

Freeday 2011

prévention freeride encadrée par des guides et des pro-riders

le samedi 8 janvier 2011
à **Grimentz**, dans le Val d'Anniviers

suivi pour la première fois d'une **journée spéciale** "avancés" le dimanche 9 janvier

Dans le but de réduire le nombre d'accidents d'avalanche et de sensibiliser un maximum d'adeptes du hors-piste, José Carron, guide de montagne et snowboarder de haut niveau, Cyril Neri, triple vainqueur de l'Xtreme de Verbier, Philippe Wenger, organisateurs du Giant X Tour et Simon Wiget, instructeur de snowboard, se sont réunis dès 2003 pour créer les journées Freeday. Entourés d'intervenants de qualité et grâce à des messages clairs et simples, ils ont sensibilisé plus de 700 jeunes sur le terrain ainsi que 15'000 élèves romands lors de conférences scolaires incluant la diffusion du film : « L'envers du Décor ».

La force du Freeday réside dans l'alchimie qui se crée entre un guide et un pro-rider au contact d'un petit groupe de pratiquants. Ensemble, ils partagent leurs expériences respectives. Comportements adéquats sur le terrain, lecture d'un bulletin d'avalanche et utilisation du matériel de recherche sont quelques uns des points abordés lors de ces journées.

Lors d'une simulation d'accident d'avalanche orchestrée par des guides-sauveteurs, les participants pourront découvrir les multiples facettes d'une intervention de sauvetage. L'occasion de mieux saisir l'importance des équipiers lors d'une sortie en hors-piste, car il est malheureusement avéré que le temps d'intervention des secours hélicoptérés est souvent trop conséquent. A leur arrivée, les prisonniers du manteau blanc se sont déjà étouffés sous la neige.

Ainsi, un freerider emporté par une avalanche doit avant tout pouvoir compter sur ses camarades. Eux seuls, suffisamment entraînés au maniement du DVA (Détecteur de Victime d'Avalanche) et évidemment équipés d'une pelle et d'une sonde peuvent le sortir de l'avalanche dans les 15 premières minutes, quand les chances de survie sont les plus élevées (90%).

Mais le principal objectif de ces journées est de montrer la complexité des dangers de la neige et de pousser les participants à se former, car bien estimer les risques demande expérience et connaissances. Ces deux éléments permettent de renoncer à une course hasardeuse en toute connaissance de cause.

Ne dit-on pas qu'un freerider heureux est d'abord un freerider vivant...?

Programme 2011

* Freeday Ride, samedi 8 janvier:

de 10h à 15h : en groupe, ateliers didactiques et pratiques (utilisation d'un appareil de recherche; analyse du terrain et des conditions, comportement, fausses idées,...) et surtout mise en pratique sur le terrain, en ridant avec guide et pro-rider.

Dès 15h: démonstration de secours en cas d'accident d'avalanche avec les sauveteurs d'Air Glacier.

Prix: 50 CHF, incluant:

- Encadrement par des guides et des pro-riders
- Forfait ski pour la journée
- Prêt du matériel de sécurité ARVA

* Nouveauté 2011: Freeday Advanced, dimanche 9 janvier:

Une journée supplémentaire exclusive pour 20 participants uniquement: plus de freeride et plus d'exercices sur le terrain.

ATTENTION: Réservé uniquement aux riders de plus de 16 ans (révolus au 8 janvier 2011, avec lettre signée du représentant légal), ET ayant déjà participé à un Freeday entre 2003 et 2010 !

Prix: 150 CHF, incluant :

- Participation au Freeday samedi 8 janvier 2011
- Encadrement par des guides et des pro-riders
- Forfait ski pour les 2 jours
- Prêt du matériel de sécurité ARVA pour les 2 jours
- Nuitée, repas du soir et petit-déjeuner avec les guides et les pro-riders

Plus d'infos et Inscriptions sur le site www.thefreeday.ch.

Contacts médias : Cyril Neri cyrilneri@bluewin.ch / 079 676 13 19



Pour rappel :

DVA, (à porter sur soi), pelle et sonde dans le sac à dos. Un bon freerider rajoute dans son sac : un thermos, un en-cas énergétique, une couverture de survie, une bougie et un briquet, une petite lampe de poche, un sifflet à roulette, une paire de gants de rechange, de la crème solaire, de quoi effectuer une petite réparation sur sa planche ou ses fixations.

La santé et à plus forte raison la vie n'a pas de prix... On peut se procurer un set ARVA, pèle sonde dès 500.-. En y prenant soin, un DVA se conserve facilement plus de 10 ans, cela ne fait après tout que 50.- par an. Il s'agit du matériel le moins cher de toute la panoplie du freerider ! Tous les DVA sur le marché sont compatibles et performants, le plus important est de bien connaître et de savoir utiliser son appareil.

Adresses utiles : www.slf.ch, www.météosuisse.ch, www.alpdidact.ch