



-EQUIPEMENT ET MATERIEL-



Qu'il s'agisse de l'habillement, de l'équipement, individuel ou collectif, on doit concilier différentes exigences contradictoires : tout doit être solide et de qualité (en particulier sur le plan de la sécurité), ni trop lourd ni trop cher. Tous ces domaines ont connu une évolution considérable depuis un quart de siècle, avec l'utilisation des fibres synthétiques pour l'habillement, la généralisation du plastique pour les chaussures, des matériaux composites et des alliages légers pour les skis et les fixations.

Les skis :

Il existe aujourd'hui de nombreux modèles adaptés au ski de montagne. Tous s'efforcent d'offrir compromis entre légèreté, robustesse, et maniabilité. La plupart assurent maintenant une bonne tenue sur neige dure. Pour choisir la bonne longueur, quelques critères à connaître : un ski court est léger et maniable, mais à tendance à s'enfoncer sur neige fraîche ou transformée. Un compromis existe, vers 175cm, suivant la taille et le poids du skieur. (attention, une paire de skis neuve est rarement fartée au sortir de l'usine, ne pas hésiter à demander un fartage à chaud, avant la première sortie).



Les bâtons :

En bambou ou en châtaignier avec rondelles en osier et lanières en cuir, ils sont devenus des pièces de musée. Un bâton doit être solide pour permettre de tenter d'enrayer un dévissage ou de monter un traîneau de fortune. Il peut être réglable en longueur. (un 2 brins sera plus solide, mais prend plus de place une fois plié; un 3 brins prendra moins de place mais sera plus fragile). Il faut évidemment éviter les modèles piste, au profil plus ou moins ergonomique, inadaptés à la montagne du fait du profil des rondelles et de la composition de la pointe.



Les fixations :

Elles constituent une pièce maîtresse de l'équipement. Beaucoup de chemin a été parcouru dans ce domaine. Toutes répondent, grosso modo, aux principales exigences requises : large débattement, sécurité avant et latérale, solidité, cales de montée. D'autres critères de choix peuvent être pris en considération : facilité de réglage, possibilité de passage rapide de la position montée à descente, légèreté, fiabilité et prix. Attention à certains modèles légers destinés à la compétition, et qui sont conçus pour ne pas déclencher, y compris si l'on est pris dans une avalanche. L'usage des lanières de sécurité est controversé, en effet, il permet de ne pas perdre ses skis en poudreuse, mais risque d'entraîner le skieur au fond s'il est pris dans une avalanche. Il est important de noter que les lanières se portent sur la chaussure, pour éviter les blessures en cas de chutes brutales (risque de fractures à l'impact de la lanière et du tibia). De plus en plus de modèles sont ou peuvent être équipés de stop skis. Bien se renseigner sur les réglages de déclenchement, se méfier lors des premières descentes, les fixations ne devant être ni trop lâche, ni trop serrées.



Les couteaux :

Les couteaux ont apportés ont réels surcroît de sécurité. Il existe deux types de couteaux : Les couteaux mobiles et les couteaux fixes. Dans un cas, le couteau, toujours en contact avec la neige, offre une meilleure sécurité mais représente une cause de freinage. Dans l'autre, il y a moins de frottement, mais l'on risque de se trouver le couteau levé au moment où l'on aurait besoin d'adhérence. Les couteaux mobiles sont à manier avec précaution lors de l'utilisation des cales de montée.

Les chaussures :

Les chaussures en cuir souples, polyvalentes été/hiver, ont fait leurs temps. Aujourd'hui, elles sont toutes en plastique rigide, avec un chausson amovible et confortable. Elles assurent une tenue de pied qui n'a rien à envier aux chaussures de piste. Les principaux critères de choix sont : la légèreté, maintien à la descente, une bonne isolation thermique, facilité de chaussage/déchaussage, pouvoir marcher sans souffrir le martyr. En faisant « Fi » du look, il est important de trouver chaussure à son pied, ce qui peut s'avérer fastidieux. Il est possible dans certains cas d'adopter des chaussous thermoformés sur mesure. Dans tous les cas, il convient de prendre son temps lors de l'achat d'une paire de chaussures (ne pas hésiter à garder les chaussures au pieds plusieurs minutes dans le magasin, pour déterminer d'éventuels problèmes), ne pas perdre également de vue, que la manipulation et les réglages in situ, se font dans la neige et souvent les gants aux mains.



Les peaux :

Il y a longtemps que les phoques n'ont plus rien à craindre. De nos jours les peaux sont synthétiques ou en mohair. Elles sont collées sous le ski. Encore faut-il qu'elles soient bien encollées. De plus, elles doivent certains critères : adhérer à la montée, et glisser pour permettre de courtes descentes, en ne s'usant pas trop vite. Pour cela, les peaux dites mix, mohair synthétique, offrent un bon compromis.



Les vêtements :

Au delà des considérations de mode et d'esthétique, on ne doit pas perdre de vue quelques règles simples. Une bonne tenue vestimentaire protège du froid et du vent. Elle ne gêne pas la liberté des mouvements. Elle permet une bonne régulation thermique (notamment l'évacuation de la sueur, pour éviter fatigue inutile et froid). Les matières longues à sécher sont à bannir. Il est préférable d'éviter, les vêtements trop ajustés, aussi bien que les zones inutilement découvertes (par exemple un sous vêtement qui remonte dans le dos avec le mouvement du sac). Pour toutes les marques, la technique du multicouches a largement fait ses preuves. Pour le bas, on, peut choisir entre les knickers complétés par des guêtres (chose rare de nos jours), la salopette ou le pantalon long (plus confortables et qui offrent une continuité au niveau du genou). Les fuseaux n'ont plus qu'un intérêt historique, et les combinaisons de piste, sont à bannir, car trop chaudes et peu pratiques. A chacun donc de choisir d'après ses goûts et son porte feuille.



Le sac à dos :

Le sac à dos doit être suffisamment grand (mais pas trop si l'on ne pratique que des sorties à la journée), ergonomique et agréable à porter. La ceinture ventrale est indispensable. Il est important qu'il soit équipé de porte skis (poches tunnel ou sangles de fixation), ainsi que de porte matériel pour y intégrer le piolet par exemple.



Matériel individuel :

On parlera également de l'ARVA, dont le port doit être systématique, et les piles changées au début de chaque saison. La pelle, dont plusieurs modèles, existent –plastique ou métal- est son complément indispensable avec la sonde, disponible sous plusieurs versions (ces derniers, gérés par les initiateurs lors des collectives, peuvent être loués à titre individuel, si leur disponibilité liée au calendrier le permet). Le port des lunettes de soleil reste indispensable, avec le port d'un couvre chef. Les gants ou les moufles se trouvent de nos jours sous diverses formes et matières. Penser à se munir d'une petite frontale, celle-ci peut s'avérer utile dans certains cas. S'équiper d'une petite trousse à pharmacie. Si l'on s'aventure sur terrain glaciaire, il sera indispensable d'être équipé d'un baudrier léger, mais confortable, pour le cas où l'on ferait une visite involontaire dans une crevasse. Un piolet léger et une paire de crampons compléteront l'équipement, mais à manier avec circonspection.

Bien évidemment tout ceci n'est qu'une infime partie du sujet, prenez contact avec les différents initiateurs de skis de montagne, pour de plus amples renseignements, si besoin est.