

Les ateliers



CONTACT :

IMMERSIONS

contact@stages-immersions.fr

www.stages-immersions.fr

VOTRE INSTRUCTEUR:

Explorateur et instructeur de survie, Stéphane est guide en forêt primaire, équatoriale et expérimenté en milieu hostile.

C'est un ancien formateur tactique des forces armées françaises et étrangères.



IMMERSIONS
STAGES D'AUTONOMIE ET DE (SUR)VIE

SAC RANDO / TREK

Cet atelier de 3h vous permet d'appréhender la préparation matériel d'un sac à dos. Que ce soit pour une randonnée à la journée jusqu'aux expéditions, en passant par la préparation d'un trek, nous analysons ensemble les incontournables items et points essentiels du sac idéal.

Ces ateliers regroupent le contenu des stages de survie d'IMMERSIONS, et ont pour but de proposer les connaissances pratiques et théoriques fondamentales de chaque thème.

Initiatiques et ludiques, ils vous permettent d'avoir les bases théoriques et pratiques pour préparer vos prochaines aventures.

MODULES ENSEIGNES

- Sacs et morphologie
- Les indispensables items
- Organisation, répartition et rangement
- Sécurité à porté de main
- Les réserves et comment stoker
- Les différents systèmes "énergie nomade"
- Le kit de soins et kit hygiène
- Les systèmes de communication

FORMATION

A l'issue de cet atelier, chaque participant sera en mesure de :

- Choisir, régler et utiliser un sac à dos
- Déterminer les essentiels du sac à dos
- Lister ses besoins matériels en fonction de ses objectifs