

# WRT-Rec

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



**Dates :**

Consulter le calendrier  
sur notre site internet

**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, canoïstes, 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**

R3-France est déclaré centre de formation et est référencé DataDock.

**Durée de validité**

3 ans

**Contact :** R3-France SAS- 57, impasse de la Verdanne-Albens 73410 ENTRELACS  
[contact@r3-france.com](mailto:contact@r3-france.com) - Téléphone : +33.(0)7.69.99.22.26.  
SIRET : 829 454 156 00011 - Centre formation n°84730193073 (Auvergne Rhône-Alpes)



## 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**)  
Equipement personnel (**CPT**)  
Techniques de natation en eau vive, largage de la ceinture harnais d'une aide à la flottabilité (**CTE**)

#### **Après-midi**

Coincements et cravates d'embarcations (**CPT**)  
Introduction aux techniques de déplacement en eau peu profonde (**CPE**)  
Sauvetages conditionnels (**CPE**)  
Auto-sauvetage (**CPE**)

#### **Soirée**

Hydrologie et gestion des obstacles passoirs (**CT**)  
Evaluation 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**

Equipement groupe (**CPT**)  
Introduction aux nœuds, systèmes d'amarrage et avantages mécaniques (**CPT**)  
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.  
Evaluation des connaissances théoriques : épreuve écrite (questionnaire).  
Evaluation 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 de Protection Individuel (EPI)

- 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 néoprène) 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 à prévoir

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

## Matériel collectif

- R3-France fournit l'ensemble du matériel collectif.



### R3-France est :

- déclaré **organisme de formation** auprès de la Préfecture Auvergne Rhône Alpes (N°84730193073)
- référencé **DataDock**.

A ce titre, toutes nos formations sont **éligibles au titre de la formation professionnelle** et peuvent donc être financées.