

# Cartographie-Orientation niveau Perfectionné

## 3.3 Environnement de pratique : milieu montagne 2

### 10 octobre et 11 octobre 2026

#### Contenu de la formation

- 3.3.1 Interpréter les conditions météorologiques
- 3.3.2 Évoluer en groupe autonome dans le milieu montagne (Cartographie-Orientation 2)

#### Organisateur

Jean Dunaux  
mail : [idx.cafidf@ik.me](mailto:idx.cafidf@ik.me)  
téléphone : 0672708243

#### Adhérents concernés

Futurs encadrants en montagne et tout adhérent souhaitant évoluer vers d'avantage d'autonomie.

#### Pré requis

Avoir validé les connaissances/compétences du 3.3 milieu montagne 1 niveau Initié

#### Déroulement

Effectif limité à 8 stagiaires.

Le stage se déroule sur un week-end au Prieuré Saint Thomas à Epernon (28230)  
Le programme comporte des exposés et exercices en salle et des exercices sur le terrain.

#### Horaires

Le samedi 10 octobre rendez-vous à 09h15 au Prieuré pour un début du stage à 9h30 jusqu'au dimanche 11 octobre 17h00 à Rambouillet.

## Participation aux frais du stage

Frais de stage : 101 €

- **comprend** : le repas du samedi midi et soir, le petit-déjeuner du dimanche, l'hébergement en chambre de 4 (avec draps et couvertures), et la location d'une salle de cours
- **ne comprend pas** le repas du dimanche midi : le Prieuré propose des piqueniques (10€), il faut les prévenir le samedi.

Si vous avez des contraintes alimentaires, me le signaler au plus tôt, toutefois sans garantie que le Prieuré puisse y répondre favorablement.

## Programme du stage FFCAM

Théorie et exercices en salle ainsi qu'exercices pratiques sur le terrain, les points suivants seront abordés :

- **3.3.1 Interpréter les conditions météo**
- ✓ Connaitre les conséquences des conditions météorologiques sur les activités et les mesures de précaution à prendre
- ✓ Savoir analyser le bulletin météo : pictogrammes, évolution à venir, vigilances Météo France...
- ✓ Connaitre les particularités de la météo en montagne et savoir détecter un changement de temps sur le terrain
- ✓
- **3.3.2 Évoluer en groupe autonome dans le milieu montagne (CO2)**
- ✓ Interpréter finement les informations d'une carte topographique.
- ✓ Maîtriser l'usage des outils d'orientation (boussole et géo-localisation par satellite)
- ✓ Créer un itinéraire complexe (hors sentier, mauvaise visibilité, points de décision, plan B...) et établir un plan de marche correspondant

## Vidéos à visionner avant le stage

Piège mortel sur la Haute route (drame du pigne d'Arolla) :

<https://www.dailymotion.com/video/x8wz18c>

<https://www.rts.ch/info/regions/valais/13990248-le-documentaire-piege-mortel-sur-la-haute-route-retrace-le-drame-du-pigne-darolla.html>

Météo

<https://www.youtube.com/watch?v=yNJBIGFJGBo>

<https://www.arte.tv/fr/videos/110976-000-A/les-alpes-la-fabrique-de-notre-meteo/>

## Matériel nécessaire

- ✓ Equipement pour sortie en plaine en saison hivernale, de jour comme de nuit.
- ✓ Boussole à plaquette et altimètre barométrique
- ✓ Lampe frontale
- ✓ Carte IGN TOP25 2215 OT
- ✓ GPS si vous en possédez un
- ✓ Smartphone avec application de Cartographie
- ✓ Piquenique du dimanche
- ✓ Serviette et savon de toilette
- ✓ Cha

## Hébergement

Prieuré Saint Thomas 29, rue du Prieuré Saint-Thomas 28230 Épernon  
<https://www.prieure-saint-thomas.fr/>

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Prieur%C3%A9\\_Saint-Thomas\\_d%27%C3%89pernon](https://fr.wikipedia.org/wiki/Prieur%C3%A9_Saint-Thomas_d%27%C3%89pernon)

## Transport

- 60 km de Paris par la RN 10
- TER Centre Val de Loire Gare Paris Montparnasse arrêt Epernon puis 10 minutes de marche depuis la gare
- Je serai en voiture mais nous aurons besoin d'un deuxième véhicule le dimanche. Si vous souhaitez proposer un covoiturage le samedi, merci de me le confirmer

## Inscription

Adhésion à un club FFCAM pour l'année 2026/2027.

Demande d'accord préalable à Jean Dunaux

## EN CAS D'ACCIDENT GRAVE (CAF IDF)

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club, contacts disponibles sur :

<https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.