



## SELECTION GJA 2023



*L'esprit Club Alpin*



Contact : Matthieu Dagand  
gja@cafannecy.fr



# DOSSIER DE SELECTION GJA 2023

## LES OBJECTIFS

Le Club Alpin Français d'Annecy met en place et subventionne chaque année un Groupe Jeunes Alpinisme constitué d'une équipe de jeunes licenciés du Club entre 18 et 25ans pratiquant l'alpinisme.

Les objectifs de ce groupe sont :

- d'améliorer leur niveau et élargir leur domaine d'activité en alpinisme afin de leur permettre d'accéder à une pratique autonome ;
- d'acquérir des connaissances en matière de sécurité, gestion des risques et dangers du milieu ;
- de préparer le cursus de formation Alpinisme du CAF et valider les Unités de formation ;
- de rassembler des jeunes pour qu'ils se connaissent afin de créer la cohésion nécessaire à la formation d'une équipe ;
- de participer aux évènements du Club et aux rassemblements de la FFACM ;
- de partager les valeurs du Club Alpin Français :
  - connaissance de la montagne, de ces habitants et de son environnement ;
  - respect de la montagne ;
  - fraternité et entraide (esprit de cordée) ;
  - goût de l'effort et humilité.



# DOSSIER DE SELECTION GJA 2023

## INFORMATIONS

Nombre de places :	5 à 6 selon profil
Age requis :	De 18 à 25 ans
Conditions :	Sur dossier formulaire en ligne à compléter puis test et entretien si besoin
Programme :	11 journées réparties sous forme de stages de plusieurs jours entre mai et septembre 2023
Responsable du GJA :	Matthieu Dagand
Date limite de dépôt de candidature :	Au plus tôt avant le 1er avril 2023
Date de sélection :	22 ou 23 avril 2023 (entretien de sélection ce week-end-là si besoin)
Niveau pré requis :	Très bonne forme physique - 5c en falaise et PD en alpinisme
Encadrement :	Guide de Haute Montagne ou Encadrant Alpinisme du Club
Déplacement :	Minibus si possible, sinon voiture personnelle
Montant d'inscription au groupe :	640 € sous forme de chèques donnés à l'inscription (débités chacun à l'inscription, en mai, en juin, en juillet et en septembre) : <ul style="list-style-type: none"><li>• 4 chèques de 120 €</li><li>• 1 chèque de 160 €</li></ul>
Montant d'inscription à chaque stage :	20 € par jour demandé une semaine avant le stage (220€ au total)
Montant total	640€ + 220€ = 860€

Les frais d'inscription demandés au stagiaire couvrent :

- les frais de Guide ;
- les frais de remontées mécaniques du groupe ;
- les frais d'hébergement et de demi-pension au refuge ;
- les frais de déplacement du groupe ;
- les frais de camping.

Un complément exceptionnel peut être éventuellement demandé si dépassement. Vous serez consulté.

Les frais d'inscription demandés au stagiaire ne couvrent pas :

- les piqueniques du midi et les vivres de courses ;
- les consommations personnelles au refuge ;
- les repas et petits déjeuners si camping ou bivouac.

Les fonctionnements de ce Groupe est subventionné par le CAF d'Annecy et la ville d'Annecy.

# DOSSIER DE SELECTION GJA 2023

## PROGRAMME

Pour toutes les unités de formation, le stage dure au moins deux jours avec montée au refuge et ateliers pour apports théoriques le premier jour, puis course de mise en application.

Un livret de formation sera remis au début du stage et vous devrez vous évaluer selon les critères définis. L'unité de formation sera validée ou non à l'issue du stage par le cadre habilité en fonction de vos résultats.

Il est vivement recommandé de pratiquer entre les stages pour enrichir votre liste de courses et gagner en autonomie. Des événements du CAF d'Annecy ou de la FFCAM sont aussi proposés aux adhérents et sont complémentaires à ce programme :

- Collectives du Club (escalade et alpinisme) ;
- Cours d'escalade en falaise du printemps ;
- Grand Parcours à Chamonix en juin ;
- Camp d'été du Club en juillet.



13 au 14 mai (2 jours)	Fondamentaux en neige Massif : Aravis Encadrement : Guide + encadrants CAF Hébergement : -
10 au 11 juin (2 jours)	Fondamentaux en glace Massif : Mont Rose (à définir) Encadrement : Guide + encadrants CAF Hébergement : Refuge avec demi-pension
1 au 2 juillet (2 jours)	Arête rocheuse et assurage en mouvement Massif : Mont-Blanc (à définir) Encadrement : Guide + encadrants CAF Hébergement : Refuge avec demi-pension
21 au 23 juillet (3 jours)	Objectif Sommet mythique Massif : A définir Encadrement : Guide + encadrants CAF Hébergement : Refuge avec demi-pension ou bivouac
2 au 3 septembre (2 jours)	Terrain d'aventure Massif : Grand Paradis (à définir) Encadrement : Guide + encadrants CAF Refuge avec demi-pension

Une sortie en cascade de glace est traditionnellement organisée pendant l'hiver avec anciens et nouveaux du GJA.

