

Sommaire

- Introduction et objectifs
- Règle d'entrée en formation diplômante
- Règle de fonctionnement pour les initiateurs-stagiaires
- Règle de fonctionnement pour les encadrants en alpinisme
- Règle de validation des pratiquants
- Règle de bonne conduite d'un groupe
- Règle de remboursement des frais
- Règle sur le matériel obligatoire
- Fiche initié et Perfectionné et Spécialisé



ORGANISATION DE L'ACTIVITÉ

Composition : Jean Maugein, Sebastien Muller, Cyril Deglaire, Pierre Olivier Blanc, Martin Gascuel, Louis Chavane.

Son rôle :

- Défini les règles de fonctionnement de l'activité : favoriser les échanges participatifs sur l'organisation de l'activité
- Pilote du planning des groupes & sorties officielles
- Valide des fiches de sorties
- Arbitre des nouveaux projets
- Valide des candidats pour le brevet initiateur
- Fait le lien avec le Comité Directeur du Club

La Commission d'activité

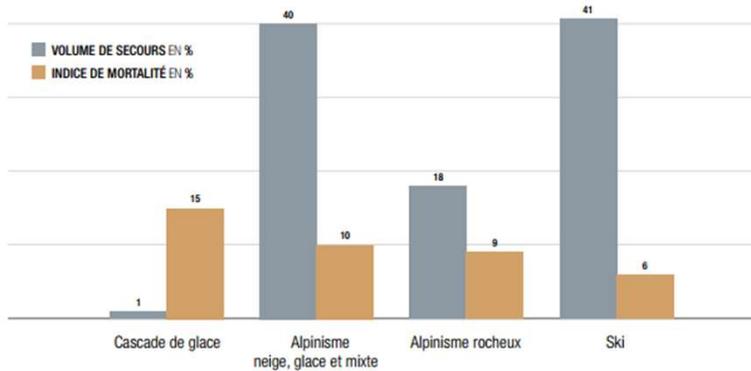
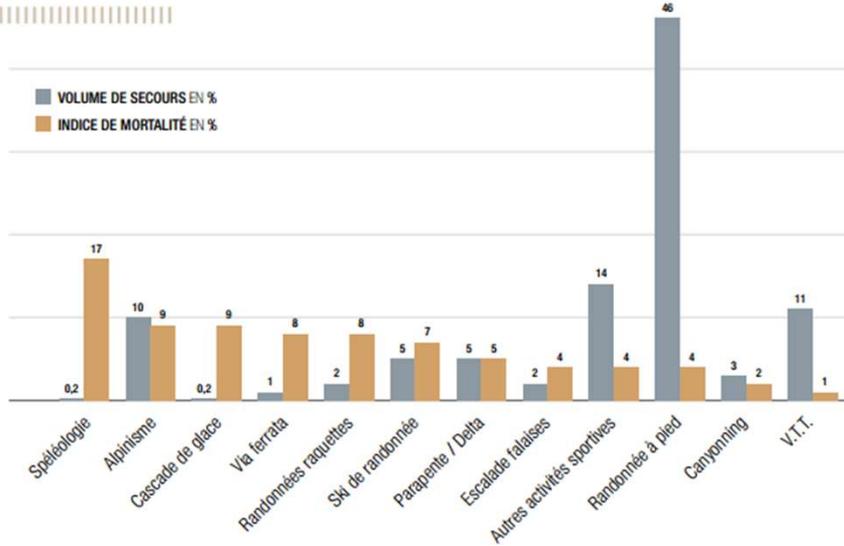
Objectifs et état d'esprit de la commission alpinisme

- Rappeler les règles fédérales (N) et poser des règles Club (C)
- Faire confiance au libre arbitre des encadrants et à leur sens des responsabilités (minimiser le nbre de règles)
- Accompagner nos 15 nouveaux initiateurs sur leur parcours de formation
- Se donner tous les moyens possibles pour limiter le nombre d'accident dans une activité à risque

Préambule



LES CHIFFRES CLÉS



Volumes de secours et mortalité : zoom sur les pratiques de l'alpinisme

Dans les activités d'alpinisme et de ski, la cascade de glace détient l'indice de mortalité le plus élevé. L'alpinisme en neige, glace et mixte se caractérise par un volume de secours et un indice de mortalité élevé.

En Alpinisme

TYPES D'ACCIDENTS

Chute **41 %**
 Bloqués **22 %**
 Chute de pierres /glace/séracs **13 %**
 Lésion sans chute **6 %**
 Avalanche **3 %**

Décédés :

Types d'accidents en moyenne par an (de 2008 à 2018) :

Chute **24/an**
 Avalanche **5/an**
 Chute de pierres /glace/séracs **3/an**
 Chute en crevasse **2/an**
 Autres **4/an**

En ski

TYPES D'ACCIDENTS

Chute **53 %**
 Bloqués **17 %**
 Lésion sans chute **13 %**
 Avalanche **8 %**
 Chute de pierres /glace/séracs **2 %**

Décédés :

Types d'accidents en moyenne par an (de 2008 à 2018) :

Avalanche **13,4/an**
 Chute **5,2/an**
 Chute de pierres /glace/séracs **0,2/an**
 Chute en crevasse **1,1/an**

