

# WRT-Rec

Whitewater Rescue Technician – *Recreational*  
Technicien Secours en Eau Vive – *Amateur*



**Dates :**

Du 15 au 16 Septembre 2018

**Durée :**

2 jours  
Soit 12h00 de formation

**Lieu :**

Centron  
73210 Aime La Plagne - Savoie

**Coût :**

275,00 €/pers.  
Minimum : 4 pers .



**Public**

La formation WRT-Rec s'adresse aux pratiquants amateurs des sports d'eau vive (kayakistes, canoéistes, stand-up paddlers, nageurs en eaux vives) souhaitant se former aux techniques modernes de sécurité en Eau Vive afin de mieux connaître le milieu dans lequel ils évoluent et ainsi pratiquer en meilleure sécurité.

**Pré-requis**

Savoir nager et être âgé de 18 ans.  
Maîtriser la réalisation des nœuds spécifiques aux secours eau vive (fiche d'apprentissage fournie à l'inscription).

**Objectif**

Certification Rescue3 WRT-Rec  
Former les pratiquants réguliers ou occasionnels des sports d'eau vive au milieu spécifique dans lequel ils évoluent et aux techniques de secours afin de garantir une meilleure sécurité personnelle et collective lors de la pratique de leur activité.

**Méthode et moyens pédagogiques**

Cours théoriques en salle avec support PowerPoint et manuel WRT-Rec.  
Cours pratiques à terre et dans l'eau avec mises en situation pratique sous forme de scénarios et simulations d'incidents.  
Formateurs WRT-I (Whitewater Rescue Technician – Instructor) certifiés et habilités Rescue3 Europe.  
Un instructeur pour 8 stagiaires.  
Moyens matériels fournis par R3-France

**Financement**

Possibilité de financement selon statuts des participants.  
(Tous les documents nécessaires vous seront fournis à l'inscription).

**Durée de validité**

3 ans

## Programme et contenu de la Formation

# WRT-Rec

### Whitewater Rescue Technician – Recreational Technicien Secours en Eau Vive - Amateur



Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible d'être modifié. L'ensemble des contenus de la formation **Rescue3 WRT-Rec** sera abordé lors de cette formation, les formateurs se réservant le droit de modifier le programme en fonction notamment des conditions météorologiques, des variations de débits de la rivière, du niveau des stagiaires.  
(**CT** : cours théorique en salle ; **CPT** : cours pratique à terre ; **CPE** : cours pratique sur l'eau)

### Jour 1

#### **Matin**

Rescue3 Philosophie et standards, communication (**CT**)  
Gestion de la sécurité lors de navigation en groupe (**CT**)  
Équipement personnel (**CPT**)  
Techniques de natation en eau vive, largage de la ceinture harnais d'une aide à la flottabilité (**CTE**)

#### **Après-midi**

Équipement groupe (**CPT**)  
Introduction aux nœuds, systèmes d'amarrage et avantages mécaniques (**CPT**)  
Coincements et cravates d'embarcations (**CPT**)  
Sauvetages conditionnels (**CPE**)

#### **Soirée**

Hydrologie et gestion des obstacles passoirs (**CT**)  
Évaluation des risques, gestion des incidents (**CT**)  
Questions médicales et gestion de victimes (**CT**)  
Introduction aux opérations de nuit ou avec faible visibilité (**CT**)

### Jour 2

#### **Matin**

Introduction aux techniques de déplacement en eau peu profonde (**CPE**)  
Méthodes de traversée de cordes (**CPT et CPE**)  
Diagonales tendues avec mise en tension manuelle (**CPT et CPE**)  
Sauvetage réels (**CPE**)

#### **Après-midi**

Coincements (**CPT**)  
Scénarios (**CPE**)  
Résultats et bilan du stage

#### **Modalités d'évaluation :**

L'évaluation des compétences se fait selon les critères d'évaluation de Rescue3 Europe.

Évaluation des connaissances théoriques : épreuve écrite (questionnaire).

Évaluation des compétences pratiques : épreuves techniques de démonstration (natation, corde de sécurité, nœuds, amarrages et avantages mécanique) et épreuves techniques type scénarios, portant sur la capacité d'analyse d'un incident et l'organisation d'un secours.

## Matériel à prévoir

# WRT-Rec

Whitewater Rescue Technician – *Recreational*  
Technicien Secours en Eau Vive - Amateur



## Concernant le matériel

- Lors de la formation, tout ou partie du matériel est disponible à la location ou à la vente ;
- Si vous devez acheter du matériel avant de venir à la formation, ou si vous hésitez sur le type de matériel à acquérir, n'hésitez pas à nous appeler ou à nous contacter : par mail : [contact@r3-france.com](mailto:contact@r3-france.com) Ou par téléphone : +33(0)7.69.99.22.26.

### Équipement Individuel De Protection

- Gilet de sauvetage avec harnais largable, aux normes CE ;
- Casque aux normes CE ;
- Corde de sécurité avec système de transport à la taille (longueur entre 15 et 25 m) ;
- Wet-suit (combinaison néorpène) ou Dry-suit (combinaison sèche) ;
- Vêtements thermiques (vêtements polaires ou autres) ;
- Paire de chaussures adaptées à la nage en rivière et aux déplacements sur berge.

### Matériel Personnel

- 4 mousquetons à verrouillage ;
- 3 poulies ;
- 2 Prussiks ;
- 1 sangle plate (largeur 2,5 cm, longueur 5 m) ;
- Sifflet et couteau.

### Autre Équipement

- Vêtements de pluie.

### Matériel Collectif

- R3-France fourni l'ensemble du matériel collectif