



## 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.



## INITIATION ORIENTATION

Cet atelier de 3h vous permet d'appréhender la discipline de l'orientation et de vous transmettre quelques trucs et astuces.

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

### S'ORIENTER AVEC MATERIEL

- Savoir utiliser une boussole
- Lire une carte
- Se positionner
- Suivre un cap
- Retrouver son chemin
- Anticiper les pentes et dénivelés

### S'ORIENTER SANS MATERIEL

- Comprendre les bases de la navigation naturelle
- Estimer les distances et les temps de marche
- Savoir lire le terrain, ses reliefs
- Fabriquer une boussole

## FORMATION

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

- S'orienter et se situer avec ou sans matériel.
- Adopter des reflexes en cas de perte de repère.
- Prendre un azimuth et se déplacer jour et nuit.
- Interpréter la relation carte/terrain