

Azimut et Cie

FORMATION AVENTURE HIVERNALE

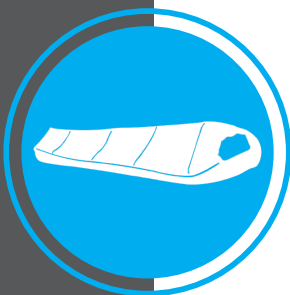


RECONNAÎTRE LES DANGERS



- Acquisition de connaissances
- Techniques d'observation
- Analyse de situation
- Prise de décision

BIVOUAQUER EN TOUTE SÉCURITÉ



- Choix de la zone de bivouac
- Analyse du microclimat hivernal
- Gestion de sa thermorégulation
- Aménager son abri
- Concept "Leave no trace"

PROGRESSER SUR TERRAIN ENNEIGÉ



- Techniques de progression
- Choix d'itinéraires
- Equipement spécifique
- Gestion des risques
- Facteurs humains

Devenez autonome en hivernale !

STAGE WEEK-END

PRIX : 150€

LIEU

Selon votre formation (cf. planning des formations ICI)

DURÉE

2 jours (week-end)

HORAIRES

du samedi 10h30
au dimanche 16h30

DISPONIBILITÉS

3 à 8 places/stage



CONTACT

Willy MINEC
06 84 40 04 82
azimetetcie@gmail.com
www.azimetetcie.fr

Partir en hiver, est-ce si dangereux ?

Non, à condition d'être formé :

- 2015 : 900 interventions de secours en hivernales dont 800 héliportées
- les pratiques hivernales représentent une large majorité des origines accidentelles des traumatismes lourds

Constantes des accidents relevées par le PGHM chaque année :

- Les morts par hypothermie sont souvent dues à un équipement non adapté
- Méconnaissance des règles d'estimation du temps de parcours en hivernal
- Les personnes ne savent pas reconnaître les zones dangereuses
- Les encadrants ont mal estimé les capacités de leur groupe

Pourquoi les gens ne se lancent pas ?

1. parce qu'ils ont peur de se perdre
2. parce qu'ils ont peur de chuter ou de s'exposer
3. parce qu'ils ont peur de mourir de froid

OBJECTIFS de la formation

- Apprendre à analyser les milieux enneigés :
 - connaître les règles de l'orientation en milieux enneigés
 - reconnaître les zones de danger
 - apprendre à les éviter ou à les traverser sans s'exposer
- Savoir se protéger du froid en toutes circonstances :
 - savoir s'équiper
 - déceler les espaces exposés aux chutes de température
 - connaissance et gestion de l'hypothermie
- Apprendre à ne plus avoir peur de dormir dehors en hiver :
 - apprendre l'art du bivouac en hivernal

COMPÉTENCES ACQUISES

- Connaissance des principes d'engagement et d'exposition
- Calcul du timing de l'itinéraire en hivernal (type de terrain, groupe,...)
- Lister les équipements clés à emporter
- Stratégies d'orientation en hivernal
- Observation des éléments clés environnementaux
- Analyse des situations à risques (état de la neige, degré de pente, météo)
- Adaptation de l'itinéraire et de ma progression en fonction du terrain
- Sécurisation d'un passage exposé
- Analyse des indices environnementaux et du microclimat
- Aménagement de mon bivouac hivernal en fonction du site et de la météo
- Connaissances sur l'hypothermie : ses symptômes, son diagnostic, sa prévention, son traitement

PERSONNES CONCERNÉES

Ce stage est destiné à toute personnes désireuse d'être autonome en pleine nature en conditions hivernales, ainsi qu'aux pratiquants de sports de plein air déjà aguerris cherchant à apprendre des connaissances et des savoir-faire plus aboutis.

PRÉ-REQUIS

- avoir 18 ans
- présenté un certificat médical d'aptitude au sport de moins de 3 ans
- pratique physique requise : 1h de sport par semaine minimum (stage difficile pour les sédentaires et sportifs occasionnels)

MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT

Alternance de travail théorique, d'ateliers pratiques et mise en situation.

Après chaque stage, un PDF vous sera envoyé résumant l'ensemble des connaissances enseignées au cours des ateliers théoriques (pas de prise de notes nécessaire).

EQUIPEMENT OBLIGATOIRE

- duvet T° confort minimum 0°C, idéalement -8°C
- 2 tapis de sol
- tente (location possible auprès d'Azimut et Cie, me contactez)
- couverture de survie
- lampe frontale avec piles neuves
- veste coupe-vent
- vêtements de randonnée chauds (t-shirt coton et pantalon jean interdit)
- paire de chaussures chaudes pour marcher dans la neige
- paire de gants de bricolage ou jardinage
- paire de bâtons de randonnée
- paire de raquettes à neige (location possible auprès d'Azimut et Cie, me contactez)
- pelle transportable (type alpinisme ou de camping)
- couteau à lame fixe ou lockée
- boussole
- carte TOP 25 du site du stage (précisée dans votre fiche stage ci-dessous)
- crème solaire et lunettes de soleil indice UV4
- au moins 2L d'eau (dont un thermos plein)
- de quoi manger du samedi midi au dimanche midi :
 - samedi midi : repas froid
 - samedi soir : repas chaud possible (dans ce cas prenez votre réchaud)
 - dimanche matin : petit-déjeuner chaud possible
 - dimanche midi : repas froid

CONSULTEZ LES DATES DES STAGES
ICI

Azimut et Cie

TARIF

150€/stage



PAIEMENT

- par Paypal ICI (directement sur le site)
- par Chèque à l'adresse postale suivante :

Willy MINEC
33 Bd Felix Giraud
34150 ANIANE



CONTACT

Willy MINEC
06 84 40 04 82
azimutetcie@gmail.com
www.azimutetcie.fr