



DEVENIR AUTONOME EN RANDO RAQUETTES

Stage de progression - Niveau «Meneur»



Tu aimes la neige ? Tu ne crains pas le froid et tu aimes les aventures hivernales ?

Tu as déjà une solide expérience des randos hivernales en solo et tu aimerais pouvoir transmettre ta passion en amenant tes potes, ton amoureux.se ou tes parents ?

Ce stage devrait te permettre de consolider tes capacités d'analyse de l'environnement de pratique et d'intégrer le facteur humain à l'organisation de tes prochains week-end en montagne.



Objectifs du stage

- > Accompagner un groupe de potes sur une première rando raquettes à la journée
- > Se connaître, connaître les autres, communiquer
- > Promouvoir une pratique de randonneur responsable

Environnement de pratique

Evolution sur itinéraires nordiques intégrant la notion d'isolement vis-à-vis des secours extérieurs, dans un contexte de pratique en groupe informel.

Durée : 2 jours

Nuit en cabane non gardée

Tarif : 120€

(hors repas)

Lieux et dates :

Jura : 1er et 2 mars 2025

Renseignements et inscriptions :

www.formation.ffrandonnee.fr

aivaldi@ffrandonnee.fr

[07.49.78.31.19](tel:07.49.78.31.19)



Prérequis d'accès au stage : tu n'es pas prêt.e? pas de panique, le stage «passionné» est surement fait pour toi !

Etre capable de choisir ou construire un itinéraire nordique correspondant à son niveau de pratique

Avoir une expérience de séjour dans un refuge d'hiver non gardé

Etre capable d'estimer un temps de marche

Etre capable de lire et interpréter un bulletin météo-nivologique

Etre capable de suivre un cheminement simple hors itinéraire balisé

Etre capable d'assurer sa propre sécurité en pratique nordique

Etre capable de trouver les informations relatives à la réglementation et aux enjeux des espaces de pratique et en tenir compte dans mon organisation

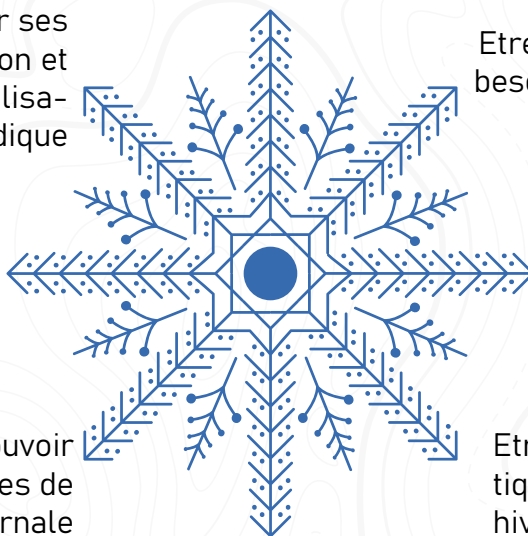
Etre capable de marcher 4 à 5h par jours sur itinéraire nordique non tracé en portant du matériel individuel et collectif pour 2 jours

Ce que je saurai faire à l'issue du stage :

Etre capable de tenir compte des capacités de ses proches pour construire un itinéraire nordique

Etre capable de conseiller ses proches sur leur préparation et leur équipement pour la réalisation d'une randonnée nordique

Etre capable de faire face à un problème / imprévu au cours d'une pratique nordique



Etre capable de tenir compte des besoins individuels et de communiquer de façon positive

Etre capable d'appliquer des modèles de prise de décision, d'estimer et ré-évaluer les facteurs de danger liés aux pratiques nordiques

Etre capable de promouvoir des pratiques responsables de la randonnée hivernale

Etre capable de gérer la logistique d'un groupe en itinérance hivernale

Utiliser et entretenir de façon responsable un abri d'hiver non gardé