



FEDERATION FRANÇAISE DU MILIEU MONTAGNARD

Siège national : 18, rue Saint Polycarpe 69001 LYON Tél. 04 78 39 49 08

Site : www.ffmm.net Courriel : secretariat@ffmm.net

Siret 32158105000044 APE 9499Z Organisme de formation enregistré sous le n° 82690104869

Les équipements pour participer à un stage Accompagnateur en milieu montagnard et rural AMMR ou Franchissement des passages difficiles au cours des randonnées pédestres

Tout participant dont l'équipement est insuffisant, inadapté ou pourrait entraîner des risques pour lui ou pour le groupe de participants sera exclu du stage ou refusé pour les exercices et sorties sur le terrain.

1 - Équipements minimum obligatoires pour tous types de stage.

Équipement minimum habituel pour une randonnée d'une journée :

- Sac à dos (30 à 40 litres), vêtement chaud (pull-over), vêtement de pluie, chapeau, gourde, coupe-vent, trousse individuelle de premiers soins, couverture de survie.
- Chaussures de marche à tige haute ou Mid haute recouvrant les malléoles, et semelles crantées antidérapantes (port obligatoire lors des exercices pratiques sur le terrain).
- Linge de rechange, serviettes de toilette et nécessaire de toilette.
- Chaussures ou chaussons d'intérieur.

NB : Les draps et les couvertures sont fournis par les établissements qui accueillent les stages.

2 - **Accompagnateur en milieu montagnard et rural : Module 1 - Connaissances techniques fondamentales.**

Équipement minimum obligatoire :

- Boussole en degrés avec plaquette transparente et graduations en centimètres (Boussole Ranger SILVA 21.00 €)
- Calculatrice (modèle de base), loupe à main éclairante à leds (diamètre 75 mm conseillé), règle plate 40 cm minimum, crayon à papier, gomme blanche, compas.
- Une lampe frontale avec piles de rechange, un sifflet.

Facultatif et conseillés : altimètre, jumelles, appareil photo, GPS, etc.

L'utilisation d'un ordinateur n'est pas admise pendant les cours et les exercices du stage technique.

3 - **Accompagnateur en milieu montagnard et rural : Module 2 - Stage de qualification pratique.**

a) Même équipement obligatoire que pour le module 1. Cf paragraphe 2.

b) + 1 corde : diamètre 8 mm, longueur 30 mètres (1).

+ 2 sangles plates vendues au mètre. Longueur 3 mètres. Largeur 2 à 4.5 cm (1) (2).

+ 3 mousquetons à ouverture rapide et sécurité par vis (1).

+ Manuel pédagogique qui vous a été remis au cours du stage technique.

(1) Ce matériel obligatoire fait partie du "fond de sac" d'un animateur pratiquant la randonnée en montagne. La fédération ne prête pas ce matériel.

(2). Les sangles plates sont vendues au mètre à la coupe. Acheter 2 longueurs de 3 m (pour confectionner un anneau de 1,50 m). Exemple de fournisseurs pour acheter vos sangles plates :

Sangles plates vendues au mètre, marque BEAL. Sur les 2 sites le mètre de sangle est à 2.50 euros :

<https://www.sportev-nice.com/sangle-plate-au-metre-beal-c2x16298491>

<https://www.croque-montagne.fr/sangles-anneaux/231-728-sangle-tubular-tape-26mm-beal.html#/33-couleur-rouge/208-unitaille-unique>

L'utilisation d'un ordinateur portable est conseillée pendant les cours et les exercices du stage technique.

4 - **Franchissement des passages difficiles au cours des randonnées pédestre**

Cf. paragraphes 1) et 3 b).

Les chaussures obligatoires pour participer aux sorties sur le terrain

Dans une descente le pied et la cheville du randonneur en moyenne montagne sont soumis aux inégalités du sol et à des tensions brutales. Le maintien de la cheville est d'autant plus nécessaire que le terrain est accidenté ou glissant. De plus, en terrain rocheux ou dans les pierriers, protéger ses malléoles contre les chocs est vivement recommandé.

Les chaussures doivent donc recouvrir les malléoles pour bien protéger la cheville afin de prévenir les entorses graves. Faute d'avoir des chaussures à semelles crantées et tiges hautes ou Mid hautes protégeant les malléoles, vous ne pourriez pas participer au stage car, d'une part vous ne seriez pas couvert par l'assurance en cas d'accident et, d'autre part, la responsabilité de notre fédération pourrait être engagée. De ce fait vous vous exposeriez à une exclusion du stage, sans remboursement et sans indemnités.

Les chaussures à tiges Mid trop basses et les baskets ne sont pas admises.