

ALPINISME, saison 2026-2027



CYCLE « INITIATION »

(découverte de l'alpinisme)



IMMEUBLE LE PLEIN SOLEIL

6 AVENUE RENÉ FROGER

05100 BRIANÇON

Contactez nous : 04.92.20.16.52 /// caf.briancon@wanadoo.fr

L'esprit Club Alpin

Encadrement

Fabien PASSARO

Guide de haute montagne

fabien.passaro@gmail.com

06.75.08.81.74

Romain VULLIET

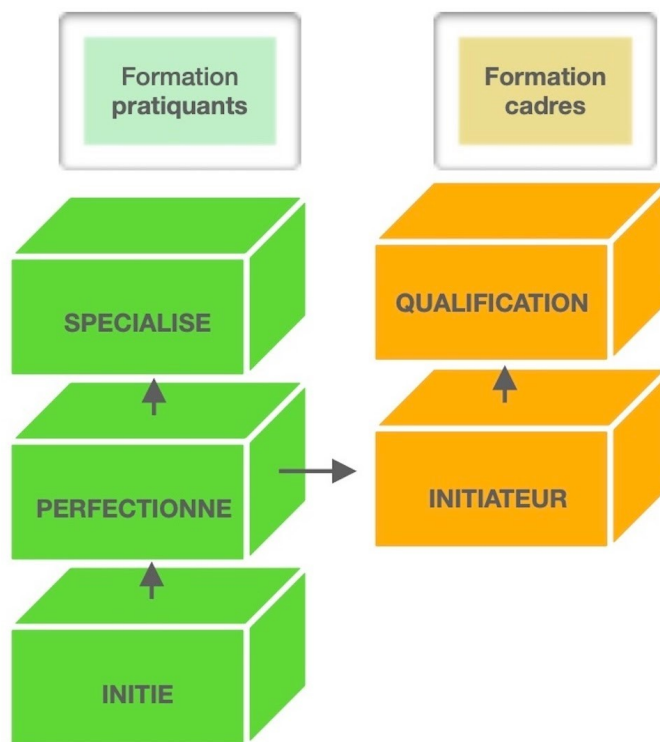
Guide de haute montagne & moniteur d'escalade

vulliet_romain@hotmail.com

06.95.68.26.09

& les cadres bénévoles du club

✓ OBJECTIFS DU CYCLE



Le cycle « **INITIATION** » d'alpinisme, s'inscrit dans les grands objectifs historiques des Clubs Alpains Français, basés sur le canevas de formation de la Fédération Française des Clubs Alpains de Montagnes (FFCAM) et visant **l'accès à l'autonomie** dans les activités de moyennes et hautes montagne.

Ces cursus sont déclarés sur le site de la FFCAM pour **validation par un guide de haute montagne**, qui vous permettra de vous situer sur les compétences déjà acquises et celles restant à travailler.

Concrètement, à l'issue de ces 4 week-ends de formation (11 jours en tout) vous aurez normalement validé les compétences suivantes (pré-requis indispensables pour passer en niveau perfectionné)

2 sur 4

90 %

Initié en Alpinisme

1

NIVEAU - EXPÉRIENCES

1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- Évaluer avec un dénivelé à un rythme de 300m/heure - 800 m minimum avec un sac à dos comportant du matériel d'alpinisme.
- Grimper dans un niveau 5a/6 en second.

1.2 - EXPÉRIENCES - LISTE DE COURSES

- Disposer d'une liste de 5 courses en alpinisme rocher et neige/glace (PD minimum) en second.

1.3 - TECHNIQUES DE CORDES EN MILIEU MONTAGNE

Mes connaissances valables :

- Identifier les différents types de cordes et leurs utilisations : simple, à double, jumelée.
- Connaitre les principaux types de matériels utilisés pour la progression en alpinisme : métalliques et textiles, liers et amovibles.
- Connaitre le principe et les éléments d'un relais : coulage, mouqueton maître.

Mes compétences validées :

- réglér et organiser son baudrier : longe, descendeur, mouquetons, autobloquant, anneau.
- Lier et délier une corde.
- Réaliser rapidement des anneaux de brousse.
- Se sécuriser au mûls et se vacher avec une longe ou avec la corde.
- Se déplacer le long d'une corde fixe (autobloquant ou longe).
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels (dore plein poing, huit, pêcheur double, cabestan, autobloquants).
- Maîtriser son encordement en bout et en milieu de corde.
- Maîtriser la descente en rappel : préparation et descente avec autobloquant.