Nota : 17% des accidents avec un pro, 3% avec un initiateur

[source : thèse de M Vanpouille (guide), accidentologie des sports de montagne données SNOSM 2008-2019]

Analyse de l'accidentologie en montagne

Recommandations de M Vanpouille

- On peut suggérer d'insister, dans les formations, sur **la pose de protections et l'assurage** y compris dans des sections *a priori* peu techniques.
- Il peut également être intéressant d'insister sur **le temps nécessaire à l'apprentissage de l'alpinisme**, notamment pour l'évolution en crampons en neige et glace.
- **Maintenir la vigilance sur les sections « faciles »** : sachant qu'il est impossible d'être concentré en permanence, il s'agit de sensibiliser au risque d'accident sur les passages considérés comme faciles, en privilégiant une juste allocation des ressources attentionnelles. Repérer, lors de la préparation de course ou en progression, les sections propices au relâchement de la vigilance (fin des difficultés, fatigue) qui demeurent cependant exposées, tout comme les passages permettant à l'inverse une vigilance atténuée sans risques majeurs.
- **Pendant la sortie, prendre du recul sur la situation pour « s'observer fonctionner »** en prêtant une attention particulière aux possibles perturbateurs de l'évaluation des risques,
- **Une communication dégradée, absente ou mal organisée au sein du groupe a été identifiée comme un facteur contributif récurrent des situations accidentogènes.**
- **Être prêt à s'adapter, soi et son projet :**
Anticiper et garder le plus longtemps possible un maximum d'options d'adaptation et de marge de manœuvre permet d'éviter ou de retarder la mise en place d'une dynamique d'entonnoir où l'on se retrouve cantonné à une situation dans laquelle un dernier faux pas peut déboucher sur de graves conséquences.

Nos moyens, savoir-faire et savoir-être



Distinguer difficulté vs sécurité



Répéter, valider, répéter, valider. Faire des cycles longs



CSV, communiquer, sensibiliser aux risques non visibles
Peur vs sécurité
Système auto freinant, encordement



Biais cognitifs, méthode Guidoss



Communiquer et en avoir les moyens (talky)



S'adapter en permanence, renoncer, plan TAB

- **Anticiper la gestion du temps** pour ne pas être en retard sur l'horaire tout en cherchant un juste compromis entre efficacité et précaution. Il faut parfois savoir ralentir pour gagner du temps. La rapidité n'est pas toujours gage de sécurité. La précipitation peut conduire à des situations critiques à l'origine de perte de temps accrue et d'insécurité. Il s'agit de trouver un juste compromis entre rapidité, efficacité, minutie et précaution.



CSV, « contrat » avec les participants, renoncer, trouver le bon rythme

L'alpinisme reste une activité à risque

En 2024/2025 dans notre Club :

- **Ski de rando, escalade couenne et GV, cascade de glace :**
 - Sorties hors Club : incident, accident avec blessés, accidents mortels
 - Sorties Club : incident, accident avec blessés, accidents mortels
- **Alpinisme en montagne :**
 - Sorties hors club : incident, accident avec blessés
 - Sortie Club : (incident)



La seule solution : formation, formation, formation ! ...en continu
... De tous les acteurs : **adhérents comme encadrants !**

Bilan des accidents 2024/2025



Année 2024/2025

- Groupe 1 : 6 participants avec Cyril et Louis
- Groupe 2 : 6 participants avec Jean
- Groupe 3 : 6 participants avec Pierre-Olivier
- Groupe 4 : arrêté

Printemps / été 2025

- Stage courses d'arêtes : 5 participants avec Sebastien + Renaud, Mars à juin 2025
- Stage terrain varié : 26-29 juin 2025, Jean + Nicolas + Arnault + guide
- 2 we initiation couloirs : Oriane et Raphael, Avril et juin 2025
- Stage initiation alpi en Vanoise : Benjamin

Et autres propositions à venir !



Le programme actuel

Processus pour être candidat à une formation diplômante FFCAM (N)

- Être validé en niveau Perfectionné
- Fournir une liste de course en autonomie (ex pour initiateur alpi : 15 courses variés dont 5 AD minimum)
- Fournir une liste de course (5) en tant que co-encadrant au Club ou avec d'autres pratiquants (dans une position de leader)
- Avoir les qualifications pré-requises : UFCA, PSC1, CO2, NA2
- Faire sa demande auprès de la commission alpinisme qui proposera la candidature à la Présidente pour validation

Règles FFCAM :

- PSC1+NA2 pour encadrer en tant qu'initiateur-stagiaire
- Dérogation (2025 ?) pour entrer en formation sans encore avoir ses qualifications
- Toutes les qualifications sont obligatoires pour entrer en formation de Certification

