

	Maitrise obligatoire des critères *	Maitrise obligatoire des critères *	Maitrise obligatoire des critères *	Maitrise obligatoire des critères *
	(1) Le niveau débutant (a pratiqué au moins une fois le ski de rando) est précédé par le niveau découverte (n'a jamais pratiqué le ski de rando)			
	Le skieur débutant est capable de :	Le skieur initié est capable de :	Le skieur autonome est capable de :	Le skieur expérimenté est capable de :
Montée	Faire des conversions amont en pente moyenne (< 30°) *	Faire des conversions amont en pente soutenue (< 35°) y compris en neige dure (couteaux) *	Faire des conversions amont en toutes neiges et toutes pentes *	Appliquer plusieurs types de conversions amont adaptées au terrain *
	Suivre une trace sans arrêts fréquents en pente moyenne *	Suivre une trace sans arrêts fréquents en pente soutenue, y compris en neige dure (couteaux) *	Faire une trace en pente soutenue (<35°), y compris en neige dure *	Faire une trace en toutes neiges et en toutes pentes *
Descente	Virer avec aisance en virages parallèles sur toutes pistes rouges (station) *	Descendre toute pente soutenue (< 35°) en toutes neiges *	Descendre toute pente raide (< 40°) quelle que soit la neige *	Descendre une pente raide et exposée *
	Faire une conversion aval , descendre en dérapiage et en escalier , y compris sur neige dure en pente moyenne *	Faire une conversion aval et descendre en dérapiage en toutes circonstances en pente soutenue (< 35°) *	Utiliser tout moyen mis en place par le leader (corde fixe,...) pour descendre un court passage exposé *	Mettre en œuvre tous moyens (corde,...) et techniques pour descendre tout passage exposé *
Sécurité	Manipuler les fonctions de base de son DVA (mise en marche, émission, recherche, extinction) *	participer utilement à une recherche collective de victime d'avalanche *	Dégager une victime d'avalanche sous un mètre de neige en moins de 15 mn *	Dégager plusieurs victimes d'avalanche en moins de 15 mn
Cartographie Orientation	Comprendre les termes d'orientation indiqués par le leader	Se situer sur une carte et y visualiser l'itinéraire déjà parcouru	Utiliser carte, boussole et altimètre pour se situer et s'orienter *	Evoluer par mauvais temps en utilisant carte, boussole et altimètre * Interpréter des coordonnées GPS
Alpinisme & matériel technique	Mettre en place les peaux sous les skis, et mettre les couteaux *	Mettre un baudrier et s'encorder	Assurer le leader et retirer l'équipement (passage technique)	Mettre en place un corps mort (neige) ou un relais (glace, rocher) *
	Mettre ses crampons et marcher avec (montée, descente) en pente moyenne (< 30°)	Marcher en crampons (montée, descente) en pente soutenue (<35°) *	Enrayer un dévisage en toutes neiges en pente raide (< 40°) *	Sous l'autorité du leader, équiper et assurer un passage en terrain mixte, raide, exposé *
Dénivelé, Endurance (2)	Faire une sortie de 800 m dans la journée *	Faire une sortie de 1200m dans la journée *	Faire une sortie de 1600m dans la journée *	Parcourir 3000 m en deux jours avec un sac lourd *
	Soutenir un rythme de montée de 300 m/h *	Soutenir un rythme de montée de 350 m/h *	Soutenir un rythme de montée de 400 m/h *	Soutenir plusieurs jours un rythme de 400 m/h *

(1) Le niveau découverte (« n'a jamais pratiqué le ski de rando ») ne comporte comme pré-requis que d'être capable de descendre sur toutes pistes rouges en virages parallèles.

(2) Le rythme de montée indiqué s'entend hors pauses, dans une pente régulière. Les zones de « faux plat » ou de fond de vallon ne sont pas concernées.