1.4 - PROGRESSION SUR GLACIER

Mes connaissances valables :

- Connaitre les règles et les techniques de progression sur glacier à 2 ou à 3 sur pentes faibles.

Mes compétences validées :

- Progresser de manière sûre avec crampons et piolet sur la glace.
- Poser un point d'ancrage et s'y vacher (branche à glacer ou corps mort).
- Envoyer la chute d'un membre de la cordée (glissade ou crevasse).
- Prendre une crevasse en descendant métalliquement.
- Réaliser un corps mort sous tension et transférer la charge sur l'ancrage.
- Maîtriser le réglage et la fixation de ses crampons.
- Maîtriser la progression corde tendue : gestion de la tension, du changement de direction, du rythme.

1.5 - PROGRESSION EN NEIGE ET GLACE

Mes connaissances valables :

- Connaitre le principe de progression en neige et/ou en glace sur des pentes moyennes à fortes (corde tendue, par longeur) et les actions à réaliser en tant que second dans chacune de ces situations.
- Connaitre les différents types de protections en neige et en glace (points d'assurage, relais).
- Choisir le piolet adapté à la course envisagée (taille, type).

Mes compétences validées :

- Progresser de manière sûre et équilibrée sur différents types de neiges, avec et sans crampons.
- Utiliser différentes techniques de cramponnage selon la pente (piéds à plat, mixte, pointes avant).
- Utiliser différentes préhensions du piolet selon les terrains.
- Envoyer sa propre chute avec et sans piolet.
- Poser un point d'ancrage et s'y vacher (branche à glacer ou corps mort).
- Maîtriser la progression corde tendue en second en montée comme en descente (gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

2

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

2.1 - PROGRESSION EN ROCHER

Mes connaissances valables :

- Connaitre le principe de progression avec assurage en mouvement et par longeurs, et les actions à réaliser en tant que second (manipulation des protections naturelles et amovibles et des rebels).

Mes compétences validées :

- Grimper sans prescription et en maîtrisant les gestes de base : placement des pieds, placement du bassin, test des prises.
- Établir une communication claire verbale (vache, libre, départ...) ou non verbale à toutes les étapes de la progression.
- Maîtriser l'assurage d'un premier de cordée depuis le sol ou un relais avec un système d'assurage adapté.
- Maîtriser la récupération du matériel du relais et des points d'assurage (concoeur, frends, anneau...).
- Maîtriser la progression avec assurage en mouvement, en second de cordée (gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

3

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

3.1 - MON MATÉRIEL - MON ÉQUIPEMENT

- MISE EN PLACE EN 2023

3.2 - LES BONNS COMPORTEMENTS EN ALPINISME - ACTIVITÉS LIÉES

- MISE EN PLACE EN 2023

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE - MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

3.3.1 - CONNAÎTRE ET S'ADAPTER AU MILIEU MONTAGNE

- Connaitre le milieu de ma pratique (milieu montagne).
- Optimiser ses capacités physiques et les adapter au milieu montagne.
- Adapter son équipement au milieu et à la météo (prévisions et évolution sur le terrain).

3.3.2 - ÉVOLUER DANS LE MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

Mes compétences valables :

- Se situer sur une carte et transmettre sa position.
- Identifier les dangers/liques objectifs dans le cadre d'une pratique encadrée.

3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE - MILIEU ENNEIGÉ

- MISE EN PLACE EN 2023

Mes compétences valables :

- Comprendre le BERA et le lien entre le risque BERA et le terrain (carte des pentes).
- Progresser en sécurité dans un milieu enneigé et comprendre les consignes du leader.

3.4.1 - CONNAÎTRE LE MILIEU ENNEIGÉ : LES ÉVALUATIONS, LE RISQUE ENNEIGÉ

- Connaitre le principe du manteau neigeux et les mécanismes des avalanches.
- Identifier les autres risques liés au milieu enneigé : milieu glaciaire, corniches, glissade...

3.4.2 - PRÉVENIR LES ACCIDENTS EN MILIEU ENNEIGÉ

- Comprendre le BERA et le lien entre le risque BERA et le terrain (carte des pentes).
- Progresser en sécurité dans un milieu enneigé et comprendre les consignes du leader.

3.4.3 - INTERVENIR EN CAS D'ACCIDENT EN MILIEU ENNEIGÉ

- Maîtriser l'utilisation de son matériel de sécurité personnel.
- Réaliser le test de localisation/dégagement d'une victime d'avalanche.
- Intervenir à une situation d'avalanche en suivant les consignes du leader.

