

Contenu des stages.

Stage d'initiation à l'animation de la randonnée pédestre

Ce stage est **obligatoire pour s'inscrire au stage Brevet Fédéral**.

Contenu du stage :

- Présentation de la FFRP et de ses objectifs de formation.
- Lecture de carte (*étude théorique*).
- Lecture de carte / orientation (*pratique*).
- La carte et la boussole (*manipulation élémentaire*).
- L'utilisation de la carte en randonnée.
- Mise en situation pratique de cheminement par groupe.
- L'activité randonnée pédestre et sa vie associative.
- Le programme du Brevet Fédéral et le rôle de l'animateur.
- Bilan et perspectives.

Stage Brevet Fédéral

Ce stage de huit jours pleins se compose de cinq unités de formation (UF), il est sanctionné par le **Brevet Fédéral d'animateur de randonnée**.

Contenu des cinq unités de formation :

- **UF 1 - Le terrain** : Lecture de carte - Topographie - Orientation.
- **UF 2 - Le milieu** : Lecture de paysage - Thématique (*faune, flore, environnement*) - Météo.
- **UF 3 - Le pratiquant** : Bases anatomiques et physiologiques - Physiologie de l'effort - Alimentation - Hygiène de vie - Secourisme adapté à la randonnée.
- **UF 4 - L'activité** : Equipement, matériel - Sécurité active, passive - Organisation d'une randonnée - Rôle de l'animateur - Itinérance.
- **UF 5 - La vie associative** : Communication, motivation - Conduite de groupe - Responsabilité, assurances - Législation, réglementation - Infrastructure - FFRP.

Unité de Valeur « Montagne ». (réservée aux titulaires du Brevet Fédéral)

- Lecture de carte, topographie (*nivellement, profils*).
- Cheminement avec obstacles - altimètre.
- Météo (*isotherme - orage, ...*).
- Lecture de paysage (*érosion, géologie, ...*). Environnement montagnard.
- Physiologie du pratiquant et espace montagnard. L'altitude - Le secourisme adapté.
- Equipement - Sécurité. Matériel adapté à la progression en milieu montagnard.
- Organisation de l'activité. Itinérance, construction d'un projet.

Cette Unité de Valeur, d'une durée minimale de 7 jours, comporte une évaluation.

Stages complémentaires. *(ouverts à tous les licenciés)*

Initiation « Pratique du GPS».

- Notions de cartographie et de géodésie
- Notions de lecture de carte et d'orientation
- Principes de fonctionnement d'un GPS
- Calcul et report de coordonnées (GPS vers carte et inversement)
- Présentation et pratique de la fonction « aller vers »
- Critères de choix d'un appareil, avantages et limites de la navigation au GPS

Randonnée, patrimoine et art roman.

- L'art roman : ses caractéristiques, les légendes.
- Randonnées avec visite de Saint Guilhem le Désert (village et abbaye) ; Vallée de la Buèges et ses petites églises romanes ; Prieuré de Saint Martin de Londres.

Flore de la garrigue.

- Formation de la garrigue.
- Randonnée dans le massif de Saint Guilhem le Désert.
- Caractéristiques des plantes de la garrigue, leur adaptation au milieu ; quelques utilisations de ces plantes au XIXe siècle.

Stages de perfectionnement. *(réservés aux titulaires du Brevet Fédéral)*

Perfectionnement «Pratique du GPS ».

- Rappels de cartographie et géodésie
- Principes de fonctionnement d'un GPS
- Rappel des fonctions de bases
- Présentation et pratique des fonctions avancées
- Les logiciels de cartographie, communication entre ordinateur et GPS.
- Utilisation raisonnée du GPS au cours d'une randonnée.