

# Cours avalanches

Du 20 au 21 janvier 2017 (ski de randonnée)

Du 3 au 4 février 2017 (raquettes)

Avec un guide du bureau des guides de Champéry "Montagne Expérience"

Rendez-vous le premier jour en fin de journée au parking du Flon pour une montée en commun jusqu'au Refuge du Grammont. Après un souper revigorant et une bonne nuit de sommeil, au travail ! Théorie et pratique vous aideront à maîtriser votre DVA et votre matériel de recherche en cas d'avalanche. Au cours de randonnées, vous apprendrez à reconnaître les orientations des versants et les types de neige. Vous serez sensibilisé aux principaux dangers hivernaux et principalement aux avalanches. A la fin de la journée, retour au parking ou, pour ceux qui le souhaitent, possibilité de prolonger le séjour.

Minimum 4 participants - Maximum 6 participants

## Certification

Ce cours répond au standard de « Swiss Mountain Training »; label développé par les guides de montagne suisse qui permet l'obtention du Module Hiver 1 sur la sécurité et les avalanches (voir fin)

## Prix par personne

De 4 à 6 participants: CHF 240.- en dortoir ou CHF 260.- en chambre double

## Le prix est par personne et inclut

1 nuitée selon le type d'hébergement choisi

Le souper et le petit-déjeuner au Refuge du Grammont

Le repas de midi le samedi (pic-nic ou au refuge selon les conditions météo)

Le thé chaud pour la journée (n'oubliez pas les thermos)

Une salle chauffée pour faire sécher les affaires

L'encadrement par un guide diplômé pour les randonnées

Le prix de la nuit supplémentaire inclut le souper, la nuit selon le type d'hébergement et le petit-déjeuner

*Les boissons ne sont pas incluses. Durant l'hiver, l'eau du robinet au Refuge n'est pas potable.*

## Matériel nécessaire

- Pelle\*, sonde\*, DVA\* (\*matériel loué sur demande, 20frs pour l'activité)
- Bonnes chaussures de marche montantes et imperméables ou chaussures de ski de randonnée
- Raquettes ou skis
- Bonnet
- Casquette/chapeau
- Lunettes de soleil
- Masque de ski
- Crème solaire
- Sous-pull
- Pull
- Veste avec capuchon
- Petit et gros gants
- Sous pantalon
- Pantalon de ski
- Chaussettes de ski
- Sac à dos
- Thermos.

## Conditions

Le séjour est confirmé dès que le nombre minimum de participants est atteint.

Le paiement se fait d'avance une fois le séjour confirmé.

Une fois le séjour confirmé, aucun remboursement ne sera accordé.

En cas de manque de neige, le séjour sera annulé sur décision du guide et les participants remboursés intégralement.

## Assurance

Chaque participant doit être au bénéfice d'une assurance accident.

Une carte annuelle de la Rega ou d'Air-Glacières permettrait de couvrir des frais qui ne seraient pas pris en charge par l'assurance maladie/accident "de base".

Les activités extérieures sont sous la responsabilité d'un guide du bureau des guides de Champéry - "Montagne Expérience". Les rapports entre les participants et le guide sont régis par les conditions générales des guides. (*lien vers les conditions générales des guides*)

# Séjour en ski de randonnée

Du 20 au 23 janvier 2017

Avec un guide du bureau des guides de Champéry "Montagne Expérience"

Rendez-vous le vendredi 20 janvier en fin de journée au parking du Flon pour chausser une première fois les skis et attaquer la montée jusqu'au Refuge du Grammont, camp de base pour ces quelques jours de découverte. Après une fondue et une bonne nuit de sommeil, 3 jours à l'extérieur. Cours avalanches, introduction aux dangers de la montagne en hiver, instruction sur l'utilisation de votre matériel de secours et différentes randonnées dans les alentours du lac de Taney sont au programme. Le lundi 23 janvier, retour au parking du Flon en fin de journée.