# DOSSIER DE SELECTION GJA 2023

## CONDITIONS

Les évolutions en alpinisme se font la plupart du temps en cordées indépendantes sur des itinéraires non équipés soumis à tous les aléas de la haute montagne. Le nombre de sorties est dépendant des conditions météorologiques. Le chef de course pourra en tout temps annuler la sortie s'il constate qu'il y a un risque local accru. Il pourra également modifier les sorties (lieux, dates et durées) pour les adapter aux conditions météorologiques, ou pour toute autre raison.

Le Club et les bénévoles font leur possible pour réaliser le maximum de sorties inscrites au programme.

L'inscription vous engage. Le Club ne prévoit pas de remboursement en cas de désistement d'un jeune à un stage.

Le Club se réserve le droit d'exclure sans remboursement un participant en cas de manque d'assiduité ou de problème de comportement.



# DOSSIER DE SELECTION GJA 2023

## MATERIEL

Le stagiaire doit impérativement avoir l'équipement nécessaire à la pratique de l'alpinisme :

Baudrier	Matériel personnel qui sera contrôlé à la sélection
Casque	
4 mousquetons à vis (dont un unidirectionnel)	
Cordelette pour 2 autobloquants	
1 longe double	
1 cordelette 5m en diamètre 7mm	
1 assureur type Reverso	
Lunettes de glacier (protection 4)	
Chaussures de montagne cramponnables	
Chaussons d'escalade	
Sac à dos de 30 à 35 litres maximum	
Veste légère Gore-Tex, compressible et respirante	
Lampe frontale	
Broche à glace	
Crampons	Possibilité de louer au CAF
Piolet	Matériel personnel que vous vous engagez à avoir
Pull polaire	
Veste doudoune	
Chapeau ou casquette	
Bonnet	
Paire de gants légers et paire de gants chauds	
Crème solaire (écran total)	
Sac à viande pour nuit en refuge	
Couverture de survie	
Gourde, poche à eau ou Thermos de boisson chaude (suivant conditions)	

Avoir du matériel de grimpe (dégaines, coinces et cordes) est un plus mais le Club ou le professionnel se chargent de cette partie de l'équipement collectif. Si vous devez acheter des équipements, réfléchissez par ordre de priorité et privilégiez le matériel personnel et les vêtements techniques étanches et chauds.

Si sortie en camping ou bivouac, du matériel complémentaire sera nécessaire :

- tente ;
- duvet ;
- matelas ;
- réchaud.

Pour ce type de matériel, vous pouvez emprunter à votre famille ou vos amis. Nous essaierons de trouver des solutions au cas par cas si besoin.

# DOSSIER DE SELECTION GJA 2023

## NIVEAU PHYSIQUE ET TECHNIQUE

Pour vous préparer et intégrer le groupe, il est indispensable :

- de pratiquer l'escalade en falaise (des cours d'escalade sont proposés par le Club au printemps) ;
- de pratiquer la randonnée, l'escalade ou l'alpinisme que ce soit par l'intermédiaire des sorties proposées par notre Club ou tout autre moyen qui peut vous apporter de l'expérience ;
- de garder la forme avec des exercices à la maison ou dans le cadre qui vous est accordé si les conditions du moment ne permettent pas d'aller en montagne,

L'alpinisme est une activité qui demande un apprentissage passant par la pratique de l'escalade. Il ne s'agit pas d'avoir un très bon niveau de grimpe mais d'être familier des manipulations de corde et d'être à l'aise avec le vide avant d'évoluer sur du terrain haute montagne. Aussi il est fortement recommandé :

- de pratiquer l'escalade en falaise (des cours sont proposés par la section Escalade du Club au printemps) ;
- d'avoir fait des écoles de neige et de glace ;
- de pratiquer la montagne, en randonnée, en escalade ou en alpinisme, que ce soit par l'intermédiaire des sorties collectives proposées par le Club ou par tout autre moyen pouvant vous apporter de l'expérience.

Dans le formulaire en ligne, il vous est demandé une liste de courses en montagne. Si vous n'avez assez d'expérience, il est utile de remplir ce dossier. En effet, si vous n'êtes pas sélectionné dans le GJA cette année, le Club peut tout de même vous identifier et vous orienter selon votre profil vers les formations qui vous vont vous permettre de débiter en alpinisme mais aussi en escalade si vous n'en pratiquez pas déjà. En effet, l'alpinisme est une activité qui demande un apprentissage long qui passe obligatoirement par la pratique de l'escalade.

Si vous êtes motivés, merci de remplir le formulaire en ligne suivant :

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScp59qu0De7Fjj0kkmkWMw17zTQcHn2QyXOYMSHicvFsbVE0EQ/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScp59qu0De7Fjj0kkmkWMw17zTQcHn2QyXOYMSHicvFsbVE0EQ/viewform?usp=pp_url)

ou à l'aide du QR code suivant :





*L'esprit Club Alpin*

