

Ski Alpinisme

Recommandations pour la pratique et l'encadrement des activités de ski alpinisme

La montagne est un milieu où les conditions varient beaucoup, il faudra donc bien s'informer avant la course. Sur le terrain, il faudra être particulièrement attentif à l'environnement et adapter en permanence la conduite de la course. La formation est là pour éviter que tous les incidents qui forment l'expérience ne soient pas trop graves ; n'hésitez pas à participer aux stages et aux recyclages.

Un encadrant doit, tout en animant la sortie, tout faire pour que celle-ci permette à chacun d'apprécier ses capacités, et ainsi, d'accroître son autonomie. Une sortie en montagne doit être un plaisir pour tous.

Pour le participant

- Vous devez obligatoirement participer à une formation DVA* en début de saison.
- Prenez connaissance des pré-requis. Faites part à l'organisateur de votre expérience et de vos aptitudes. Selon la course envisagée, votre inscription peut ne pas être acceptée.
- Renseignez-vous sur la course, même si vous êtes encadrés.
- Inscrivez-vous impérativement auprès de l'encadrant le vendredi soir pour les sorties du week-end et minimum 12h avant pour les sorties en semaine. Pour les raids, faites-vous connaître auprès de l'encadrant le plus tôt possible.
- Vérifiez votre matériel avant le départ (état des piles du DVA*, etc...), munissez-vous de votre licence CAF. Nous vous invitons à faire réviser votre DVA régulièrement.
- N'ayez pas un sac trop lourd rempli de choses inutiles mais prévoyez des vêtements de protection en cas de mauvais temps. Il est souhaitable d'avoir une trousse de secours individuelle.
- Mettez sur la poche supérieure les choses dont vous aurez besoin à tout moment (appareil photo, crème solaire, lunettes de soleil, une paire de gants ou une lampe frontale suivant les cas...).
- Observez et respectez les consignes données par l'encadrant.
- Soyez rapides dans vos manœuvres (collage ou décollage des peaux de phoque, mise des couteaux ou crampons, etc...).
- Buvez beaucoup et souvent, et alimentez-vous régulièrement.
- Ne vous attardez pas dans les zones exposées aux chutes de pierre, coulées de neige ou de glace.
- Observez le terrain et la progression des autres participants, signalez l'apparition d'un danger et aidez-vous en cas de besoin.
- Pensez à l'environnement, respectez les jeunes arbustes, les animaux, ramenez vos déchets à la maison.
- N'éteignez jamais votre DVA* sans demander l'accord de l'encadrant.

Pour l'encadrant

- Préparez soigneusement votre course avant de partir en utilisant des outils d'aide à la décision à votre disposition (filtre 3x3 de Munter, la méthode de réduction élémentaire, etc...).
- Assurez vous que le nombre des participants envisagé est en adéquation avec le niveau technique et les conditions de la course.
- Choisissez votre matériel personnel et le matériel collectif ainsi que l'équipement individuel des participants. Ayez au moins une trousse de secours pour le groupe.
- Pour les sorties du week-end, du mercredi ou les raids à ski, vous présentez votre sortie et éventuellement la sortie de repli systématiquement au président ou à un des ses représentants le vendredi soir entre 19h00 et 19h30.
- Remplissez avec soin la fiche de sortie, laissez un double dans le casier ski alpinisme ou dans la boîte à lettres du club.
- Sachez adapter en permanence le programme prévu selon les capacités des participants et l'évolution des conditions en montagne. Faites connaître au Club ou au refuge toute modification de destination.
- Vérifiez la validité des licences des participants.
- Assurez-vous du port adéquat et effectif des équipements individuels de sécurité (DVA*, pelle, sonde, etc...) et effectuez systématiquement la double vérification des DVA* au départ de la course.
- Laissez la fiche de sortie sur le tableau de bord d'un véhicule, de façon que l'on puisse lire les noms des participants depuis l'extérieur.
- Expliquez clairement à l'ensemble du groupe l'itinéraire envisagé, les variantes possibles et passez vos consignes. Vous êtes le « patron » de la sortie. Si le groupe est important, faites-vous aider d'un adjoint et nommez un serre file.
- Faites la promotion de ces recommandations auprès des participants qui n'en ont pas encore pris connaissance.
- Veillez à faire une trace pas trop raide (si besoin, la refaire) en évitant les conversions fatigantes ou dangereuses.
- Appréciez en permanence les dangers et le besoin de sécurité d'un ou des participants moins expérimentés.
- Observez en permanence l'état du manteau neigeux, les signaux d'alerte, l'horaire, et n'hésitez pas à utiliser une variante plus adéquate ou à rebrousser chemin si la sécurité du groupe l'exige.
- N'hésitez pas à utiliser les couteaux ou crampons avant les passages pentus, ainsi que la corde si cela est nécessaire.
- Ayez une vision du groupe la plus continue possible. Appréciez l'allure et la sécurité de la progression. Utilisez les distances de sécurité lorsque cela est nécessaire et veillez au bon respect des consignes.
- Procédez à une évaluation des aptitudes de chacun des participants à la fin de la course

NB : Toute sortie non annoncée le vendredi soir ou non signée par le président ou son représentant n'est pas considérée comme une sortie du club. Ces sorties informelles ne sont pas sous la responsabilité du club et en aucun cas les participants ne pourront utiliser le matériel et le minibus du club ou effectuer une réservation de refuge au nom du CAF Bassin Clusien.

*DVA : Détecteur de Victime en Avalanche.