

# ESPACE SKI DE RANDO



## BONNES PRATIQUES

### BEST PRACTICES

Vous évoluez, sous votre propre responsabilité, en zone de montagne enneigée.

La pratique du ski de randonnée présente des risques et nécessite que vous preniez toutes les précautions afin d'assurer votre sécurité.

Avant de partir, assurez-vous que :

- Votre niveau de ski correspond au niveau de difficulté de cet itinéraire
- Votre tenue vestimentaire et votre équipement sont adaptés et vous disposez du matériel de recherche indispensable en cas d'avalanche
- Vous avez vérifié les conditions météo et le BERA (Bulletin d'Estimation des Risques d'Avalanche) avant votre sortie
- Votre entourage a été informé de votre sortie et est prévenu de votre retour
- Vous suivez le balisage de l'itinéraire pour votre sécurité et afin de préserver le milieu naturel fragile
- Vous partagez l'itinéraire avec les autres usagers, restez vigilant et respectueux

### Itinéraire de Pelvoux



### Avant de partir sur un itinéraire, assurez-vous d'avoir le bon matériel en fonctionnement :

**A** Un DVA (détecteur de victime d'avalanche)  
Anavalanche transceiver

**D** Une couverture de survie (grand modèle, épaisse)  
A survival blanket

**B** Une pelle homologuée UIAA  
UIAA approved shovel

**E** Un moyen d'alerte : radio, téléphone  
Away to alert: radio, phone

**C** Une sonde homologuée IUAA de 2,40 m de longueur minimum  
A probe IUAA approved of 2.40 m minimum length

**Autres éléments utiles:**  
Altimètre, GPS, carte au 1/25 000 (liste non exhaustive)  
**Other useful elements:**  
Altimeter, GPS, 1/25 000 map (non exhaustive list)

You are in a snowy mountain area, ski touring presents risks and requires you to take all precautions to ensure your safety. You evolve under your own responsibility. Before leaving, make sure that:

- Your skiing level corresponds to the difficulty level of this route
  - Your clothing and equipment are suitable and you have the essential search equipment in the event of an avalanche
  - You have checked the weather conditions and the AREB (Avalanche Risk Estimation Bulletin) before your outing
  - Your entourage has been informed of your outing and is warned of your return
  - You follow the route markings for your safety and to preserve the fragile natural environment
  - You share the routes with other users, remain vigilant and respectful
- You have downloaded the route track before leaving

### LA FFME FACILITE VOS SORTIES EN SKI DE RANDO

Assurez-vous d'être couvert par une assurance responsabilité civile couvrant les frais de secours éventuels.



La FFME propose une licence individuelle  
**my f fme.f r/licences-hors-club**



**Face aux risques liés à la neige et aux avalanches,**  
l'ANENA vous accompagne  
et vous forme. **anena.org**

### PARTENAIRES

**DYNASTAR**

**MILLET**

**ANENA**  
Association Nationale pour l'Etude de la Neige et des Avalanches

**FLUM**

**NUMÉRO SECOURS**  
EMERGENCY NUMBER

**112**



**PAR SMS**  
BY TEXT MESSAGE

**114**