

Lexique : le ski de rando de A à Z

Par Lionel Tassan et Aymeric Guittet

Publié le 19 octobre 2021 à 10:01

Au fur à mesure des années, on se constitue un petit vocabulaire propre à notre pratique, le ski de rando. Pourtant, ce jargon est souvent incompréhensible des non-initiés. Voici le dictionnaire pour tout comprendre.

ARTICLE CONNEXE : [Débuter le ski de rando en 8 questions](#)



A

Accu (pour accumulation) : c'est un amoncellement de neige d'une épaisseur supérieure à la quantité de neige tombée, généralement due au vent et potentiellement génératrice d'une avalanche de type plaque.

À vue : skier à vue, c'est descendre une pente sans l'avoir remontée. Ce terme s'utilise en priorité dans le cas de la pente raide, lorsque l'on remonte en peaux un versant facile pour ensuite plonger dans la pente de l'autre côté.

ARVA : Appareil de Recherches de Victimes d'Avalanches. Ce terme encore générique ne concerne en réalité que les appareils analogiques anciens. Aujourd'hui, il est remplacé par le terme DVA.

Avalanche : l'avalanche est l'ennemi le plus dangereux du skieur de randonnée. Dans certaines pentes, une surcharge du manteau neigeux (provoquée par une chute de neige, le vent...) se libère brutalement, entraînant le skieur et l'enfouissant. Pour en savoir plus, consultez nos articles "[Reconnaître une situation avalancheuse](#)", "[Choisir son matériel](#)" et "[8 questions décomplexées sur la gestion du risque d'avalanche](#)".

B

Botter : botter, c'est avoir des sabots sous les skis, de la neige qui colle sur les peaux et rend la progression difficile.

Boucle (pour un itinéraire) : c'est le contraire d'un aller-retour. On part d'un endroit et on revient au même endroit, mais sans recouper sa trace. Il existe une troisième possibilité : la traversée, qui consiste à arriver à un point différent du départ.

Boucles (pour une chaussure) : il s'agit du nombre de moyens de serrage de votre chaussure de ski de randonnée. Une chaussure quatre boucles offre un meilleur maintien et de meilleures sensations qu'une chaussure une ou deux boucles, qui est en revanche plus légère. Certaines chaussures ont un système Boa en lieu et place des boucles.

BERA : Le bulletin d'estimation du risque d'avalanche (parfois appelé BRA) est un outil d'aide à la décision : dois-je partir skier cette face, et si oui comment ? Publié tous les jours vers 16 h sur le site de Météo France, le BRA renseigne sur les conditions nivologiques et météorologiques d'un massif. Il indique les grandes lignes à connaître : quantité de neige récente, quantité de neige totale, date de la dernière chute de neige, orientations et altitudes à risque, le tout accompagné d'un texte donnant quelques indications. Il établit in fine une échelle de risque, de 1 à 5. Voici un article pour savoir [comment lire le BRA](#).

But : le but de la course, tout le monde le connaît. Prendre un but en montagne (et pas seulement à skis), c'est ne pas atteindre l'objectif envisagé, quelle qu'en soit la raison.

C

Cale de montée : Quand la pente forçit, le randonneur à skis ajuste sa fixation en plaçant une cale sous le talon de son pied. Il fera ainsi des pas glissés plus courts, et moins fatigants. À l'inverse, sur une pente douce, il faut enlever les cales de montée pour faire des pas glissés plus longs.

Cambre : c'est la forme du ski. Posé à plat sans surcharge, un ski à cambre « classique » ne touche un sol dur qu'aux deux extrémités.

Carre : c'est l'arête métallique du ski permettant d'accrocher sur la neige dure. C'est un nom féminin et français.

Chamois : non, ce n'est pas l'animal bien connu de nos montagnes. On parle d'un passage « chamois » lorsqu'à la montée, il faut négocier un ressaut (en général court) faisant appel à des techniques d'alpinisme (souvent un passage de mixte), sans pour autant entrer dans le trop difficile. Un passage qu'un chamois franchirait aisément mais qui pourrait rebuter un excellent skieur peu habitué aux techniques d'ascension alpines.