Minimum 4 participants - Maximum 6 participants

## Certification

Le cours avalanches répond au standard de « Swiss Mountain Training »; label développé par les guides de montagne suisse qui permet l'obtention du Module Hiver 1 sur la sécurité et les avalanches (voir dernière page)

## Prix par personne

De 4 à 6 participants: CHF 680.- en dortoir ou CHF 740.- en chambre double

## Le prix est par personne et inclut

Les 3 nuitées selon le type d'hébergement choisi  
Les 3 soupers et 3 petits-déjeuners au Refuge du Grammont  
Les 3 pic-nic pour les repas de midi les jours de randonnée  
Le thé de marche (n'oubliez pas les thermos)  
Une salle chauffée pour faire sécher les affaires  
L'encadrement par un guide diplômé pour les randonnées

*Les boissons ne sont pas incluses. Durant l'hiver, l'eau du robinet au Refuge n'est pas potable.*

## Matériel nécessaire

- Pelle\*, sonde\*, DVA\* (\*matériel loué sur demande, 20frs pour l'activité)
- Ski de randonnée° équipés de peaux de phoque°
- Bâtons de ski° (°à louer dans les magasins de sport de la région)
- Bonnet
- Casquette/chapeau
- Lunettes de soleil
- Masque de ski
- Crème solaire
- Sous-pull
- Pull
- Veste avec capuchon
- Petit et gros gants
- Sous pantalon
- Pantalon de ski
- Chaussettes de ski
- Sac à dos
- Thermos

## Conditions

Le séjour est confirmé dès que le nombre minimum de participants est atteint.

Le paiement se fait d'avance une fois le séjour confirmé.

Une fois le séjour confirmé, aucun remboursement ne sera accordé.

En cas de manque de neige, le séjour sera annulé sur décision du guide et les participants remboursés intégralement.

## Assurance

Chaque participant doit être au bénéfice d'une assurance accident.

Une carte annuelle de la Rega ou d'Air-Glacières permettrait de couvrir des frais qui ne seraient pas pris en charge par l'assurance maladie/accident "de base".

Les activités extérieures sont sous la responsabilité d'un guide du bureau des guides de Champéry - "Montagne Expérience". Les rapports entre les participants et le guide sont régis par les conditions générales des guides.

*(lien vers les conditions générales des guides)*

# Séjour en raquettes à neige

Du 3 au 5 février 2017 - Avec un guide du bureau des guides de Champéry "Montagne Expérience"

Rendez-vous le vendredi 3 février en fin de journée au parking du Flon pour chausser une première fois les raquettes et attaquer la montée jusqu'au Refuge du Grammont, camp de base pour ces quelques jours de découverte. Après une fondue et une bonne nuit de sommeil, 2 jours à l'extérieur. Cours avalanches, introduction aux dangers de la montagne en hiver, instruction sur l'utilisation de votre matériel de secours et différentes randonnées dans les alentours du lac de Taney sont au programme. Le dimanche 5 février, retour au parking du Flon en fin de journée.

Minimum 4 participants - Maximum 8 participants

## Certification

Le cours avalanche répond au standard de « Swiss Mountain Training »; label développé par les guides de montagne suisse qui permet l'obtention du Module Hiver 1 sur la sécurité et les avalanches (voir dernière page)

## Prix par personne

De 4 à 5 participants: CHF 460.- en dortoir ou CHF 500.- en chambre double

De 6 à 8 participants: CHF 380.- en dortoir ou CHF 420.- en chambre double

## Le prix est par personne et inclut

Les 2 nuitées selon le type d'hébergement choisi

Les 2 soupers et 2 petits-déjeuners au Refuge du Grammont

Les 2 pic-nic pour les repas de midi les jours de randonnée

Le thé de marche (n'oubliez pas les thermos)

Une salle chauffée pour faire sécher les affaires

L'encadrement par un guide diplômé pour les randonnées

*Les boissons ne sont pas incluses. Durant l'hiver, l'eau du robinet au Refuge n'est pas potable.*

## Matériel nécessaire

- Pelle\*, sonde\*, DVA\* (\*matériel loué sur demande, 20frs pour l'activité)
- Bâtons de ski°
- Raquette à neige° (°à louer dans les magasins de sport de la région)
- Bonnes chaussures de marche montantes et imperméables
- Bonnet
- Casquette/chapeau
- Lunettes de soleil
- Masque de ski
- Crème solaire
- Sous-pull
- Pull
- Veste avec capuchon
- Petit et gros gants
- Sous pantalon
- Pantalon de ski
- Chaussettes de ski
- Sac à dos
- Thermos

## Conditions

Le séjour est confirmé dès que le nombre minimum de participants est atteint.