Règles d'entrée en formation diplômante

- **L'initiateur-stagiaire choisi son tuteur**, il est validé par la commission alpinisme. C'est un initiateur expérimenté ou un instructeur de la discipline (C)
Nota : nous recommandons que les tuteurs ne suivent pas plus de 3 initiateurs-stagiaires (C)
- **Il doit encadrer 8 jours minimum** dans la discipline (C)
Il a un délai de 3 ans maximum pour se présenter à la certification (N)
- **Il encadre des sorties avec son tuteur et/ou avec un initiateur diplômé (ou guide) et/ou seul** (N)
Il est recommandé de faire plusieurs sorties avec son tuteur (C)
Pour une sortie en encadrement seul, il faut la validation par le resp. de la commission (via la fiche de sortie) (C)
- Il ne peut encadrer que des sorties **pour débutants** « en route vers le niveau initié » ou des participants **déjà initiés***
Il peut encadrer des sorties avec **une** cordée autonome (N)
- Il a **l'obligation d'échanger avec son tuteur** avant la sortie (préparation) et après la sortie (débriefing) (N)
Il doit remplir la **fiche de bilan de sortie** qu'il présentera ensuite lors de sa certification (N)

Initié = ayant fait 5 courses niv PD minimum , capable de marcher à 300m/h, grimpe 5a/b en second mini

[sources : livret de formation pratique + fiche initié alpinisme]

Règles pour les sorties des initiateurs-stagiaires

- Il a l'obligation d'encadrer **au moins un atelier** (neige ou glace ou rocher) durant sa période d'initiateur-stagiaire ^(N)
- Il est recommandé qu'il continue à **faire des sorties de son niveau, en autonomie**, sans encadrement extérieur, en position de leader ou co-leader, pour parfaire son expérience ^(C)
- **Il doit axer ses sorties sur la formation et la transmission** ^(C).
Il doit valider un ou plusieurs items du niveau Initié à l'occasion d'une ou des sorties.
N'ayant pas l'accès à l'extranet, il passera par un instructeur pour faire cet enregistrement dans le dossier extranet du stagiaire ^(N).

Règles pour les sorties des initiateurs-stagiaires



- ❖ Chaque initiateur diplômé ou initiateur-stagiaire **est habilité à encadrer par accord de la Présidente**, sur proposition du responsable de la commission alpinisme.

Cet accord peut être retiré à tout moment sur manquement grave ou non respect des règles nationales et/ou du Club ^(N).

- ❖ Si l'initiateur fait appel **aux services d'un professionnel** (DE, Guide...), ce dernier doit fournir au Club une copie de sa carte pro + attestation d'assurance (joindre à la fiche de sortie) ^(N).
Le règlement de sa prestation doit passer par la comptabilité du Club ^(N).
L'initiateur s'assure de partager avec lui les objectifs pédagogiques de la sortie et toutes les règles d'une sortie Club restent en vigueur^(C).

Règles d'habilitation Club des encadrants

La vocation du Club est de **former ses adhérents pour garantir leur sécurité, améliorer leurs connaissances de la pratique et du milieu montagnard, tout en garantissant un maximum de plaisir et de convivialité.**

Les courses de haut niveau ne rentrent pas dans cette approche (c).

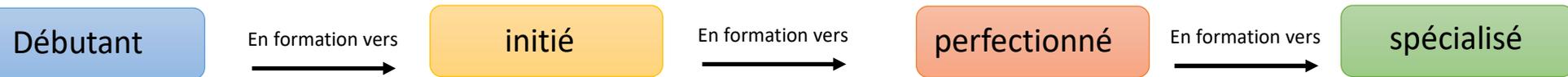
- L'initiateur doit être à jour de ses recyclages (N)
- L'initiateur alpinisme 1^{er} degré **peut encadrer sur tous les terrains de montagne** sauf en cascade de glace de plusieurs longueurs (c).
- Pour l'encadrement en cascade de glace de plusieurs longueurs, en absence de diplôme FFCAM (ou équivalent FFME), il doit avoir l'accord de la commission alpinisme (c).
- Cet accord peut être donné directement sur la base de l'expérience connue ou après une validation sur le terrain (une journée école + une journée en cascade de plusieurs longueurs) par un membre de la commission alpinisme (c).

Règles pour les sorties Club pour tout encadrants

Il est de la responsabilité directe de l'initiateur de choisir des itinéraires adaptés aux participants (c) :

- En respectant le degré de compétence des participants selon les grilles FFCAM (Débutant, Initié, Perfectionné, Expert)
- En explicitant clairement les difficultés de l'itinéraire choisi dans la présentation de la sortie (mail, échanges tel, CSV...)
- En contrôlant l'état de forme physique et mental de chaque participant au départ de la journée
- En s'adaptant au fur et à mesure de la sortie pour **garantir sécurité et plaisir des participants**

La limite de niveau et d'engagement est donc de la responsabilité de l'encadrant (c) .



Le nombre maximum de participants par encadrant (initiateur ou guide) est de (c):

- 6 pour un itinéraire de plus d'une longueur (1)
- Sans limite pour un site d'une longueur ou en atelier mais doit convenir pour assurer pédagogie & sécurité

(1) Cette limite est ramenée à 3 pour un public mineur (c) + obligation d'avoir le diplôme correspondant à l'activité pratiquée (N) + limite de niveau sans guide : neige/mixte <PD, rocher/TA < AD+, engagement < niv II (c).

