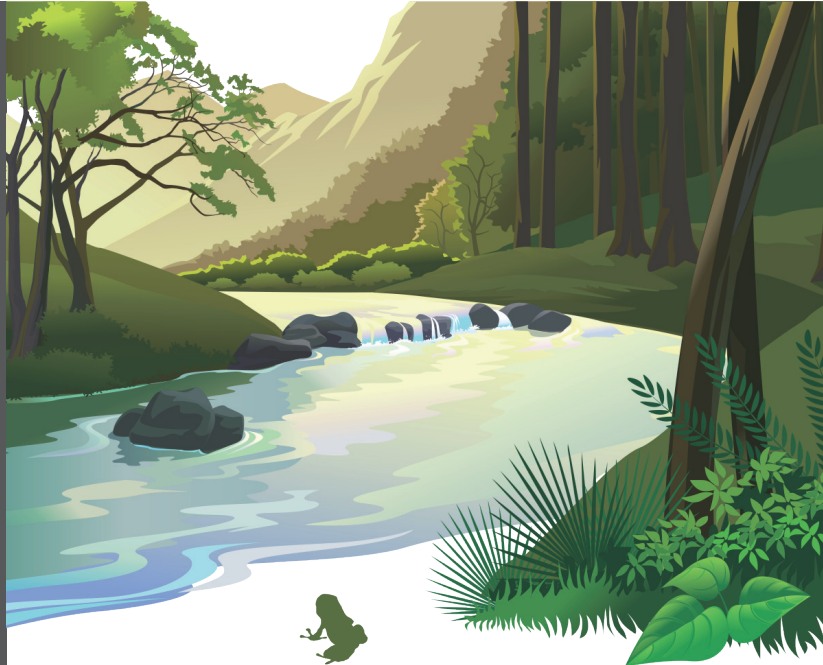


Azimut et Cie

# FORMATION AVENTURE MODULE SUPÉRIEUR



## ORGANISER SON PARCOURS



- Lecture de carte
- Choix de parcours
- Calcul du temps de progression
- Anticiper les échappatoires
- Choix du site de bivouac
- Choix de son équipement
- Techniques de base d'orientation

## BIVOUAQUER EN TOUTE SÉCURITÉ



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

## PROGRESSER EN TERRAINS DIFFICILES



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

**Devenez autonome en pleine nature !**

STAGE WEEK-END

PRIX : 150€

## LIEU

Selon votre formation (cf. planning des formations ICI)

## DURÉE

2 jours (week-end)

## HORAIRES

du samedi 9h30  
au dimanche 16h30

## DISPONIBILITÉS

3 à 8 places/stage



## CONTACT

Willy MINEC  
06 84 40 04 82  
azimutetcie@gmail.com  
[www.azimutetcie.fr](http://www.azimutetcie.fr)

## Partir à l'aventure, est-ce si dangereux ?

Non, à condition d'être formé :

- 5 millions de randonneurs en France
- 2,5 millions de licenciés en sport nature en 2015
- 2012 : 5389 interventions de secours dont 42% rien que pour la randonnée
- 49% des personnes décédées en montagne l'ont été en randonnée
- la randonnée est le sport qui comptabilise le plus de décès

## Pourquoi les gens ne se lancent pas ?

1. parce qu'ils ont peur de se perdre
2. parce qu'ils ont peur de ne pas pouvoir être secourus
3. parce qu'ils ont peur, la nuit, des animaux et du froid

## OBJECTIFS de la formation

- Apprendre à ne pas se perdre :
  - savoir créer un parcours depuis une carte
  - faire la relation carte-terrain
  - savoir s'orienter sur le terrain
- Apprendre à ne pas se blesser et à être secouru :
  - savoir se déplacer en sécurité sur le terrain
  - apprendre les protocoles de secours
- Apprendre à ne plus avoir peur de dormir dehors :
  - apprendre l'art du bivouac

## COMPÉTENCES ACQUISES

- Connaissance des principes d'engagement et d'exposition
- Analyse des détails d'une carte de randonnée
- Evaluation des échappatoires
- Calcul du timing de l'itinéraire (type de terrain, groupe,...)
- Choix de l'équipement en fonction du parcours retenu
- Utilisation d'une boussole et stratégies d'orientation
- Observation des éléments clés environnementaux
- Analyse des situations à risques
- 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 en fonction du site et de la météo
- Gestion de groupe et prise de décision
- Organisation d'un secours en pleine nature

# PERSONNES CONCERNÉES

Ce stage est destiné à toute personnes désireuse d'être autonome en pleine nature, 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 10°C
- tapis de sol
- tente, hamac ou tarp (à vous de voir en fonction de la météo) (location possible auprès d'Azimut et Cie, me contactez)
- couverture de survie
- lampe frontale avec piles neuves
- veste coupe-vent
- vêtements de randonnée (t-shirt coton et pantalon jean interdit)
- de quoi se couvrir la tête au bivouac
- paire de chaussures de randonnée
- paire de gants de bricolage ou jardinage
- paire de bâtons de randonnée
- couteau à lame fixe ou lockée
- boussole
- carte TOP 25 du site du stage (précisée dans votre fiche stage ci-dessous)
- au moins 2L d'eau
- de quoi manger du samedi midi au dimanche midi :
  - samedi midi : repas froid
  - samedi soir : repas chaud possible
  - 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](http://www.azimutetcie.fr)