stage après avis des organisateurs

Le programme alterne les exercices théoriques en salle et les exercices pratiques sur le terrain.

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)

- Les méthodes de réduction de risque : 3x3, Cristal

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

- 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 DVA 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 du DVA numérique en recherche simple et multi-victimes est un pré-requis à l'inscription au stage

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 »
- + « La Neige » et « Attention avalanche ! » de R.Bolognesi

Editions du Seuil
Edisud
ENSA
ANENA
ANENA
CAF
Glénat
ANENA

disponible en occasion sur Amazon : simples, pédagogiques, et pas ruineux (10€ chaque) ; c'est mon coup de cœur)

- + Avalanches
- +Avalanches, comment réduire les risques

Editions du Mont Blanc
Editions Guerin

Conditions d'hébergement :

Hébergement en gestion autonome dans le chalet d'un des organisateurs ou en demi-pension au refuge du Clot des Vaches dans la vallée de la Guisane
Prévoir en complément les vivres de course pour les trois journées

Transport :

En TGV Paris-Grenoble + bus LER55 de Grenoble à Serre Chevalier (arrêt de Prélong à La Salle Les Alpes)
ou voiture commune depuis Paris

Equipement :

L'équipement est celui des sorties en ski de montagne.

Le DVA, la pelle à neige et la sonde sont indispensables.

-De quoi prendre des notes

Le DVA 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 exigée

Documents administratifs à prévoir :

Carte du CAF
Moyens de paiement des dépenses sur place

Inscription sur dossier :

Le formulaire d'inscription sera envoyé directement par l'organisateur aux participants après un contact direct avec celui-ci.

EN CAS D'ACCIDENT GRAVE

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles au lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.