



### Organisation du stage FTS-COSIF-SSFA 2019

Vous souhaitez participer au stage FTS (Formation aux Techniques Secours) organisé par le COSIF-SSF-A. Voici son déroulement et la liste des renseignements pratiques pour ce stage.

#### **1er weekend :**

**Lieu :** Puiselet (forêt de Fontainebleau, près de Nemours)

**Date :** 30/31 Mars, RDV le samedi à 9h00 sur place, fin dimanche vers 15-16h

Couchage en bivouac au Puiselet ou au Formule 1 (autour de 30 € pour une chambre pour 3 sans petit déjeuner, on pourra décider cela le samedi matin en fonction du temps). Vous pouvez aussi rentrer chez vous le soir (après le repas si possible) et être le lendemain matin vers 8h30 sur site

- Prévoir deux repas froids pour les midis
- Le samedi soir, dîner dans un petit restaurant chinois à volonté (20 € environ).
- coût : prix coûtant (vos propres frais). Le COSIF prend totalement en charge les frais d'organisation et les cadres)
- Matériel à prendre : matériel personnel spéléo classique y compris trousse à spit + matériel pour dormir si nécessaire

#### **Activités :**

**Samedi :** Présentation du stage, puis deux groupes :

L'un composé des chefs d'équipes et équipier confirmé avec révision des techniques de base et techniques spéciale.

L'autre des équipiers avec : vérification du matériel individuel, équipement de la falaise, présentation du matériel de secours, présentation des nœuds de base des techniques secours.

Point abordé: Civièrre et point chaud, déclenchement secours, brancardage, Balancier et contrepoids.

**Dimanche :** pour tous

Équipement du rocher avec plusieurs exercices et transport de la civière

1er bilan et organisation du deuxième WE

#### **Comment aller au Puiselet ? :**

- Prendre l'autoroute A6,
- Passer le péage et sortir à la première sortie après le Péage (Malesherbes - Ury)
- Prendre à droite en direction de La Chapelle la Reine
- Dans La Chapelle la Reine, au feu, prendre à Gauche la direction de Larchant - Nemours
- à Larchant prendre la direction de St-Pierre-les-Nemours et Nemours
- Entre Larchant et Nemours (2km avant Nemours) prendre à droite une petite route vers le village du Puiselet (panneau indicateur)
- Suivre cette route toute droite durant 500 m environ. Au premier tournant, prendre la piste sablonneuse sur la gauche
- Suivre cette piste durant 100 m et se stationner
- Le rocher est accessible par un petit chemin remontant sur la droite.

#### **2ème weekend :**

**Lieu :** Doubs, en gîte pension complète

**Date :** 13-14 Avril, RDV le vendredi soir dans la nuit sur place, fin dimanche sur place vers 16-17h

- prix coûtant c'est à dire votre transport et le coût du gîte en pension (30€ jour)
- Matériel à prendre : matériel du 1<sup>er</sup> WE + carburant + kit

#### **Activités :**

- **Samedi :** Equipement d'une cavité (pour l'évacuation d'une victime sur une civière)
- **Dimanche :** Equipement d'une petite cavité (pour l'évacuation d'une victime sur une civière) puis nettoyage du matos + bilan

Si vous désirez de plus amples renseignements n'hésitez pas à nous contacter :

- Fabien Couturier : 06 86 93 11 23 [gurdyl@gmail.com](mailto:gurdyl@gmail.com)
- Fabien Fécherouille 06 21 32 43 49 [fabienfech@gmail.com](mailto:fabienfech@gmail.com)

PS : les CDS peuvent financer ce type de stage, n'oubliez pas de faire une demande