



fédération
française
de la montagne
et de l'escalade



5^{ème} EDITION LES RENDEZ VOUS DE LA RAQUETTE 6 & 7 FEVRIER 2010

PROGRAMME

Samedi : RANDO JOURNEE THEMATIQUE (pique-nique sur le terrain)
RDV 8h45 devant le bureau des guides de La Grave – Présentation du Week-end
Thèmes Module d'une journée (9h ----- retour 15h30/16h)

Module A

- Apport de connaissances sur la neige et les avalanches, comment aborder les pentes en limitant les risques objectifs et subjectifs, méthodes d'aide à la prise de décision.
- Techniques de recherche avec DVA avec l'utilisation de la base ARVA de TGM
(**Attention :** participation aux frais de montée via les téléphériques et sous réserve des conditions nivométéo)

Module B

- La montagne enneigée, un environnement à préserver, traces & indices de la faune, la grande faune...
Un rappel théorique et pratique « technique de recherche ARVA » sera effectué au matin. **Module C encadré avec un garde national du PNE**

Module C

- Techniques d'abris en neige et d'évolution en moyenne montagne enneigée (mise en place de main courante). Un rappel théorique et pratique « technique de recherche ARVA » sera effectué au matin.

Module D

- Techniques de sauvetage et de secourisme en milieu spécifique.
- Techniques d'évolution liées à la Haute montagne (zone glaciaire, pentes soutenues...)
(**Attention :** participation aux frais de montée via les téléphériques et sous réserve des conditions nivométéo)

Un minimum de 3 à 5 participants par groupe est requis selon le thème porteur. 5 à 12 participants maximum par encadrant.

17h30 à 19h00 : ATELIER & ECHANGES ouvert à tous mais priorité aux personnes inscrites.
Lieu(x) déterminés ultérieurement

- Atelier alerte & déclenchement d'un secours / DZ. Réf : 01
 - Atelier préparation d'une sortie. Réf : 02
 - Atelier débat sur les pièges de l'inconscient (adaptation à la pratique de la raquette à neige). Réf : 01
- Participants maximum par encadrant en fonction de l'espace des lieux.*

18h / 19h : dernières inscriptions des participants aux ateliers du lendemain – Office du Tourisme

21h00 : SOIREE

Projection Débat liée à la pratique de la randonnée à raquette à neige avec deux thématiques : notion de trace et environnement, dérangement de la faune en hiver.

Dimanche : **RANDO JOURNEE THEMATIQUE** (pique-nique sur le terrain)

RDV 9h00 devant le bureau des guides de La Grave

Thèmes Module d'une journée (9h ----- retour 15h30/16h)

Module A

- Apport de connaissances sur la neige et les avalanches, comment aborder les pentes en limitant les risques objectifs et subjectifs, méthodes d'aide à la prise de décision.

- Techniques de recherche avec DVA avec l'utilisation de la base ARVA de TGM (**attention :** participation aux frais de montée via les téléphériques et sous réserve des conditions nivo-météo)

Module B

- La montagne enneigée, un environnement à préserver, traces & indices de la faune, la grande faune... Un rappel théorique et pratique « technique de recherche ARVA » sera effectué au matin. Module co encadré avec un garde moniteur du PNE (sous réserve attente de confirmation)

Module C

- Techniques d'abris en neige et d'évolution en moyenne montagne enneigée (mise en place de main courante). Un rappel théorique et pratique « technique de recherche ARVA » sera effectué au matin.

Module E

- Notion de trace. De plus en plus de pratiquants évoluent dans l'espace montagnard, comment choisir sa trace : tracer sa propre montée, suivre une trace, différence entre trace de raquettes et trace de ski de randonnée, éviter l'espace trop tracé, trace = gage de sécurité... Autant de questions auxquelles nous répondrons lors de ce module.

Un rappel théorique et pratique « technique de recherche ARVA » sera effectué au matin.

Un minimum de 3 à 5 participants par groupe est requis selon le thème porteur. 5 à 12 participants maximum par encadrant.

ATTENTION :

Le nombre de place est limité. Il est conseillé de s'inscrire à l'avance. Fiche d'inscription à l'office du tourisme de la Grave, auprès de la FFME ou auprès d'Horizons.

Attention : Ce programme est bien sûr qu'indicatif, il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo et aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.

17h00 CLOTURE du RASSEMBLEMENT

Objectifs : rassembler les pratiquants autour de cette activité en pleine évolution, échanger, se former, évoluer sur le terrain, se rencontrer (encadrant/pratiquant) dans un esprit de convivialité.

Pour plus de renseignements concernant le programme complet et son contenu :

Patrick MORILLON - Les Hières – 05320 LA GRAVE / LA MEIJE

Tel/fax : 0476799259 / mobile : 0607216234 / mail : horizonspm@aol.com

Site : www.horizons-laggrave-lameije.com

Fédération française de la montagne et de l'escalade :

8-10 quai de la Marne. 75019 Paris

Tel : 01 40 18 75 50

<http://www.ffme.fr>

Pour plus de renseignements concernant les hébergements, la restauration et autres activités possibles sur le Canton.

OFFICE DU TOURISME / ENSEIGNE DE LA GRAVE / Bureau des Guides & accompagnateurs

Tel : 0476799005 ----- Fax : 0476799165

Email : ot@laggrave-lameije.com / Site : www.laggrave-lameije.com

Email : meijenet@wanadoo.fr / Site : www.guidelaggrave.com