

# Leiterkurs esa-Fachdisziplin Bergwandern T2

Die Schwierigkeitsangaben «T2» und «T3» orientieren sich an der Schwierigkeitsskala aus dem Ausbildungsbuch «Bergwandern / Alpinwandern» des SAC, 1. Auflage 2023.

Die gemeinsam erarbeiteten Ausbildungsrahmen für die Fachdisziplinen Bergwandern T2 und Bergwandern T3 wurden am 20.3.2023 von den esa-Partnerorganisationen in der vorliegenden Form verabschiedet. Die Inkraftsetzung erfolgt per 1.1.2025.

Ausbildungsdauer	6 Tage
Sportartspezifische Zulassungsbedingungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absolvierter Nothelferkurs. Darüber hinaus ist das vorgängige Absolvieren eines Basic Life Support-Kurses empfohlen.</li> <li>• In den letzten drei Jahren einige Bergwanderungen im Bereich T2 selbständig geplant und durchgeführt, wovon mindestens zwei im Bereich T3.</li> </ul>
Eintrittskompetenzen	<p>Die zukünftige esa-Leiterin mit Fachdisziplin Bergwandern T2, der zukünftige esa-Leiter mit Fachdisziplin Bergwandern T2 ist fähig, ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... sich sicher auf Bergwanderwegen (T2) zu bewegen.</li> <li>... Touren mit Aufstiegen von mindestens 400 Höhenmetern mit Rucksack zu meistern.</li> <li>... eine Karte zu lesen.</li> <li>... mit grossem Verantwortungsbewusstsein zu handeln.</li> <li>... sich freudvoll in der Natur zu bewegen und diese Leidenschaft ihrer/seiner Gruppe weiterzugeben.</li> </ul>
Minimale Austrittskompetenzen	<p>Die esa-Leiterin mit Fachdisziplin Bergwandern T2, der esa-Leiter mit Fachdisziplin Bergwandern T2 ist fähig, ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... ihren/seinen Pflichten als esa-Leiter/-in nachzukommen (s. esa-Manual Grundlagen und SpoFöV Art. 35).</li> <li>... unter Einbezug aller Faktoren des 3x3 defensive Entscheidungen zu treffen.</li> <li>... eine Route im <b>Kontext Faktor Mensch</b> zu planen (z. B. angepasste Anzahl Teilnehmer/-innen und deren Erwartungen und Voraussetzungen, persönliches Material und Gruppenmaterial).</li> <li>... eine Gruppe im Kontext Faktor Mensch möglichst sicher und effizient zu begleiten (z. B. angemessenes Marschtempo, Einteilung der Pausen, Informationen an die Gruppe, Wahrnehmung der Gruppe, Einbezug der Gruppendynamik ins Führungskonzept, der Situation angepasster Führungsstil).</li> <li>... eine Route im <b>Kontext Verhältnisse</b> zu planen und durchzuführen (z. B. Wetterprognose, Wegzustand (trocken, nass, rutschig)).</li> <li>... eine Route im <b>Kontext Gelände</b> zu planen (z. B. Marschzeit (Distanz und Höhenunterschied), Varianten, Schlüsselstellen, Ausstiegspunkte, «Point of no return»).</li> <li>... angepasste Strategien einzusetzen, um mit einer Gruppe möglichst sicher Abrutschstellen zu überwinden (z. B. Hilfestellungen, Coaching).</li> <li>... die Teilnehmenden zum Material zu beraten (Rucksack, Wanderstöcke, Schuhwerk).</li> <li>... zu erkennen, inwiefern eine Route vorgängig rekognosziert werden soll.</li> <li>... sich jederzeit richtig zu orientieren (z. B. bei Nebel, ohne Empfang).</li> <li>... eine Wanderaktivität ökologisch nachhaltig zu planen und diese in der Praxis anzuleiten (z. B. Abfallmanagement, An- und Abreise, Regeln für Schutzgebiete respektieren).</li> <li>... Gehtechniken (mit und ohne Stöcke) spielerisch zu unterrichten.</li> <li>... eine Wanderung mit einer Gruppe zu reflektieren und auszuwerten.</li> <li>... sich in einer Notfallsituation bestmöglich zu verhalten (z. B. Alarmierung, Verhalten bei einem Unfall oder bei einem Gewitter, Erste-Hilfe Massnahmen).</li> </ul>
Anforderungen an Expert/-in	esa-Leiter/-in mit Fachdisziplin Bergwandern T2 und esa-Expert/-in

# Cours de moniteurs esa discipline Randonnée en montagne T2

Les indications de difficulté «T2» et «T3» se basent sur l'échelle de difficulté du manuel de «Formation Randonnée en montagne / Randonnée alpin» du CAS, 1ère édition 2023.

