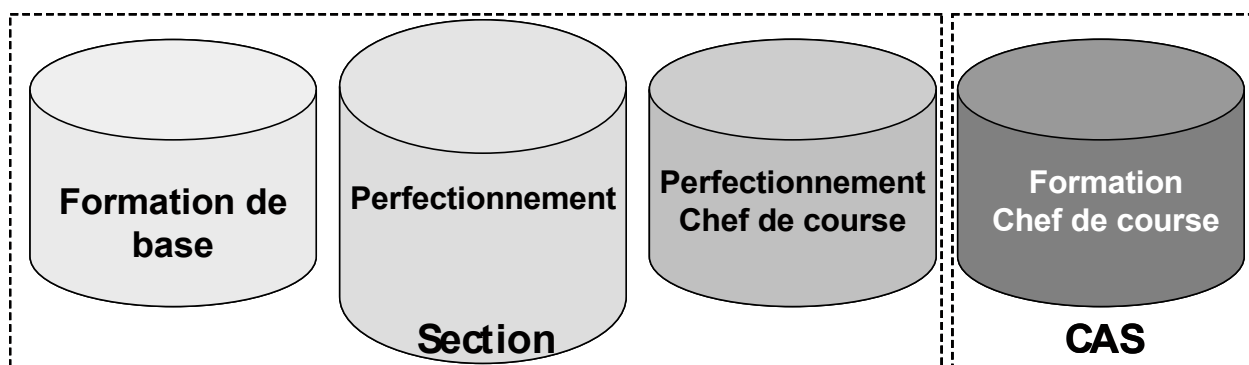


## Cours de perfectionnement



### Introduction

Les cours de perfectionnement approfondissent les connaissances et techniques essentielles en alpinisme d'hiver et d'été. Leur but est de permettre aux membres de la section de rafraîchir et de perfectionner leurs connaissances alpines pour augmenter le plaisir et la sécurité en montagne. Il s'adresse à tous les membres de la section maîtrisant déjà les connaissances techniques enseignées dans la formation de base. La participation aux courses de section permet de mettre en pratique ces connaissances dans des situations réelles.

### Alpinisme d'hiver

#### Description & Programme

Les cours de perfectionnement « alpinisme d'hiver » se concentrent principalement sur l'utilisation du « Détecteur de Victime d'Avalanche » (DVA) et sur le comportement et les réactions en cas d'avalanche.

Dates	Modules	Méthode
Une soirée En principe le 2 <sup>ème</sup> mercredi de janvier	<b>Conférence préparatoire pour le cours avalanche</b> Conférence sur des thèmes en rapport avec la neige et l'alpinisme hivernale	Conférence
Une journée En principe le 2 <sup>ème</sup> dimanche de janvier	<b>Cours avalanche</b> Utilisation du DVA, de la pelle et de la sonde. Comportement et réaction en cas d'avalanche	Exercices pratiques & démonstrations dans le terrain

### Matériel

Matériel de randonnée à skis, incluant tout le matériel de sécurité, à savoir: skis & fixations de randonnée, couteaux, peaux de phoque, bâtons, DVA, pelle & sonde plus tout le matériel personnel selon liste.

### Public cible

Tous les membres qui désirent rafraichir, entrainer et approfondir leurs connaissances.

## Exigences

Aucune.

## Prix

Gratuit.

Non-inclus : frais de déplacement et de subsistance.

## Inscription

Selon les informations paraissant dans le bulletin, mais en principe :

Conférence : inscription pas nécessaire

Cours avalanche : lors de la conférence ou au stamm le vendredi précédent le cours.

## Renseignement

Responsable de la formation : Marc Guisolan

[formation@cas-moleson.ch](mailto:formation@cas-moleson.ch)

Responsable de l'alpinisme d'hiver : René Gavillet

[alphiver@cas-moleson.ch](mailto:alphiver@cas-moleson.ch)

## Alpinisme d'été

### Description & Programme

Un cours de perfectionnement en alpinisme d'été a lieu chaque année lors du cours de base à Chamonix (mi-juin). Des classes spéciales dédiées au perfectionnement des clubistes sont prévues.

Le cours de perfectionnement en escalade sportive s'adresse aux grimpeurs qui souhaitent acquérir les bases techniques nécessaires pour évoluer dans le 5ème et le 6ème degré.

D'autres cours de perfectionnement sont organisés de manière ponctuelle et selon les besoins.

Dates	Modules	Méthode
Un weekend (Mi-juin)	<b>Cours de base à Chamonix Perfectionnement et rafraichissement</b> des notions de base pour la haute-montagne et l'escalade	Atelier de travail sur glacier et rocher
6 soirées Avril à mai	<b>Escalade sportive moyen :</b> grimpeurs qui désirent se perfectionner jusqu'au degré 5c. Programme : positions de repos, mouvements de base, lecture de voies	Théorie & pratiques (& support vidéo) dans des voies artificielles
6 soirées Avril à mai	<b>Escalade sportive confirmé :</b> grimpeurs confirmés maîtrisant le 5c et désirant progresser dans le 6 jusqu'à 6c. Programme : mouvement standard, rythme et tactique	Théorie & pratiques (& support vidéo) dans des voies artificielles

## Matériel

Matériel de randonnée d'escalade et de haute montagne, à savoir: baudrier, casque, 1 dégainé (au minimum), 1 descendeur (huit ou autre homologué), 1 mousqueton HMS pour 1/2 noeud d'amarre, 2 mousquetons à vis, 3 cordelettes prussik 100, 180 et 300 cm, 2 sangles de type « escalade » et selon type de cours : chaussons d'escalade, piolet,

crampons adaptés et réglés, plus tout le matériel personnel selon liste.

### **Public cible**

Tous les clubistes expérimentés qui désirent approfondir leurs connaissances de bases en alpinisme d'été ou en escalade.

### **Exigences**

Aucune pour le « cours de base de Chamonix ».

Maitrise des aspects liés à la sécurité et du niveau 4 en escalade pour le cours d'escalade.

### **Prix**

Frais fixes du cours de base (hébergement, transports, subsistance)

Cours de perfectionnement en « escalade sportive » : selon informations communiquées dans le bulletin.

### **Inscription**

Selon les informations paraissant dans le bulletin

### **Renseignements**

Responsable de la formation :

Marc Guisolan

[formation@cas-moleson.ch](mailto:formation@cas-moleson.ch)

Responsable de l'alpinisme d'été :

Alexandre Mooser

[alpete@cas-moleson.ch](mailto:alpete@cas-moleson.ch)