Règles pour les sorties Club pour tout encadrants

Pour un stage officiel ou un cycle long de formation (GPx), l'initiateur doit préalablement fournir à la commission alpinisme un document simple et concis récapitulant les informations suivantes (c) :

- Intitulé du Programme
- Nombre de participants prévus
- Objectifs pédagogiques et de niveau à atteindre
- Prérequis demandés aux stagiaires
- Dates des sorties programmées

(la majorité de ses informations seront reprises dans l'annonce de la sortie diffusée sur nos réseaux)

Fiche de sortie (N) :

- Au plus tard 48h (jeudi soir) avant le début de la sortie, l'initiateur doit fournir une fiche de sortie complétée.
- Elle peut comporter plusieurs itinéraires (choix définitif sur le terrain par l'initiateur).
- Elle est envoyée au responsable de la commission alpinisme + secrétariat du Club.
- Sans commentaire de la part du responsable de la commission, elle est validée de fait.
- Le responsable de la commission alpinisme fera valider ses fiches de sorties par un des membres de la commission

Règles pour les sorties Club pour tout encadrants

En cas de changement d'itinéraire par rapport à celui défini dans la fiche de sortie (c), l'initiateur est le seul décideur et son choix est sous son entière responsabilité.

Il doit rester dans un niveau adapté aux participants (proche de la difficulté initialement prévue) en reconsidérant chacun des points suivants :

- Habilité des participants
- Niveau max de compétence de chaque participant
- Matériel de sécurité disponible
- Conditions de l'itinéraire
- Type d'équipement en place
- Etat physique et mental des participants
- Timing & météo
- Tout autre élément permettant une bonne décision



Règles pour les sorties Club pour tout encadrants

Rôle et responsabilité du co-encadrant ^(N)

- Définition FFCAM : Un co-encadrant correspond à un encadrant qui est en appui d'un encadrant, lequel a plus de diplôme et de compétence que lui
- Il assiste un initiateur, un initiateur-stagiaire ou un professionnel
- Il est choisi par l'initiateur qui organise la sortie, en fonction de ses compétences (sans nécessité de diplôme) et confirmé via la fiche de sortie
- Il ne porte pas de responsabilité juridique directe, sauf manquements graves dont il serait responsable
- Il s'acquittera des missions et fonctions que lui donnera l'initiateur sur le terrain

Nota : distinguer le co-encadrant des autres encadrants diplômés de la sortie

LES CO-ENCADRANTS

Les initiateurs 1^{er} degré :

Forment les participants du niveau Débutant au niveau Perfectionné

Valident les niveaux : Initié

Les initiateurs 2^{ème} degré : 1^{er} deg alpi + fiche spécialisée validée en dry ou cascade ou GV ou GVE

Forment les participants du niveau Débutant au niveau Spécialisé

Valident les niveaux : Initié

Les moniteurs : 1^{er} deg alpi + diplômé en cascade ou GV

Forment les participants du niveau Débutant au niveau Spécialisé

Valident les niveaux : Initié, Perfectionné et Spécialisé

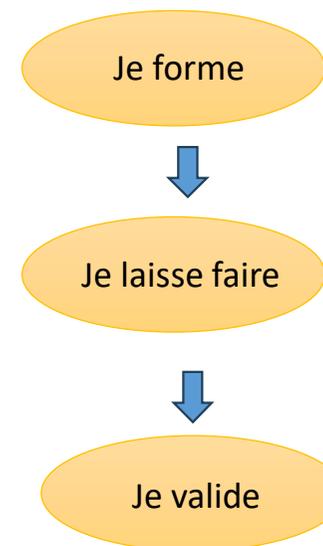
Les instructeurs :

Forment les participants du niveau Débutant au niveau Spécialisé

Valident les niveaux : Initié et Perfectionné* et Spécialisé.

* Et initiateurs 1^{er} degré habilités pour cette validation

Une validation de compétence se fait en 3 étapes, 3 jours minimum



Règles de validation des compétences des adhérents

Pour une sortie réussie :

- Je fais un briefing avant le début de la course (avec des outils si possible type CSV...)
- Je fais la « météo des participants » le matin au départ de la course
- Je veille à ce que chacun soit correctement équipé. **Je peux refuser la présence d'un participant qui aurait un matériel de sécurité manquant (casque, kit DVA...)**
- Je fais régulièrement le point de l'état de forme et de motivation des participants durant la course
- Je fais un débriefing en laissant chacun s'exprimer individuellement en fin de course

Rappel sur la bonne conduite d'un groupe

- ❑ L'initiateur signale sans délai à un membre de la commission alpinisme tout incident ou accident ayant eu lieu durant la sortie. La Commission Alpinisme informera sans délai la Commission Sécurité du Club.

- ❑ Il ne sera jamais reproché à un initiateur d'avoir appelé les secours, même pour un incident mineur.

- ❑ La commission Sécurité du Club se réserve le droit de faire une analyse sur un incident ou accident signalé sur une sortie.
La commission Sécurité du Club s'engage à prévenir en amont l'initiateur concerné et le responsable de la commission alpinisme, avant de conduire sa démarche.

