*Cours Sécurité hiver - Révision*

Tu es une randonneuse ou un randonneur à skis et ton dernier cours de sécurité hiver date de quelques années.

C’est le cours qu’il te faut.

**Public cible :** Les membres ayant déjà participé à un cours sécurité.

Le cours dure 1 jour et deux dates sont prévues :

Samedi 18 décembre 2021

Dimanche 19 décembre 2021

**Lieu :** à définir en fonction des conditions.

**Objectifs :**

* Réviser la recherche de victime d’avalanche au moyen du DVA, les techniques de dégagement de victimes.
* Revoir la gestion d’accident du début de l’événement jusqu’à l’arrivée des secours professionnels en passant par les premiers secours élémentaires.

**Prix :** Covoiturage.

**Responsables :** Michel Grivet - Nicolas Baud

**Inscription :** en ligne du 19.11 au 9.12.2021

*Cascade de glace*

Faire ses premiers pas sur une cascade de glace et/ou se perfectionner encadré par Richard Nozin, guide de haute montagne.

**Cours subventionné par la section.**

**Attention :** Votre inscription est prise en compte à la réception du paiement des arrhes. En vous inscrivant à ces cours vous êtes soumis aux “Conditions générales des guides de montagne pour la Suisse” (voir page **XX** “ **Conditions d’inscription aux cours et aux courses avec guide”**.

Prérequis :

Sorties initiation : Être autonome dans les manipulations de sécurité et d’assurage en moulinette.

Sorties perfectionnement : Avoir déjà pratiqué la cascade de glace en moulinette ou en grande voie. Priorité donnée aux participants des sorties du 9 et 16 janvier. Le guide se réserve le droit d’estimer si le niveau des participants est suffisant pour participer à ce week-end.

**Sorties Initiation**

Dimanche 9 janvier
Objectifs : Moulinettes uniquement, découverte et explication du milieu, du matériel, de la progression.

Dimanche 16 janvier

Objectifs : Technique pour la progression autonome (pose de broche, relais, manip de corde)
Découverte et explication du milieu, du matériel, de la progression.

**Sorties Perfectionnement**

Samedi 22 et dimanche 23 janvier.
Objectifs : Cascade de plusieurs longueurs, avec relais intermédiaires. Descente en rappel ou à pied. Marche d'approche 1h30 environ.

Responsable : Michel Grivet

Guide formateur : Richard Nozin

Renseignements : m.grivet@bluewin.ch

Inscription : En ligne sur Droptours du 3.12.2021 au 9.1.2022

*Ski de randonnée : découverte/révision sécurité*

**Ski de randonnée :** Découverte/révision.

**Public cible :** Débutants ou pratiquants voulant réviser leurs connaissances.

**Dates :**

Module 1 : Lundi soir 13 décembre 2021 : théorie sur le DVA, organisation du stage et connaissance du matériel.

Module 2 : Du vendredi 14 à 18h. au dimanche 16 janvier 2022 : Activités dans le terrain.

Module 3 : Samedi 29 au dimanche 30 janvier : Courses d’application.

**Lieu :**

Module 1, salle des Charmettes (salle du stamm).

Module 2, La Fouly, hôtel Edelweiss.

Module 3, objectif en fonction des conditions nivo/météo.

**Objectifs module 1 :**

 Connaissance du détecteur de victimes d’avalanche (DVA), organisation du stage et découvrir le matériel et les techniques propres à la pratique du ski de randonnée en sécurité.

**Objectifs module 2 :**

Acquérir les bases des connaissances de la neige et la gestion de ses dangers.

Entraîner la recherche de victimes d'avalanche à l'aide du DVA. Entraîner le sondage et le dégagement de victimes. Gérer l'accident. Préparation et réalisation d'une petite course.

**Objectifs Module 3 :**

Participer à deux courses adaptées aux débutants dans le cadre du club.

**Prérequis :**

Ski de randonnée : Aucun.

Niveau technique de ski : virages parallèles, contrôle des dérapages.

Remarque : le module 3 est optionnel.

**Prix :**

Module 1 : gratuit

Module 2 : membres Fr. 260.-, jeunes Fr. 130.-, non membres Fr. 350.-

Module 3 : membres Fr. 120.-, jeunes Fr. 60.-, non membres Fr. 160.-

**Responsables :** Michel Grivet – Adrien Besson

Renseignements/Inscription : par e-mail formations@cas-le-gag.ch ou au stamm.

*Escalade indoor : découverte/révision*

Les jours raccourcissent et les températures ne permettent plus de grimper à l’extérieur.

Avant de démarrer une saison de grimpe Indoor, nous te proposons 3 sessions d’initiation et de perfectionnement de grimpe en salle où tu pourras apprendre les bases de la sécurité et de la progression.

Les sessions ont lieu de 19h30 à 21h30. La première partie sera consacrée à de la théorie et à un échauffement, la seconde à la mise en pratique sur notre mur d’escalade de la salle des Charmettes.

Pour les inscriptions, un avantage sera donné aux participants qui suivront les 2 sessions.

Module 1 : jeudi 4 novembre 2021

Module 2 : jeudi 11 novembre 2021

Matériel : Baudrier, chaussons, moyen d'assurage.

Si vous ne disposez pas encore du matériel spécifique, il est possible d’emprunter un baudrier et des chaussons d’escalade sur place.

Responsables : Adrien Besson, Michel Grivet

*Escalade indoor : Découverte*

Profitez de 3 soirées pour découvrir l'escalade indoor.

Pour les inscriptions, un avantage sera donné aux participants qui suivront les 3 sessions.

Ce cours se déroulera sur 3 semaines :

- Module 1 mercredi 9 mars sur le mur du GAG.

- Module 2 mercredi 16 mars sur le mur du GAG.

- Module 3 mercredi 23 mars sur le site de ” Grimper.ch” à Satigny.

**L’idéal pour vous préparer aux sorties d’escalade printanières.**

**Horaires 18h-20h.**

Responsables : Alexandra Vilaclara - Michel Grivet

*Formation ski alpinisme*

L'objectif de cette formation est d'acquérir la base des connaissances de la progression en haute montagne, à ski, sur glaciers.

Les thèmes suivants seront abordés :

* Nœuds.
* Encordement.
* Utilisation des crampons.
* Ancrages.
* Avalanches.
* Progression sur glacier, ...

Ce module se déroulera du vendredi soir 4 au dimanche 6 mars 2022 en fin d'après-midi et sera conduit par le guide Richard Nozin.

Responsable : Adrien Besson

**Formations prévues pour l’été 2022**

* Mai : Cours de préparation aux courses d’alpinisme.
* Juin : Cours d’initiation à l’alpinisme.

Responsable : Adrien Besson

**Formations prévues pour l’été 2022**

* Mai : Cours de préparation aux courses d’alpinisme.
* Juin: Cours d’initiation à l’alpinisme.