

Cartographie-Orientation niveau Perfectionné

3.3 Environnement de pratique : milieu montagne 2

07 novembre et 08 novembre 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
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 7 novembre rendez-vous à 09h15 au Prieuré pour un début du stage à 9h30 jusqu'au dimanche 8 novembre 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

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>.