

1 OBJECTIF/PROGRAMME

L'objectif du cycle autonomie est d'accompagner les participants vers l'autonomie en développant leurs connaissances du milieu par des formations et en les aidant à acquérir de l'expérience progressivement.

Ce cycle s'adresse à des participants ayant déjà une expérience de l'alpinisme à travers les activités encadrée du club et qui souhaitent progresser vers l'autonomie.

De plus, le programme ne comporte pas de dates. Les sorties et formations sont libres. Les participants devront donc avoir la motivation et le temps nécessaire pour s'inscrire aux formations et sortir en autonomie.

2 CALENDRIER

Réunion de présentation : Jeudi 22 septembre au local à 19h30.

Journée de rencontre sur le terrain : Dimanche 1er octobre

Formations :

Formations club : <http://www.gemsa.fr/contenu/toutes-les-formations>
Formations FFME : <http://ffme.fr>

3 FONCTIONNEMENT DU GROUPE AUTONOMIE

- **Niveau technique** : Les participants doivent l'avoir avant de venir dans le groupe. Il peut être acquis dans le cadre du club en participant aux sorties : escalade, escalade terrain d'aventure, alpinisme, alpinisme hivernal. Niveau minimum demandé :

- 5c minimum en escalade
- AD en neige (5 courses en tant que participant)
- AD en rocher (5 courses en tant que participant)

Le niveau sera validé lors de la première sortie sur le terrain.

- **Connaissance du milieu** : L'objectif sera de passer les différents passeports pour atteindre les niveau orange/bleu/vert. (Météo de montagne, Neige avalanche, Connaissance du milieu montagnard, Sécurité sur glacier, Orientation, Terrain d'aventure...)

Cela pourra être fait :

- En participant aux formations proposées par le club, par la FFME ou aux écoles du vertical.
- En co-encadrant aux initiations/formations du club. Cela permet de former des débutants et de prendre conscience de ses connaissances.

- **Expérience** : L'expérience pourra être développée de 3 façons :

- Des sorties autonomes entre membres du groupe. Sur demande, je pourrai être disponible le jeudi soir au local pour discuter avec les participants de sorties qu'ils souhaitent réaliser :
 - Les guider pour qu'ils puissent y aller progressivement, Étudier leur 3x3, Faire un debrief après la sortie...
 - Une formation en salle préparation de course en salle sera proposée en début de cycle.
- Co-encadrer des sorties clubs : Aider à la préparation, participer aux décisions avant et sur le terrain...

- **Engagement des participants** : Le cycle ne peut fonctionner pour les participants et pour le club que si les participants sont motivés. Ces derniers s'engagent à :

- Sortir au moins 1 fois par mois (formation, sortie autonome...)
- Rédiger un compte rendu sur le compte Facebook du club pour chaque sortie autonome. Elle permettra de mettre en avant l'activité pour le club.
- Co-encadrer dans les formations du club.