Chaussure : il y a quelques différences entre la [chaussure de ski de randonnée](#) et ses cousines de piste ou de freeride. Elle est plus légère (de 1,5 kg la paire pour les modèles les plus légers, jusqu'à 3,5 kg pour les plus lourds), offre un peu moins de tenue,

possède un débattement (capacité qu'a la chaussure d'offrir une amplitude de mouvement) et a des trous à l'avant pour les inserts de la fixation.

Cohésion (de la neige) : c'est la capacité de la neige de rester agglomérée. Il en existe de multiples, de la chute de neige en cours permettant de faire une boule à la plaque dure. Les cohésions sont souvent à l'origine des avalanches dites de plaque.

Collant-Pipette : Terme par lequel le randonneur à skis moyen désigne l'amateur de dénivelé positif, et plus généralement toute personne qui va plus vite que lui à la montée



Contre-pente : dans un couloir, il s'agit des deux pentes de neige de part et d'autre du couloir. Les contre-pentes sont plus raides à skier mais permettent parfois de s'abriter des chutes de pierre et peuvent être en meilleures conditions de neige que le couloir lui-même, suite à des coulées successives ou des passages antérieurs de skieurs.

Conversion : il ne s'agit pas de vous convertir à une religion, mais bien de vous permettre de passer d'un bout à l'autre de la pente, tout en progressant vers le sommet. En zigzag.

Corniche : surplomb de neige situé sur une crête faîtière et façonné par les vents successifs. Outre le danger pour celui qui est en-dessous, la corniche est surtout un piège pour celui qui arrive dessus, car elle n'est pas bien visible. En outre, la cassure peut être largement en aval de la crête par cohésion. Il faut donc évoluer sur une crête supposément cornichée avec moult précautions.

Cotation : La cotation est présente sur chaque topo de course de ski de randonnée. Elle renseigne sur le niveau à posséder pour effectuer ladite sortie. Sur [Skitour](#) et [Camptocamp](#), on utilise plusieurs cotations. Les principales sont les cotations de ski à la descente (ski 1.x, ski 2.x, jusqu'à ski 5.x), à la montée (R, F, PD, AD...) et d'exposition (E1, E2, E3, E4).

Couloir : pente de neige concave située entre deux rives souvent rocheuses.

Coulée : synonyme d'avalanche.

Couteaux : lames en aluminium formant un bloc que l'on vient clipper sur la fixation pour permettre de monter lors de portions raides en neige (trop) dure. Nos conseils pour poser les couteaux rapidement.

D

Déjaugeage : capacité d'un ski à s'extraire par l'avant de la neige profonde. Il est favorisé par les nouvelles spatules prolongées appelées rocker, et les patins larges (au moins 90 mm).

Dérapage : action de mettre les skis perpendiculairement à la ligne de pente (ou presque) et de les faire glisser sur la neige. Cette action implique automatiquement une pause dans l'accélération voire un ralentissement en fonction de l'appui. Le dérapage est utilisé dans trois situations principales : la conduite de virages en neige ferme, l'arrêt ou la gestion d'un passage étroit et/ou ne permettant pas au skieur de tourner en sécurité.

Dénivelé (D+ ou D-) : Lors de sa première sortie, un débutant moyen parvient à grimper 400 mètres. Un randonneur à skis confirmé atteint normalement 1200 à 1800 m de D+. Les meilleurs vont chercher dans les 2500 m de D+.

DVA : appareil numérique de Détection des Victimes d'Avalanche. En mode réception, notre DVA détecte celui de la personne enfouie. Il faut savoir chercher rapidement et efficacement. Viennent ensuite les étapes de sondage et de pelletage.



E

Étoile : Le ski de randonnée en étoile signifie que l'on est basé à un refuge ou un camp de base, et que l'on rayonne autour pour aller chercher les pentes. C'est l'inverse du raid, donc.

Exposition : ne doit pas être confondue avec l'orientation de la pente qui indique quel point cardinal elle regarde. L'exposition, c'est la configuration de la partie aval de la pente sur laquelle on se situe dans la perspective d'une chute (essentiellement du fait

de la présence de barres rocheuses plus ou moins hautes ou d'obstacles favorables à percussive). Une pente peut être faiblement exposée (pente de neige uniforme se terminant sur un replat) à extrêmement exposée (dominant une barre rocheuse de plusieurs dizaines de mètres).

