

Stage Initiation Ski de Randonnée des 11 et 12 janvier 2020

Organisé par l'activité ski de randonnée, l'objectif était d'aborder les principes de bases de la progression en ski, avec exercices pratiques en situation réelle, les aspects sécurité, connaissance de la neige et progression sur le terrain. C'est ce qui fut fait avec un volet théorique et des travaux pratiques.

Vingt-cinq participants à ce stage (3 cadres, 1/3 d'anciens pratiquants et 2/3 de nouveaux), basé au gîte Ferran, Les 3 cadres (Alain, Bruno et Lirio) ont dispensé tour à tour en soirée, leurs connaissances théoriques sur les thèmes de la prévention des accidents, la nivologie, la préparation des itinéraires avec notamment la lecture du Bulletin des Risques d'Avalanche (BRA), et l'organisation de secours en cas d'avalanche. Ce sont toutes ces notions étayées par des supports vidéo qui avec l'expérience permettront d'accéder à l'autonomie.

La mise en pratique s'est faite avec 5 ateliers de recherches de victimes auxquels tous les participants se sont essayés. Nos anciens DVA analogiques ont été enfouis sous environ 1m de neige, tous détectés et sondés avec succès.

Un atelier spécial « toucher de sonde » a permis à tous de différencier le toucher d'un caillou, de rhododendrons, de sac à dos et d'une pelle.

Un exercice complet simulant un groupe pris dans une avalanche a été mené et décomposé dans ses différentes étapes, agrémenté d'explications détaillées, notamment un essai radio a été effectué afin de simuler un appel des secours.

Un atelier nivologie a permis de visualiser une coupe de neige, d'observer divers types de neige et d'apprécier la cohésion des différentes strates entre elles.

Coté progression à ski, 3 groupes ont été formés, chacun évoluant dans un secteur différent. Alain vers le col de Sanguinerette, Lirio vers la Gypièrre et Bruno vers la Boucharde. La mise en place du matériel personnel et les techniques de progression ont été détaillées. En partant de la simple marche à plat, en dévers, avec cales de montée, avec couteaux et bien sur des conversions amont, une simple randonnée permet d'appréhender toute cette technique. Il n'a pas été oublié un rappel de la gestion du groupe, de sa cohésion et de l'écoute des consignes. Le passage près d'une zone « Tetras Quiet » a rappelé que le milieu montagnard est vivant, sauvage et qu'il faut le respecter quel que soit la saison.

Merci à tous les participants pour leur écoute attentive et leur bonne humeur.

Une mention spéciale pour nos 3 encadrants passionnés qui ont su transmettre leurs connaissances.

Les photos du stage sont sous l'onglet Photos/Ski de rando du site web