Règles en cas d'incident ou d'accident

- **Remboursement des frais de formation diplômantes** (stage initiateur et recyclage) ^(c) :
Une fois le stage de certification validé : 50% de la formation
Après 5 jours d'encadrement : 50 % de la formation
- **Défraiement de l'encadrant par les stagiaires** ^(c) : Les frais d'hébergement, de restauration et de déplacement sont pris en charge (pour tout ou partie) par les participants de la sortie, dans une limite impactable à chaque participant : chaque participant ne peut payer plus de 20% du montant de ses propres frais. L'encadrant peut refuser cette prise en charge.
- **Carte de cadre bénévole** ^(N): Délivrée par la FFCAM sous les conditions suivantes : être à jour de son recyclage, avoir encadré 10 jours minimum durant l'année. Elle donne droit à la gratuité de la nuitée dans les refuges CAF + une réduction sur l'assurance « individuelle accident renforcée ».
- **Frais d'encadrement et reçus fiscaux** ^(N): il est possible de bénéficier d'avantages fiscaux relatifs aux frais de fonctionnement. Les frais de transport (km et péage) restent couverts par le système d'abandon de frais ouvrant droit à reçu fiscal de don de la part du Club ^(N).

[Source livret de l'encadrant]

Règles financières de remboursement



Obligatoire pour toutes les sorties en zone de montagne **enneigée** du début d'hier à la fin du printemps

Règles sur le matériel utilisé lors des sorties

Obligatoires



Casque



GPS



Trousse de secours basique

Fortement recommandé → obligatoire



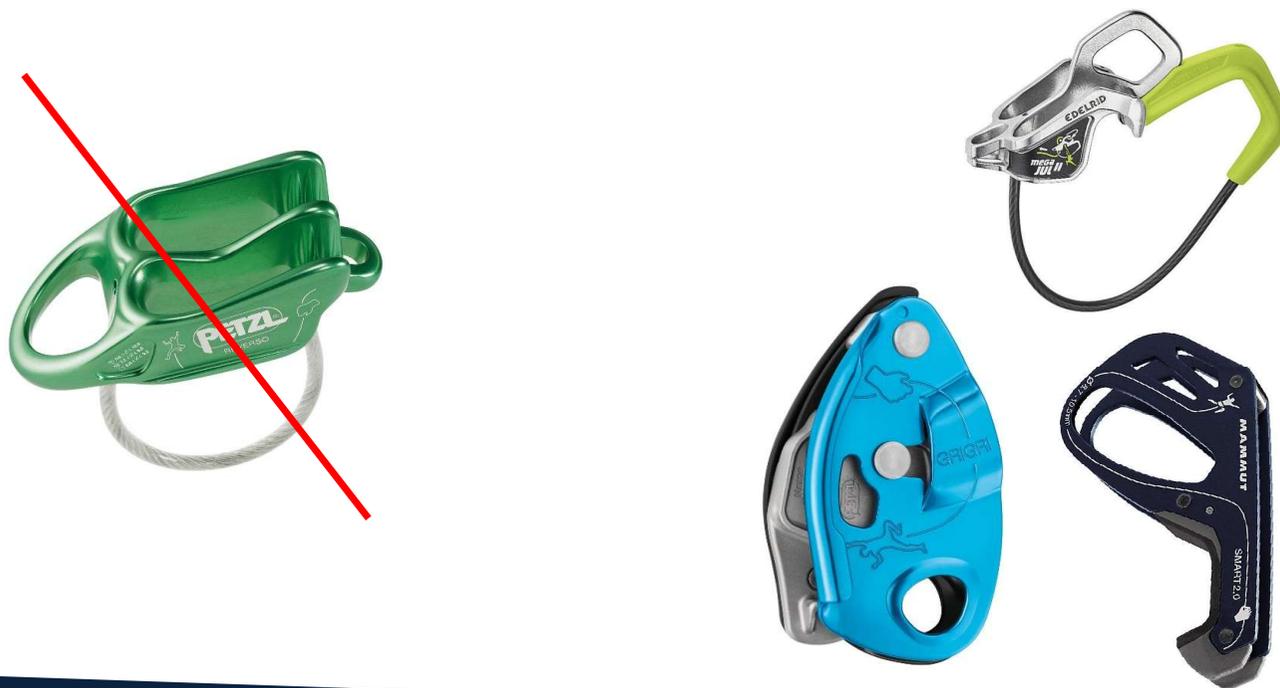
Talky walky



Moyen de contact des secours en zone blanche (radio, balise...)

Règles sur le matériel utilisé lors des sorties

Obligatoire : système auto-freinant lors d'une pratique en **salle** ou en **couenne**



Règles sur le matériel utilisé lors des sorties



FICHE DE SORTIE COLLECTIVE - Club Alpin Français Marseille Provence

Nombre total de participants :	Date(s) :	Difficulté technique* (1/2/3/4) :		Activité encadrée :		
	Encadrant & organisateur de la sortie :	Difficulté physique* (1/2/3/4) :				
	Nombre de femmes :	Encadrant(s) de la sortie :	Niveau	en route vers le niveau initié	RDV ou hébergement (lieu, heure, tel gîte) :	
Co-encadrant(s) de la sortie :		(case à cocher)	niveau initié validé			
Co-encadrant(s) de la sortie :			en route vers le niveau perfectionné	<small>(Course : noter nom + difficulté)</small>		
Stagiaire(s) en formation :			niveau perfectionné validé			
			niveau spécialisé validé	Course jour 1 :		
				Course jour 2 :		
Informations complémentaires :				Course jour 3 :		
	n°voiture	Nom et prénom	Téléphone	Adresse e-mail	n° d'adhérent	Arrhes / Matériel / Observations
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