Le paiement se fait d'avance une fois le séjour confirmé.

Une fois le séjour confirmé, aucun remboursement ne sera accordé.

Le séjour a lieu par tous les temps.

En cas de manque de neige, le séjour sera annulé sur décision du guide et les participants remboursés intégralement.

## Assurance

Chaque participant doit être au bénéfice d'une assurance accident.

Une carte annuelle de la Rega ou d'Air-Glacières permettrait de couvrir des frais qui ne seraient pas pris en charge par l'assurance maladie/accident "de base".

Les activités extérieures sont sous la responsabilité d'un guide du bureau des guides de Champéry - "Montagne Expérience". Les rapports entre les participants et le guide sont régis par les conditions générales des guides. ([lien vers les conditions générales des guides](#))



# INFORMATIONS POUR LE PARTICIPANT

## A Objectifs du Module 1 Sécurité & Avalanches

- Connaître son équipement
- Comprendre le bulletin d'avalanche
- Comprendre le port et le fonctionnement de son DVA
- Avoir été sensibilisé aux dangers hivernaux principaux (avalanches, froid, dangers météorologiques, corniches, désorientation, chutes...)
- Avoir été introduit au 3x3
- Comprendre les 4 situations avalancheuses typiques et savoir répondre à la question: « Quel est le danger principal aujourd'hui? »
- Avoir compris les mesures générales de réduction du risque (« Safer Six »)
- Savoir réaliser un sauvetage simple

## C Évaluation initiale

Le but de ce questionnaire succinct (réponses par oral ou écrit) est de te permettre de rentrer dans le processus d'apprentissage de ce module. Il est personnel et sert à évaluer tes connaissances initiales. Au cours de la formation, tu devrais avoir des éclaircissements supplémentaires sur les réponses à ces questions.

Assure-toi qu'à la fin du module tu puisses facilement répondre à cette évaluation.

1. Qui es-tu et quelles sont tes attentes ?
2. Quel matériel de sécurité emportes-tu lors d'une sortie en hiver ?
3. Que sais-tu du danger d'avalanche d'aujourd'hui ?
4. Quels sont les dangers auxquels tu t'exposes en dehors du domaine sécurisé ?
5. Que fais-tu en cas d'accident d'avalanche ?

## B Matériel

- Habits chauds
- Équipement complet de sport de neige
- Sac à dos (éventuellement sac Airbag)
- Détecteur de victime d'avalanches (DVA 3 antennes + fonction de marquage), sonde, pelle
- Papier – crayon
- Selon le programme, petit snack et boisson chaude

## D Certification

Au terme de ta première formation, tu reçois une certification de formation au format « carte de crédit ».

Ta biographie de formation est à jour et consultable en ligne via le site internet [www.4000plus.ch/swissmountaintraining](http://www.4000plus.ch/swissmountaintraining).

Attention: La pratique des activités en montagne peut t'exposer à des risques majeurs. Nous te recommandons de souscrire une assurance accident incluant le secours en montagne.

La formation que tu as suivie est conforme aux standards de qualité et de sécurité des guides de montagne suisse. Cette certification est une étape dans ton cursus de formation et une invitation à te perfectionner.

Nous espérons que tu aies vécu une expérience enrichissante. Ne t'arrête pas en si bon chemin, avant de t'inscrire au module suivant, approfondis tes connaissances grâce au site [www.whiterisk.ch](http://www.whiterisk.ch) (« Explore », chapitre « Les Bases », gratuit).

Nous te remercions pour ta participation et te souhaitons de passer de magnifiques moments en montagne sans accidents.

Les guides de l'Association Suisse des Guides de Montagne

