



La Chamoniarde  
Maison de la Montagne  
190 place de l'église  
74400 CHAMONIX MONT-BLANC  
Tél : 04 50 53 22 08  
chamoniarde@chamoniarde.com  
www.chamoniarde.com

## JOURNEES SECURITE SUR GLACIER

### Niveau 1

- **Prérequis** : être âgé de plus de 18 ans et avoir réalisé quelques courses en montagne en autonomie telles que : Petite Aiguille Verte, Aiguille du Tour, Traversée de la Vallée Blanche...

- **Contenu de la journée** : maîtriser les techniques d'encordement sur terrain glaciaire enneigé, évoluer en sécurité, enrayer une glissade et réaliser des amarrages dans la neige.

- **Matériel indispensable** :

Baudrier avec mousqueton sécurité (de préférence directionnel) au pontet  
1 longe dynamique équipée d'un mousqueton de sécurité  
Piolet, crampons, casque, gants précis,  
1 corde de 40 à 60m (pour 2 personnes)

Matériel sécurité (si vous l'avez)

- 2 sangles de 120 cm et 2 mousquetons simples
- 1 poulie autobloquante type mini traction, micro traction ou pro traction avec son mousqueton de sécurité
- 1 anneau de 60 cm en cordelette de 5 à 6 mm de diamètre pour autobloquant.
- 2 broches à glace et 2 mousquetons simples

- **Prévoir** : Ticket remontée mécanique - assurance - pique-nique