



DEVENIR AUTONOME EN RANDO RAQUETTES

Stage de progression – Niveau «Baroudeur»



Tu aimes la neige ? Tu aimes les aventures hivernales ?

Tu as déjà une solide expérience de la randonnée hivernale et tu aimerais partager tes pratiques et progresser dans la planification de randonnées raquettes de façon durable et sécuritaire, y compris en environnement pentu ou isolé ?

Ce stage est dédié à ceux qui souhaitent parfaire leurs connaissances et leur expérience pour devenir autonome en environnements enneigés ou préparer l'entrée dans une formation professionnelle ou bénévole qualifiante.



Objectifs de la formation

- > Intégration du risque avalancheux, de l'isolement et du facteur humain dans la planification de randonnées en montagne
- > Naviguer en tous terrains, prendre des décisions, s'adapter
- > Avoir une pratique à impact positif sur ses terrains de pratique et son entourage

Environnement de pratique

Evolution sur itinéraires alpins intégrant la traversée de pentes et la notion d'isolement vis-à-vis des secours extérieurs, dans un contexte de pratique autonome.

Durée : 2 jours

Nuit en bivouac improvisé



Tarif : 120€

(hors repas)

Lieux et dates :

Jura : 4 et 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 à la formation :

Etre capable d'évoluer en milieu enneigé, avec ou sans pente et en tous types de neige pendant 5 à 6h par jour, sac chargé

Etre autonome dans la constitution de son sac et disposer du matériel de sécurité pour tout type de randonnée enneigée

Etre capable de construire et suivre un cheminement nordique non balisé à l'aide de carte et boussole ou d'une appli

Etre capable d'accompagner ses proches en sécurité pour une pratique nordique

Etre capable de faire appel à des secours extérieurs et transmettre une localisation GPS en présence de réseau téléphonique

Etre capable de lire et d'interpréter un BERA

Etre capable de promouvoir des pratiques responsables en tant que randonneur

Connaître les modèles de prise de décision, les biais cognitifs, et savoir s'en prémunir



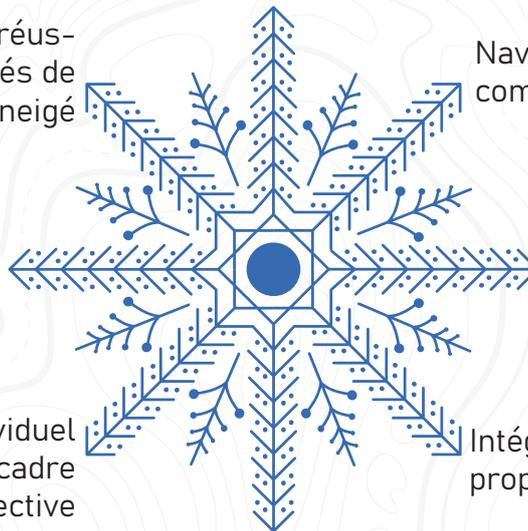
Ce que je saurai faire à l'issue de la formation :

Construire un itinéraire proche des pentes ou les traversant en mesurant le risque

Verbaliser les facteurs de réussite technique des activités de randonnée en milieu enneigé

Optimiser l'impact de ma pratique sur l'environnement (réduire les conséquences négatives et entreprendre des actions à impact positif)

Gérer mon matériel individuel avec autonomie dans le cadre d'une pratique alpine collective



Naviguer en terrain enneigé complexe ou par faible visibilité

Evaluer le risque d'avalanche avec ou sans BERA et l'intégrer à une planification d'itinéraire

Intégrer le facteur isolement à ma propre pratique

Gérer l'attente en conditions hivernales et savoir faire un abri de fortune

