



FORMATIONS de la CHAMONJARDE HIVER 2018/ 2019

Sécurité « SKI HORS PISTE » Niveau 1

- **Niveau requis** : bonne technique de ski ou snowboard toutes neiges et tous terrains

- **Contenu de la journée** :

- Prise d'informations (météo, BRA, service des pistes ...)
- Formation à l'utilisation du matériel incontournable pour la pratique du hors-piste.
- Lecture du terrain (risque d'avalanche, barres rocheuses, pierres)
- Gestion de la sécurité dans les déplacements.
- Secours en avalanche mono victime : donner une alerte efficace, apprendre à retrouver **une** victime ensevelie (méthodes de recherche, de sondage et de dégagement) en moins de 15 minutes et effectuer les gestes de premiers secours.

- **Matériel nécessaire** :

- Matériel de ski/snowboard
- Casque de ski (recommandé)
- DVA numérique, sonde et pelle (éventuellement possibilité de prêt)
- Forfait de ski pour la journée – assurance – pique-nique

DATES DES FORMATIONS

Vendredi 4 janvier 2019

Samedi 12 janvier 2019

Vendredi 25 janvier 2019

Vendredi 8 février 2019

Samedi 16 février 2019

Mercredi 20 février 2019

Vendredi 1er mars 2019

Samedi 9 mars 2019

DEROULEMENT DE LA JOURNEE (Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps).

8h30 : RDV au bureau de l'Office de Haute Montagne. Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)

9h30-16h30 : ateliers sur le terrain

Groupe de 6 personnes maximum

Encadrement : guide de Haute-Montagne, formateur *La Chamoniarde*

MODALITES D'INSCRIPTION

- Par téléphone : **04.50.53.22.08** ou sur place dans les locaux de l'**OHM**.
(Pas d'inscription par mail)
- Assurance personnelle couvrant les activités de ski sur pistes et hors-pistes
- Pré-inscription valable une semaine et validée à la réception du règlement de 50 €
- Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée

Adresse postale pour l'envoi du règlement :

La Chamoniarde, Maison de la Montagne, 190 Place de l'église, 74400 Chamonix.