F

Fixations : la fixation de ski de randonnée est très différente de celle de ski de piste. Elle est pensée pour arrimer la chaussure avec le moins possible de matériaux et de poids. L'avant comporte des inserts qui pénètrent la chaussure, quand l'arrière possède des pins qui viennent se coincer dans le talon. Ce schéma général posé, il existe [une grande variété de fixations de ski de rando](#), selon que l'on cherche la sécurité ou la légèreté. Elles se choisissent indépendamment du ski, même si beaucoup de revendeurs proposent des packs ski + fix pour diminuer la facture globale.

Freerando : Contraction de "freeride" et de "randonnée". Il s'agit d'associer une courte montée à peaux avec une recherche de pentes non tracées pour la descente. Il y a un matériel dédié à cette pratique : [skis larges](#), [fixations plus solides](#) et [chaussures offrant un bon maintien](#).

G

Gobelets : la neige poudreuse se refroidit au fur et à mesure des nuits claires et particulièrement dans les portions à l'ombre (secteurs plats, fonds de vallées, faces nord...). Au bout de plusieurs jours sans chute de neige, le manteau peut donc être formé en surface de gobelets, structure de neige à portions creuses qui deviendra un excellent pan de glissement pour une prochaine chute avec cohésion.

Goulotte : si en alpinisme, la goulotte est une pente de glace formée en altitude, pour le skieur, la goulotte est un canal creusé dans un couloir par les écoulements (avalanches, pierres) successifs généralement dus au réchauffement. À la montée à pied, elle peut être salvatrice en étant portante alors que le reste est en neige profonde ; à la descente, elle peut être très gênante, voire infranchissable skis aux pieds.

H

Hold-up : lorsque les conditions sont globalement moyennes et qu'on a tout de même réussi à réaliser une course en (très) bonnes conditions, on parle de hold-up. Ce terme est très en vogue pour faire râler les copains sur les réseaux sociaux.

L

Leash ou lanière : Comme l'on cherche à diminuer le poids de la fixation, le stop-ski est un luxe. Il est remplacé la plupart du temps par un *leash* ou une lanière, qui part de la fix pour se clipser sur la chaussure. Ainsi, lorsqu'on perd son ski lors d'une chute, il reste relié à vous. Ce fonctionnement pose toutefois des enjeux de sécurité.



Matériaux : l'intérieur d'un ski influence en partie son comportement. Consultez notre [article dédié](#) pour savoir ce qu'impliquent la présence de carbone, de paulownia ou d'ABS dans un ski de randonnée.

N

Neige : à partir du moment où il quitte le domaine skiable, le skieur peut tomber sur de nombreuses variétés de neige, plus ou moins agréables, plus ou moins dangereuses : béton, croûtée, trafolée, dure, légère, poudreuse, sans cohésion, qui savonne... On en trouve un inventaire à la Prévert [ici](#).

Nivologie : science qui cherche à comprendre la neige, le manteaux neigeux, et les avalanches. Avoir des connaissances en nivologie sert la sécurité en montagne l'hiver.

P

Pas tourné : le randonneur à skis fera [un pas tourné](#) lorsque la conversion n'est pas nécessaire. Il pourra ainsi remonter en zigzags la pente en économisant du temps et de l'énergie.

Patin : c'est le milieu du ski. Sa largeur est indiquée en deuxième dans les trois lignes de cotes du ski. C'est une composante déterminante dans le choix d'un modèle car il résume beaucoup de choses en un seul chiffre.

Pente raide : une pente de neige est considérée comme raide à partir de 35/40°. Mais la pratique de la pente raide, ce sont surtout des itinéraires esthétiques et novateurs, qui demandent un excellent niveau technique et sont la plupart du temps exposés (cotation ski : à partir de 4).

Phoquer (ou peauter) : mettre les peaux (qui ne sont pourtant plus des peaux « de phoque » aujourd'hui). Se décline en « rephoquer » ou « repeauter » (quand on l'a déjà fait dans la journée) ou « déphoquer » (quand il s'agit de les enlever).

Pierra Menta : C'est la course reine de ski-alpinisme, qui se déroule chaque année au mois de mars à Arêches-Beaufort en Savoie.