*selon échelle FFCAM

Fiche de sortie à envoyer le jeudi soir avant la sortie aux adresses suivantes : cafarseilleprovence@gmail.com + jean.maugein@wanadoo.fr
 L'encadrant doit s'assurer que chacun des participants est membre du CAF à jour de sa cotisation ou couvert par une adhésion provisoire pour la sortie
 Les nom, prénom et n° de chaque adhérent doivent figurer sur cette fiche (accessibles sur EXTRANET ou carte CAF)

Initié en Alpinisme

1

NIVEAU - EXPÉRIENCES

1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- Évoluer avec un dénivelé à un rythme de 300m/heure - 800 m minimum avec un sac à dos comportant du matériel d'alpinisme.
- Grimper dans un niveau 5a/b en second.

1.2 - EXPÉRIENCES - LISTE DE COURSES

- Disposer d'une liste de 5 courses en alpinisme rocher et neige/glace (PD minimum) en second.

2.1 - TECHNIQUES DE CORDES EN MILIEU MONTAGNE

Mes connaissances validées :

- Identifier les différents types de cordes et leurs utilisations : simple, à double, jumelée.
- Connaître les principaux types de matériels utilisés pour la progression en alpinisme : métalliques et textiles, fixes et amovibles.
- Connaître le principe et les éléments d'un relais : couplage, mousqueton maître.

Mes compétences validées :

- Régler et organiser son baudrier : longe, descendeur, mousquetons, autobloquant, anneaux.
- Lover et délover une corde.
- Réaliser rapidement des anneaux de buste.
- Se sécuriser au relais et se vacher avec une longe ou avec la corde.
- Se déplacer le long d'une corde fixe (autobloquant ou longe).
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels (dont plein poing, huit, pêcheur double, cabestan, autobloquants).
- Maîtriser son encordement en bout et en milieu de corde.
- Maîtriser la descente en rappel : préparation et descente avec autobloquant.

2.2 - PROGRESSION SUR GLACIER

Mes connaissances validées :

- Connaître les règles et les techniques de progression sur glacier à 2 ou à 3 sur pentes faibles.

Mes compétences validées :

- Progresser de manière sûre avec crampons et piolet sur la glace.
- Poser un point d'ancrage et s'y vacher (broche à glace ou corps mort).
- Enrayer la chute d'un membre de la cordée (glissade ou crevasse).
- Franchir une crevasse en s'assurant mutuellement.
- Réaliser un corps mort sous tension et transférer la charge sur l'ancrage.
- Maîtriser le réglage et la fixation de ses crampons.
- Maîtriser la progression corde tendue : gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

2.3 - PROGRESSION EN NEIGE ET GLACE

Mes connaissances validées :

- Connaître le principe de progression en neige et/ou en glace sur des pentes moyennes à fortes (corde tendue, par longueurs) et les actions à réaliser en tant que second dans chacune de ces situations.
- Connaître les différents types de protections en neige et en glace (points d'assurage, relais).
- Choisir le piolet adapté à la course envisagée (taille, type).

Mes compétences validées :

- Progresser de manière sûre et équilibrée sur différents types de neiges, avec et sans crampons.
- Utiliser différentes techniques de cramponnage selon la pente (pieds à plat, mixte, pointes avant).
- Utiliser différentes préhensions du piolet selon les terrains.
- Enrayer sa propre chute avec et sans piolet.
- Poser un point d'ancrage et s'y vacher (broche à glace ou corps mort).
- Maîtriser la progression corde tendue en second en montée comme en descente (gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

2

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

2

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

2.4 - PROGRESSION EN ROCHER

Mes connaissances validées :

- Connaître le principe de progression avec assurage en mouvement et par longueurs, et les actions à réaliser en tant que second (manipulation des protections naturelles et amovibles et des relais).

Mes compétences validées :

- Grimper sans précipitation et en maîtrisant les gestes de base : placement des pieds, placement du bassin, test des prises...
- Établir une communication claire verbale (vaché, libre, départ, ...) ou non verbale à toutes les étapes de la progression.
- Maîtriser l'assurage d'un premier de cordée depuis le sol ou un relais avec un système d'assurage adapté.
- Maîtriser la récupération du matériel du relais et des points d'assurage (coinceurs, friends, anneaux...).
- Maîtriser la progression avec assurage en mouvement, en second de cordée (gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

3

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

3.1 - MON MATÉRIEL - MON ÉQUIPEMENT

- MISE EN PLACE EN 2023

3.2 - LES BONS COMPORTEMENTS EN ALPINISME - ACTIVITÉ ENCADRÉE

- MISE EN PLACE EN 2023

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

3.3.1 - CONNAÎTRE ET S'ADAPTER AU MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

- Connaître le milieu de ma pratique (milieu montagne).
- Optimiser ses capacités physiques et les adapter au milieu montagne.
- Adapter son équipement au milieu et à la météo (prévisions et évolution sur le terrain).