4

ENVIRONNEMENT FÉDÉRAL ET DES CLUBS

4.1 - LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS DANS LES CLUBS

Mise en place en 2023

Vous vous demandez à quoi ces validations servent ? Premièrement à témoigner d'un niveau de pratique et d'expérience au sein de votre club d'appartenance ou d'un autre club (via [votre espace licencié](#) où tout est consigné en version numérique) et à engager les plus motivés d'entre vous à doucement se diriger [vers des formations diplômantes](#) (initiateur escalade, initiateur alpinisme, ...) si un jour l'expérience de l'encadrement au sein d'un club FFCAM vous tente !

Vous trouverez plus d'informations sur ces validations de compétences et sur les formations diplômantes ici :

[**LES FORMATIONS FFCAM – PRESENTATION GENERALE**](#)



- Ce cycle visent plusieurs objectifs :

- Vous donner les connaissances et les techniques essentielles pour pratiquer, au-delà de la seule randonnée, un alpinisme estival et hivernal en autonomie & sécurité dans un niveau INITIATION ;
- Vous former à une pratique autonome et responsable de la haute montagne ;
- Permettre aux membres du club, d'apprendre ou d'approfondir leurs connaissances afin d'augmenter leur plaisir et leur sécurité en montagne, cela dans un esprit de partage, de rencontre et de convivialité !

Pour atteindre ces objectifs, cette formation se veut à la fois **pratique** (sur le terrain) et **théorique** (modules de formation au club, cf. programme prévisionnel).



✓ À QUI S'ADRESSE CE CYCLE ?

Cette formation s'adresse à des personnes désireuses de découvrir et de se former en alpinisme (**niveau initiation**). Ce cycle s'adresse donc à toute personne majeure, volontaire & motivée pour apprendre et découvrir les différentes facettes de l'alpinisme dans un esprit de partage et de convivialité.

*Il est cependant indispensable d'avoir une **pratique physique régulière** (randonnée, VTT, ...) et une bonne forme physique générale afin de pouvoir s'engager sur des journées d'environ 1000m de dénivelée, avec un sac parfois lourd (ex : sur un chemin de randonnée, être capable de faire 1000m de dénivelé en 2h30 avec un sac de 6-8kg).*

*Il est également important que chaque stagiaire ait déjà une **expérience en escalade (idéalement en site école et grande voie)**, peu importe le niveau, la régularité, mais avec ces connaissances de base : prise en main du matériel (baudrier, mousquetons, système d'assurance, ...), confection de nœud d'encordement, confrontation avec la verticalité, confiance dans le matériel (corde, baudrier, mousquetons, ...)*

Un doute, une question ? N'hésitez pas à contacter le responsable des inscriptions pour en discuter avec lui !

→ vulliet_romain@hotmail.com // 06.95.68.26.09

IMPORTANT



Afin qu'il y ait un réel apprentissage et une dynamique de groupe, il est nécessaire que les participants s'engagent à venir à **toutes les sorties**.

À noter qu'il **n'y a pas de remboursement possible de la participation en cas d'absence** (blessures, indisponibilités, ...), à voir avec l'assurance FFCAM pour un éventuel remboursement du coût du cycle.

✓ PROGRAMME PRÉVISIONNEL

FORMATION PRATIQUE : Les sorties du cycle sont pré-programmées sur des week-ends et confirmées au plus tard le jeudi soir précédent le week-end ; **en cas d'annulation** (météo, conditions particulières, etc), un plan B dans un autre massif pourra être proposé ce même week-end, ou un report pourra être envisagé selon les disponibilités des encadrants et des stagiaires. En cas d'annulation définitive du week-end, les participants seront remboursés au prorata du nombre de journées de formation annulées.

Ce cycle comprend 4 sessions, pour un total de 11 journées de formation :

- **3 journées** d'escalade sur **rocher** en **terrain d'aventure** : appréhender le matériel spécifique (pitons, friends, câblés) et les bases de son utilisation sur des escalades peu ou partiellement équipées ;
- **2 journées** en **cascade de glace / alpinisme hivernal** : acquérir les bases de la gestuelle en cascade de glace et de l'utilisation du matériel spécifique (piolet traction, broches à glace, abalakov, ...)
- **3 journées** consécutives sur **la neige et le terrain glaciaire** : acquérir de l'aisance en cramponnage, apprendre les fondamentaux pour évoluer en sécurité dans des pentes de neige et sur un glacier. On abordera également les prémices du terrain montagne et de l'assurage en mouvement.
- **1 stage final** de **3 jours** qui viendra faire la synthèse de tout ce qui a été appris les week-ends précédents. Le but étant de se lancer dans des courses proposant des **terrains variés** pour apprendre à adapter son mode de progression et trouver le bon compromis entre sécurité et efficacité.

