

Benchmark

Activités : plongée, sentier sous marin, surf, échantillons d'activités hivernales



Région Autonome
Vallée d'Aoste



Plan

1. Amélioration de la connaissance des différentes pratiques
2. Représentation des lieux de pratique
3. Webographie

1. Amélioration de la connaissance des différentes pratiques

Sports explorés :

- Plongée
- Sentiers sous-marin
- Surf
- Ski de fond
- Biathlon
- Traîneau à chien
- Ski d'orientation
- Raquettes
- Snowkite

1.1 Plongée

En-tête :

- Titre : nom du lieu de plongée
- Informations générales : localisation, cotation, profondeur
- Photographies.

Activité / pratique :

Niveau PADI

- Condition :
 - Profondeur
 - Courant
 - visibilité
 - Difficultés
- Information :
 - Type : épave de bateau, tombant, roche, sec, grotte
 - Période
 - Faune/Flore
 - Décence
 - Cas épave : histoire
- Matériel
- Réglementation

Accès :

- Accès (bateau ou non)
- Distance des cotes / d'un port
- Lieu(x) de mouillage

Schéma de représentation :

- Bibliographie (topo-guide papier ou .PDF)
- Photographie, dessin, vidéo
- croquis des épaves ou rocher

1.2 Sentier sous-marin

En-tête :

- Titre : nom du parcours
- Informations générales : localisation, cotation, durée
- Départ (nom de la plage, statue du site _Natura 2000)
- Balisage
- Photographies

Activité / pratique :

- Longueur du sentier
- Nombre de parcours
- Profondeur (0 à 10m)
- Période
- Horaire d'ouverture
- Type de public
- Age d'accessibilité
- Matériel (palmes, masque, tuba et combinaison, bouteille)
- Sécurité (conseil)
- Location de matériel

Accès :

- Accès routier + parking (Coordonnée GPS)
- Localisation : plage, center de plongée, lieu de rendez-vous (Coordonnée GPS)

Schéma de représentation :

- Photographie / Schéma avec emplacement des balises

1.3 Surf

En-tête :

- Titre : nom du spot
- Informations générales : localisation, cotation
- Photographies

Activité / pratique :

- Météo (vent et houle, marée)
- Niveau
- Type de surf
- Type de spot
- Type de vague
- Réglementation

Réunion :

- Attaque de requin
- Équipement : filets de protection

Accès :

- Accès routier + parking + plage (Coordonnée GPS)
- Accès : bateau pour se rendre aux vagues + lieux de mouillage (Coordonnée GPS)

Schéma de représentation :

- Photographie

1.3 Activités nordiques et hivernales (1/2)

En-tête :

- Titre : nom du site
- Informations générales : localisation, cotation
- Photographies

Accès :

- Accès routier + parking (Coordonnée GPS)
- Accès : piste et/ou marche d'approche

Schéma de représentation :

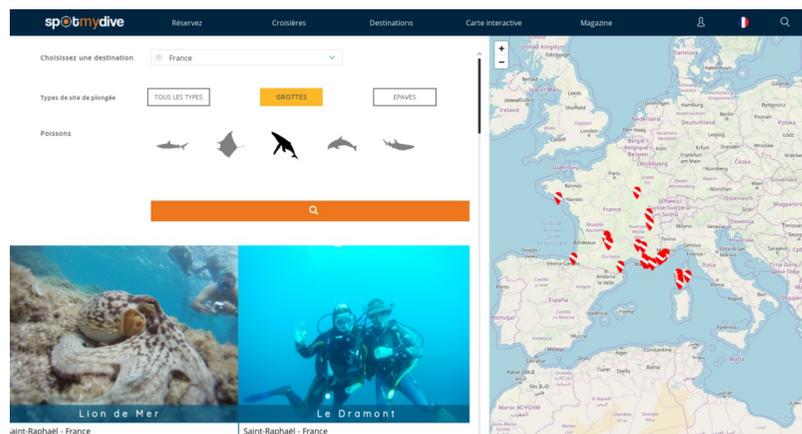
- Photographie / plan / vidéo

1.3 Activités nordiques et hivernales (2/2)

Activité / pratique :