3.3.2 - ÉVOLUER DANS LE MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Initiation Cartographie et orientation - CO1 »

- Se situer sur une carte et transmettre sa position.
- Identifier les dangers/risques objectifs dans le cadre d'une pratique encadrée.

3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU ENNEIGÉ

- MISE EN PLACE EN 2023

Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Initiation Neige et avalanches - NA1 »

3.4.1 - CONNAÎTRE LE MILIEU ENNEIGÉ, LES AVALANCHES, LE MILIEU GLACIAIRE

- Connaître le principe du manteau neigeux et les mécanismes des avalanches.
- Identifier les autres risques liés au milieu enneigé : milieu glaciaire, corniches, glissade,...

3.4.2 - PRÉVENIR LES ACCIDENTS EN LIEU ENNEIGÉ

- Comprendre le BERA et le lien entre le risque BERA et le terrain (carte des pentes).
- Progresser en sécurité dans un milieu enneigé et comprendre les consignes du leader.

3.4.3 - INTERVENIR EN CAS D'ACCIDENT EN MILIEU ENNEIGÉ

- Maîtriser l'utilisation de son matériel de sécurité personnel.
- Réussir le test de localisation/dégagement d'une victime d'avalanche.
- Intervenir à une situation d'avalanche en suivant les consignes du leader.

4

ENVIRONNEMENT FÉDÉRAL ET DES CLUBS

4.1 - LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS DANS LES CLUBS

- Mise en place en 2023

Perfectionné en Alpinisme

1

NIVEAU -
EXPÉRIENCES

1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- Evoluer avec un dénivelé de 300m par heure - 800 m minimum avec un sac à dos comportant du matériel d'alpinisme.
- Grimper dans un niveau 5a/b en tête en escalade sur sites équipés.
- Evoluer dans des pentes de neige modérées à fortes en premier de cordée.

1.2 - EXPÉRIENCES - LISTE DE COURSES

- Liste de 15 courses montagne neige/glace/rocher en tête ou réversible (niveau PD minimum dont 5 en AD).

2.1 - TECHNIQUES DE CORDE EN MILIEU MONTAGNE

Mes connaissances validées :

- Connaître et expliquer les principes mécaniques liés au grimpeur, à l'assureur et aux éléments de protection : effet poulie, force de choc, facteur de chute et tirage.

Mes compétences validées :

- Adapter le matériel et les techniques de protection afin de limiter le tirage (dégaines rallongeables, anneaux, alternance des brins de cordes à double...).
- Réaliser un rappel sans descendeur.
- Réaliser des techniques d'aide au second en difficulté : traction grenouille, envoi d'un brin, moufflage simple
- Maîtriser la gestion de la corde au relais : sur une vire ou en paroi.
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels (dont demi-cabestan, nœud de mule, nœud de sangle sur cordelette, nœuds de jonction pour rappel, nœud de cœur...).
- Maîtriser l'utilisation et le placement des points d'assurage.
- Maîtriser la réalisation d'un relais : vérification et utilisation du matériel en place et/ou en plaçant du matériel amovible (triangulation des points).
- Maîtriser la réalisation et la gestion d'un rappel : placement adapté au terrain et récupération des cordes, sur ancrage naturel ou sur matériel (à vérifier, à compléter ou à placer).
- Maîtriser la mise en place et l'organisation d'une réchappe.
- Maîtriser la remontée sur une corde simple ou double avec autobloquant mécanique et/ou cordelettes.
- Maîtriser l'installation d'une main courante.

2.2 - PROGRESSION SUR GLACIER

Mes connaissances validées :

- Préciser les principaux dangers et les règles de progression sur glacier.

Mes compétences validées :

- Mettre en place les techniques simples de sauvetage en crevasse : communication, auto-sauvetage, envoi d'une boucle, prévention du sur-accident, alerter...
- Maîtriser les principes et techniques d'encordement sur glacier : réserve de corde (anneaux de buste, corde enkivée), potences fixes et mobiles.
- Maîtriser une progression adaptée à la configuration du glacier et choisir son itinéraire (crevasses, séracs, rimaye, chutes de pierres).
- Maîtriser l'assurage corde tendue sur glacier avec nœuds de freinage éventuels.
- Maîtriser le franchissement d'une crevasse en gérant la sécurité de la cordée.

2.3 - PROGRESSION EN NEIGE ET GLACE

Mes connaissances validées :

- Savoir estimer et expliquer le risque lié aux avalanches, l'orientation et l'inclinaison des pentes.

Mes compétences validées :

- Faire la trace sans/avec crampons sans/avec piolet (écart des pas, taille des marches, rythme).
- Maîtriser le choix de l'itinéraire afin d'adapter la progression à la configuration du terrain (pentes, crevasses, séracs, chutes de pierres, qualité de neige ou glace...).
- Maîtriser les différents types d'encordement sur neige et glace avec potence fixe ou mobile.
- Maîtriser le choix et l'utilisation d'un matériel adapté à la progression (montée, descente, traversée, changement d'orientation) : bâtons, piolet, crampons.