FORMATION THÉORIQUE : Une formation théorique et thématique associée sera proposée, sous forme d'intervention en soirée d'une durée d'environ 1h30.

Cette formation se compose de 6 modules :

- Module préparation d'une course : méthode du 3x3, notion de cartographie et d'orientation, plan de marche, gestion de groupe, prise de décision ;
- Module Notion de météorologie : Nuages, cartes météo, situation typiques, où trouver des infos ;
- Module Techniques alpines : facteurs de chutes, cordes, encordement et nœuds usuels, progression de la cordée ;
- Module Terrain glaciaire : comprendre ce qu'est un glacier, comment on s'y déplace en sécurité ;
- Module Préparation d'une course en milieu enneigé : avalanche, lecture BRA, Détecteur de Victime d'Avalanche, pelle, sonde, les secours, le matériel.
- Module Cascade de glace, mode d'emploi : la glace, le matériel, les températures...

→ D'autres formations théoriques peuvent être organisées (neige & sécurité, secourisme, etc.), restez informés via le [groupe whatsapp infos/actus du club](#) et l'[agenda](#) du site du club

✓ SOIRÉE DE PRÉSENTATION

Une soirée de présentation, d'information et d'inscription concernant ce cycle ainsi que des conseils sur l'équipement, la préparation... en présence des encadrants aura lieu :



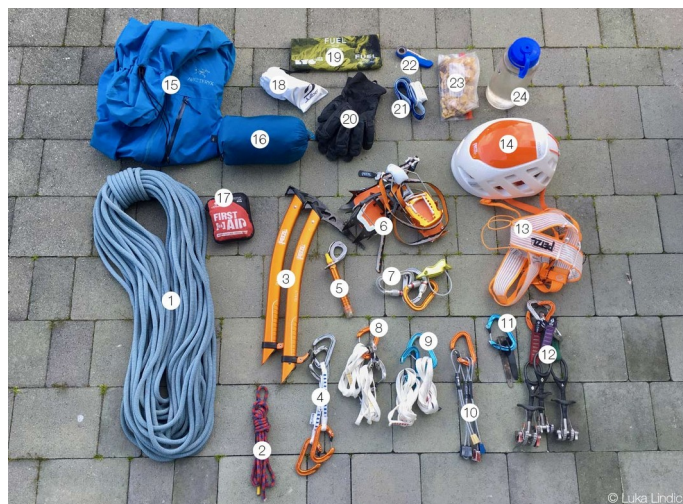
LUNDI 28 SEPTEMBRE 2026 à 19H



LOCAL DU CLUB

✓ DÉTAILS PRATIQUES

- ➔ Groupe de 6 participants maximum avec 1 guide de haute montagne et un(e) cadre bénévole du club ;
- ➔ Avoir du **matériel individuel de base** est indispensable au bon suivi de la formation. Il vous sera demandé la liste suivante : un casque, un baudrier, deux mousquetons à vis, deux sangles de 120cm avec mousqueton simple, un autobloquant textile (type cordelette de 1m, diamètre 6mm), une longe dynamique, un descendeur, chaussures à semelles rigides et cramponnables, crampons réglés à vos chaussures, un piolet droit. Si vous avez du matériel collectif (cordes, broches à glace, pharmacie...) vous pourrez également en faire profiter le groupe.



DANS LA MESURE DES DISPONIBILITÉS, **LE CLUB PEUT PRÊTER DU MATÉRIEL**

CLIQUEZ SUR L'IMAGE CI-DESSOUS POUR EN SAVOIR PLUS



Un doute, une question sur le matériel ? N'hésitez pas à contacter le responsable des inscriptions pour en discuter avec lui !

→ vulliet_romain@hotmail.com // 06.95.68.26.09

IMPORTANT



Pour profiter pleinement de ce cycle, une bonne forme générale est indispensable ! Sans cela, le cycle peut tourner au cauchemar. Mieux vaut différer d'un an la participation à ce genre de cycle en pratiquant plus intensément un sport d'endurance (course à pied, randonnée pédestre,...) ainsi qu'un peu d'escalade, que se dégoûter à jamais de l'alpinisme !



✓ **CONDITIONS DE PARTICIPATION, à lire attentivement**

Les frais d'inscription s'élèvent à 690 € par stagiaire.

Les participant.es s'engagent bien à participer à toutes les sorties. Une fois le cycle commencé, **il n'y aura pas de remboursement en cas d'absence sur une ou plusieurs journées quelqu'en soit le motif**, pour les raisons évoquées précédemment.