Les cadres de formation élaborés en commun pour les disciplines Randonnée en montagne «T2» et Randonnée en montagne «T3» ont été adoptés sous leur forme actuelle par les organisations partenaires esa le 20 mars 2023. L'entrée en vigueur est prévue pour le 1.1.2025.

Durée de la formation	6 jours
Conditions d'admission propres au sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>Avoir suivi un cours de sauveteurs; il est en outre recommandé d'avoir suivi, au préalable, un cours Basic Life Support.</li> <li>Avoir planifié et réalisé de manière autonome, au cours des trois dernières années, plusieurs randonnées en montagne de niveau T2, dont deux au moins de niveau T3.</li> </ul>
Compétences requises	<p>La future monitrice / Le futur moniteur esa discipline Randonnée en montagne T2 est capable ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... de se déplacer en toute sécurité sur des chemins de randonnée en montagne (T2);</li> <li>... d'effectuer des excursions sac au dos avec au moins 400 m de dénivelé positif;</li> <li>... de lire une carte;</li> <li>... d'agir en faisant preuve d'un sens aigu des responsabilités;</li> <li>... de partager sa passion avec son groupe en se déplaçant avec plaisir dans la nature.</li> </ul>
Compétences minimales à acquérir	<p>La monitrice / Le moniteur esa discipline Randonnée en montagne T2 est capable ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>... de s'acquitter de ses obligations de monitrice/moniteur esa (cf. manuel esa Bases et art. 35 OESp);</li> <li>... de prendre les décisions les moins risquées en tenant compte de tous les facteurs de la méthode 3x3;</li> <li>... de planifier un itinéraire en prenant en considération le <b>facteur humain</b> (p. ex. nombre de participants avec leurs attentes et leurs prédispositions, matériel personnel et commun);</li> <li>... d'encadrer un groupe en prenant en considération le facteur humain et de l'accompagner efficacement en recherchant la sécurité (p. ex. en adaptant l'allure, en répartissant judicieusement les pauses, en cernant le groupe, en partageant les informations, en observant la dynamique du groupe et en adaptant le style de conduite à la situation);</li> <li>... de planifier et de réaliser un itinéraire en prenant en considération les <b>conditions</b> (p. ex. prévisions météo, état des chemins [secs, mouillés, glissants]);</li> <li>... de planifier un itinéraire en prenant en considération le <b>terrain</b> (p. ex. temps de marche [distance et dénivelé], les variantes possibles, les passages-clés, les endroits pour interrompre la randonnée, les «points de non-retour»);</li> <li>... de choisir les stratégies adéquates (p. ex. entraide, coaching) pour franchir en toute sécurité avec un groupe les passages glissants;</li> <li>... de conseiller les participants en matière de matériel (sac à dos, bâtons de randonnée, chaussures);</li> <li>... de savoir si un itinéraire nécessite une reconnaissance préalable;</li> <li>... de s'orienter correctement à tout moment (p. ex. en cas de brouillard, en l'absence de réseau);</li> <li>... de planifier et de réaliser une activité de randonnée durable d'un point de vue écologique (p. ex. gestion des déchets, voyage, respect des zones protégées);</li> <li>... d'enseigner la technique de marche (avec et sans bâtons) sous une forme ludique;</li> <li>... d'analyser et d'évaluer une randonnée avec un groupe;</li> <li>... de réagir correctement en situation d'urgence (p. ex. donner l'alerte, savoir quoi faire en cas d'accident ou d'orage, prendre les mesures de premiers secours).</li> </ul>
Conditions à remplir pour devenir expert-e	Le ou la futur-e expert-e doit être moniteur/monitrice esa discipline Randonnée en montagne T2 et expert-e esa.