

# CONTENU TECHNIQUE

## Pratiquants Initiés Raquettes

Le référentiel de compétences de la formation "Initié" en raquettes et son insertion dans les formations précédentes et suivantes sont décrits dans le document *GoogleDrive : 2023-10-ref-initie-raquettes.pdf* (version provisoire).

La formation se compose de trois parties distinctes :

- Une partie formation à distance, avant la formation en présentiel
- Les 3 jours de formation sur le terrain qui rassemble les 4 thèmes de compétences du référentiel décrit dans le document précédent dont *Environnement de pratique milieu - montagne enneigé (NA1)* et une pratique importante des compétences *Evoluer dans le milieu montagne (Carto 1)*.
- La consolidation : Boucler la formation

### La 1ère partie : formation à distance

Celle-ci sera composée d'une soirée de 2h30 à l'aide d'un logiciel de visioconférence permettant de présenter des documents, discuter, le tout en présence des organisateurs de la formation.

Cette soirée portera sur les aspects théoriques du NA1. Deux dates sont proposées :

- Vendredi 8 décembre 2023 à 18h30 ou
- Mardi 12 décembre 2023 à 18h30.

**La 2nde partie de la formation alternant travail sur le terrain et ateliers en salle (détaillée dans le référentiel de compétences porte sur les grandes lignes suivantes :**

- Progression et techniques de sécurité en raquettes
- Progression en neige dure
  
- Mon matériel - Mon équipement
- Les bons comportements en raquettes
  
- Environnement de pratique : milieu montagne  
Connaître le milieu montagne et s'adapter à ce milieu  
Evoluer dans le milieu montagne Carto 1
  
- Environnement de pratique milieu montagne enneigé  
Connaître le milieu montagne enneigé, les avalanches, le milieu glaciaire  
Prévenir les accidents en milieu montagne enneigé. (démarche 3x3)  
Intervenir en cas d'accident en milieu enneigé
  
- La pratique des activités dans les clubs

### La 3ième partie : Boucler la formation initié

A l'issue de ce week-end de 3 jours de formation (et de la partie à distance), la validation complète de votre niveau "initié" sera possible lorsque vous pourrez attester de : 5 sorties en raquettes de 4 à 5 h 4 à 5 h sur des pentes jusqu'à 25° (cette partie en immersion comptera pour 2 journées).