Dans certaines circonstances, l'assurance de la FFCAM permet un remboursement, partiel ou en totalité, des frais de stage annulés par le participant. Le participant devra alors entreprendre personnellement les démarches auprès de l'assureur, le Club de Briançon se tenant à sa disposition pour lui fournir tous les justificatifs nécessaires à sa démarche.

Les frais de participation ne comprennent que l'encadrement et donc pas :

- l'achat ou la location du matériel individuel (piolets, crampons, chaussures, DVA, pelle, sonde, etc) → [LE CLUB PEUT PRÊTER DU MATÉRIEL](#), contactez Romain VULLIET si besoin ;
- les frais d'hébergement selon les modalités suivantes :
 - **hébergement en refuge / gîte / camping : les participants prendront collectivement en charge les frais de nuitée et de demi-pension du guide.** *Vous pouvez collectivement ou individuellement prendre la décision de ne pas prendre le repas au refuge, ou le petit déjeuner, de privilégier le bivouac, etc.*
- frais de remontée mécanique en station si nécessaire (ex : téléphérique de La Grave)



✓ TRANSPORT

Le transport est effectué prioritairement avec [le minibus du club](#) (→ capacité de 9 places) et les frais sont partagés entre les stagiaires = 0,50 € / km (cadres bénévoles et guide non inclus). Si le minibus n'est pas disponible pour le week-end prévu, du co-voiturage sera organisé selon le même esprit.



Minibus 9 place, injustement appelé « Le Gerboulator » ^^

✓ INSCRIPTION

Les inscriptions se feront lors des 10 jours qui suivent la réunion de présentation de ce cycle le **LUNDI 28 SEPTEMBRE 2026 (19h au local du club)**

IMPORTANT +++ → Merci de contacter rapidement Romain VULLIET (mail et / ou téléphone) si vous pensez être intéressé(e)s par ce cycle afin de faire une première estimation du nombre de personnes inscrites et satisfaire le plus grand nombre ! (organisation des groupes, gestion des ressources, logistique...) /// n'hésitez pas à donner le plus de renseignements possibles sur vous, niveau, profil, motivation, liste de course, etc.

✓ RESPONSABLES ET ENCADREMENT DES CYCLES

Fabien PASSARO, Guide de haute montagne
fabien.passaro@gmail.com /// 06.75.08.81.74



Romain VULLIET (responsable du cycle), Guide de haute montagne, formateur agréé ANENA, moniteur d'escalade

vuliet.romain@hotmail.com /// 06.95.68.26.09



Et les **cadres bénévoles du club de Briançon**, d'ores et déjà merci à vous pour votre engagement et bonne humeur !!:)



✓ DATES D'ORGANISATION DES SORTIE / FORMATIONS THÉORIQUES

Les sorties du cycle sont pré-programmées sur des week-ends, et confirmées au plus tard le jeudi soir précédent le week-end ; en cas d'annulation (conditions, météo, ...), un plan B dans un autre massif pourra être proposé ce même week-end, ou un report pourra être envisagé selon les disponibilités des encadrant et des stagiaires (remboursement au prorata du nombre de journées de formations annulées si annulation définitive).

CALENDRIER

FORMATION	DATES
Vers l'autonomie sur rocher en terrain d'aventure	21-22-23 mai 2027
Vers l'autonomie en cascade de glace	1er-2 février 2027 (2j en semaine et hoprs vacances, et oui, sorry ! La surfréquentation actuelle des cascades durant les weekends est trop dangereuse à nos yeux!)
Vers l'autonomie en course de neige / terrain glaciaire	14-15-16 juin 2027
Stage final (terrain glaciaire, course de neige et course d'arête)	2-3-4 juillet 2027

Les soirées théoriques (6 modules) seront consultables sur
L'AGENDA DU SITE

✓ DESTINATIONS

Dans la mesure du possible, (écologie oblige!), nous privilégierons les courses en condition, proche de Briançon :

- ➔ **Massifs** : Cerces // Écrins // Queyras // Ou autre si les conditions, la météo ou la folie du moment le nécessite ! :)
- ➔ **Les encadrants** vous indiqueront l'heure et le lieu de rendez-vous, et les modalités de la course lors des réunions de préparation et/ou par e-mail, WhatsApp ou autre...



Fabien PASSARO, Guide de haute montagne, encadrant du cycle
Romain VULLIET, Guide de haute montagne, responsable du cycle
Anne LANGER & Jean-Louis FLANDIN, Co-président(e)s du club de Briançon

L'esprit Club Alpin

À TRÈS BIENTÔT !