

## OÙ ?

Station d'ORCIERES

(Alt 1850m-2725m)



## QUAND ?

- Formation sur 3 ans
  - De fin décembre à fin mars
  - 2 après-midi par semaine (mercredi **et** mardi ou jeudi)
- pendant 9 semaines
- 1 semaine de stage
  - Soit 70 h de pratique effective par an

## AVEC QUI ?

- Moniteurs ESF
- Enseignant EPS

## SECTION SPORTIVE SKI ALPIN DU LEGTA DES HAUTES ALPES

**Objectif :** Acquérir un haut niveau de pratique pour déboucher sur le passage des tests techniques du DE ski alpin ou du BN pisteur secouriste.



## COMMENT ?

- Groupe 1 :** préparation au test technique du DE ski alpin.
- Groupe 2 :** préparation au test technique de pisteur-secouriste.
- Groupe 3 :** Perfectionnement technique pour intégrer les groupes 1 ou 2.

## POUR QUI ?

- Tous les élèves du lycée
- Pas de test de sélection, il faut juste **avoir le niveau 3<sup>ième</sup> étoile.**

## QUELLES ACTIONS ?

- Entraînement pour chaque groupe avec un moniteur ESF.
- Passage à plusieurs reprises de la « flèche » (slalom géant). L'objectif étant d'obtenir la flèche de vermeil nécessaire pour l'inscription au test technique du pisteur-secouriste.
- Passage des tests techniques du DE ski alpin et BN pisteur-secouriste.
- Formation aux techniques de recherche en avalanche (utilisation DVA, sondage).
- Passage du SST (Sauveteur Secouriste Travail) qui est l'équivalent du PSC 1 nécessaire pour le DE ski alpin et pour le BN du pisteur-secouriste.
- Un baptême en parapente.