Plaque : [L'avalanche de plaque](#) est la plus commune en ski de randonnée. Elle est aussi la plus dangereuse. Sa rupture est linéaire, sur 70 à 80 mètres de large, et une épaisseur de 50 à 60 centimètres. Le [déclenchement de l'avalanche de plaque](#) peut être spontané ou provoqué.

Polyvalent : désigne un ski qui possède une [largeur au patin comprise entre 80 et 90 mm](#). C'est un ski qui se place dans la droite ligne du ski de rando classique, orienté à 70 % pour la montée et à 30% pour la descente. Il répond à plusieurs demandes : être assez léger à la montée, accrocheur et fiable, bon dans de nombreuses neiges et tout au long de la saison.

R

Raid : en raid à skis, on progresse d'un point à un autre, en en dormant jamais au même endroit. Les participants peuvent choisir de porter leur maison sur le dos, ou de dormir en refuge.

Rayon : c'est la valeur décrite par l'arc de cercle des carres du ski.

Rive : dans une description d'itinéraire, les indications rive gauche ou rive droite sont à prendre dans le sens de l'écoulement donc le sens de la descente (dans un vallon, un talweg...). À la montée, prendre la rive gauche signifie donc qu'il faut tirer... à droite.

Rocker : c'est le nom d'une spatule prolongée et qui permet au ski de bien sortir de la neige profonde. La majorité des skis actuels destinés à la randonnée en est équipée.

S

Sanglier : tout le monde connaît l'animal. À skis, le sanglier, ce n'est ni un animal, ni un être humain. C'est plutôt un type de ski. Le ski « sanglier », c'est celui qu'on rencontre dans les parties à végétation basse gênante comme les vernes ou toute zone d'arbustes dense.



Ski sanglier, quelque part dans le Val Maira © A. Guittet

Ski : le ski typé randonnée diffère d'abord de ses homologues de pistes par sa légèreté : il faut penser à la montée, qui représente les 3/4 d'une sortie ! Si les matériaux ont été soigneusement choisis pour offrir le meilleur compromis poids / skiabilité, le ski de rando demeure toutefois moins rigide et moins stable qu'un ski de piste. Voici notre [sélection de skis pour débiter la rando](#).

Ski-alpinisme : le terme ski-alpinisme désigne le ski de randonnée nécessitant le matériel d'alpinisme (harnais, corde, points d'ancrage, piolet, crampons, assurage, rappel, kit de sauvetage...) car ayant des passages d'alpinisme et/ou de glacier. Il faut distinguer le ski-alpinisme du "ski alpinisme de compétition" qui concerne les courses comme la Pierra Menta ou la Patrouille des Glaciers et la pratique qui va avec.

Sonde : long « bâton » pliable (la longueur standard est de 2,40 m) qui permet de sonder la neige. Indispensable pour la localisation précise d'une victime d'avalanche, elle sert aussi à estimer l'épaisseur du manteau neigeux à titre informatif.

Sluff : Lors de la descente d'un couloir raide en neige profonde, l'inclinaison provoque de petites coulées pouvant gonfler au fur et à mesure de leur progression et entraîner un skieur vers le bas. C'est le *sluff*. L'étréouiture obligeant à faire de fréquents virages et à skier systématiquement à l'aval du virage précédent, on se méfiera donc du *sluff*.

Spatule : c'est la partie avant du ski. C'est aussi l'endroit le plus large (sauf pour certains modèles très typés poudreuse). Sa largeur est indiquée en premier dans les trois lignes de cotes du ski.

T

Talon : c'est l'arrière du ski. Sa largeur est indiquée en dernier dans les trois lignes de cotes du ski.

Topo : au sein du topo se trouvent toutes les informations que vous avez besoin de connaître avant et pendant votre sortie : cotation, dénivelé, durée, étapes de l'itinéraire, matériel requis, photos... Plusieurs sites et livres dédiés proposent des topos de ski de randonnée.

V

Virage coupé : contrairement au dérapage, il n'y a pas de ralentissement puisque l'on passe d'une carre à une autre sans frottement sur la neige. Technique utilisée par les compétiteurs de slalom, elle est parfois reprise par les bons skieurs hors-pistes sur les longues portions de neige ferme.