	Ski de fond	Biathlon	Traîneau à chien	Ski d'orientation	Raquettes	Snowkite
Entretien/ signalétique (souvent saisonnière)	Piste (damée) Balisage,	Piste (damée) Balisage, Éléments du pas de tir	Piste, Balisage, Lieu de repos des chiens	Piste (damée ou non) Balisage	Piste (damée ou non) Balisage	Manche à aire
Type de terrain	Piste de ski de fond	Piste de ski de fond	Piste / zone de poudreuses	Piste de ski de fond	Pleine nature / piste	Terrain plat / plat montant
Condition de pratique	Enneigement	Enneigement, vent	Enneigement	Enneigement	Enneigement	Enneigement, vent
Description	Longueur, nombre de boucles, temps moyen, dénivelé, type de piste	Longueur, temps moyen, dénivelé, type de piste, pas de tire	Longueur, nombre de boucle, temps moyen, dénivelé	Longueur, temps moyen, circuit	Longueur, nombre de boucles, temps moyen, dénivelé	
Matériel	Matériel de Ski de fond, matériel d'hiver (habit, lunettes...)	Matériel de Ski de fond, carabine, matériel d'hiver (habit, lunettes...)	Traîneau, attelage, matériel d'hiver (habit, lunettes...), soins pour les chiens	Matériel de Ski de fond, matériel d'hiver (habit, lunettes...) carte, boussole	Raquette, battons, matériel d'hiver (habit, lunettes...)	Matériel de Snow, matériel d'hiver (habit, lunettes...), bonnet/casque, voile (4m2 et 6m2), harnais
Recommandation / sécurité						Vent pas sup à 30km/h, a plusieurs

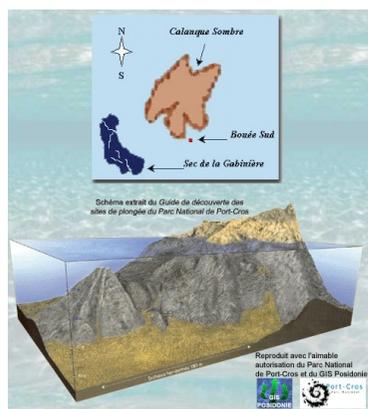
2. Représentation des lieux de pratique



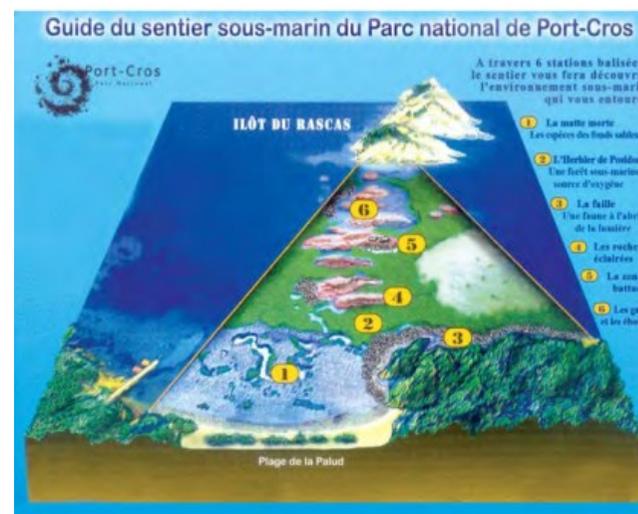
Source : <https://www.spotmydive.com/>



Source : surf.fr



Source : <http://scubapot.free.fr/>



Source : guide des sentiers sous-marin du PN de Port-Cros

3. Webographie

Plongée :

<https://www.ffessm.fr/>
<http://www.miopalmoplongee.com/nos-sites/sites-plongee-porquerolles.php>
<https://www.spotmydive.com/>
<https://blogplongee.fr/>
<http://scubaspot.free.fr/>
<http://www.plongee-loisir.com>

Sentier sous-marin :

<http://www.ssmmed.org/creer-un-sentier-sous-marin/quest-ce-quun-sentier-sous-marin/>
<https://www.capdagde.com/a-faire/le-sentier-sous-marin>
<http://www.ledepartement66.fr/136-le-sentier-sous-marin-entierement-commente-grace-au-tuba-fm.htm>

Surf:

<https://www.surfingfrance.com/presse/les-spots-de-surf-en-france.html>
<http://www.theriderpost.com>
<https://www.surf-prevention.com>

Activités nordiques et hivernales :

<http://www.ffs.fr>
Ski-nordique.net
<https://www.nordicfrance.fr>
www.sancy.com
www.montagnes-du-jura.fr/
<https://www.ubaye.com>
<https://federation.ffvl.fr/>

Merci de votre attention