2
TECHNIQUES ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

2

TECHNIQUES ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE ...
SUITE

- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue courte et anneaux à la main en fonction des conditions (qualités de neige, traces, fréquentation...) et identifier les limites de cette progression.
- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue longue avec pose de protections intermédiaires, sur des pentes moyennes à fortes.
- Maîtriser l'assurage en relais, à la taille, sur mousqueton ou système d'assurage (piolet, corps-morts, broches à glace...).
- Maîtriser la progression sur arête de neige et les actions à effectuer en cas de chute d'un second.
- Enrayer la chute d'un (ou de deux) second(s) sur pente de neige.
- Maîtriser la pose d'ancrages : lunules, broches, corps morts, corps mort récupérable, ancrés à neige, champignons....
- Maîtriser la progression sur arête de neige et les actions à effectuer en cas de chute d'un second.
- Enrayer la chute d'un (ou de deux) second(s) sur pente de neige.
- Maîtriser le franchissement de rimayes en montée ou en descente (avec ou sans relais).

2.4 - PROGRESSION EN ROCHER

Mes connaissances validées :

- Connaître les principes de fiabilité dans le temps du matériel en place (pitons, goujons, textile), et les règles de leurs utilisations.

Mes compétences validées :

- Choisir et organiser son matériel sur son baudrier.
- Contrôler et utiliser des protections naturelles (béquets, écaïles...).
- Contrôler et évaluer la fiabilité de l'équipement en place.
- Maîtriser la pose de points d'assurage (coinceurs câblés ou mécaniques, anneaux...).
- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue courte et anneaux à la main et identifier les limites de ce type de progression.
- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue longue avec pose de protections intermédiaires (naturels ou amovibles).
- Maîtriser la progression par longueurs et la pose de relais.

3

PRÉVENTION ET
ENVIRONNEMENT
DE PRATIQUE

3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE AUTONOME

- MISE EN PLACE EN 2023

3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE AUTONOME EN ALPINISME

- MISE EN PLACE EN 2023

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

3.3.1 - INTERPRÉTER LES CONDITIONS MÉTÉO

- MISE EN PLACE EN 2023

3.3.2 - EVOLUER EN AUTONOMIE DANS LE MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Perfectionnement cartographie et orientation - CO2 »

3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU ENNEIGÉ

- MISE EN PLACE EN 2023

Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Perfectionnement neige et avalanche - NA2 »

3.4.1 - APPROFONDIR SES CONNAISSANCES SUR LA NEIGE, LES AVALANCHES ET LE MILIEU GLACIAIRE

3.4.2 - PRÉVENIR LES ACCIDENTS : IDENTIFIER LES RISQUES DANS LA PRÉPARATION ET SUR LE TERRAIN

3.4.3 - INTERVENIR EN CAS D'ACCIDENT EN MILIEU ENNEIGÉ

4

ENVIRONNEMENT
FÉDÉRAL ET DES CLUBS

4.1 - MON PARCOURS DE FORMATION À LA FFCAM

- MISE EN PLACE EN 2023

- Connaître le principe de la formation des pratiquants et des cadres à la FFCAM.
- Préciser la notion de compétences dans le cadre de sa propre formation.
- Expliquer le principe et la responsabilité du co-encadrement dans son club.

Spécialisé en grandes voies

1

NIVEAU -
EXPÉRIENCES

MON NIVEAU DE PRATIQUE ET MON EXPÉRIENCE EN GRANDES VOIES ÉQUIPÉES

1.1 - Mon niveau de pratique en grandes voies équipées :

- 6a maîtrisé en tête à vue;

1.2 - Mon expérience en grandes voies équipées (en tête ou en réversible) :

- 7 grandes voies équipées de 4 longueurs minimum avec une ou plusieurs longueurs en 6a;
- 1 grande voie équipée de 250 m de hauteur avec une ou des longueurs en 5c.

MON NIVEAU DE PRATIQUE ET MON EXPÉRIENCE EN GRANDES VOIES

1.3 - Mon niveau de pratique en grandes voies peu ou partiellement équipées :

- 5c maîtrisé en tête.

1.4 - Mon expérience en grandes voies peu ou partiellement équipées (en tête ou en réversible) :

- 7 grandes voies de 4 longueurs minimum avec une ou des longueurs en 5c.
- 1 grande voie de 250 m de hauteur avec une ou des longueurs en 5c.

2

PROGRESSION
ET SÉCURITÉ
DANS LA
PRATIQUE

2.1 - PRINCIPES ET TECHNIQUES DE BASE

COMMUN PERFECTIONNÉ EN ALPINISME, SPÉCIALISÉ GVE,
SPÉCIALISÉ EN CASCADE DE GLACE

Connaissances et compétences générales :

- Expliquer les principes mécaniques liés à la pratique de l'escalade et de l'alpinisme : effet poule, force de choc, facteur de chute, tirage, point de renvoi, assurage point fixe;
- Expliquer les notions de physique (mécanique) relatives à la répartition des forces sur plusieurs ancrages : relais triangulé...
- Identifier les différents types d'ancrages (scellements, goujons, pitons, textile) et les précautions dans leur utilisation;
- Identifier les différents types de matériels nécessaires pour l'assurage, la descente en rappel, la réchappe;
- Connaître et expliquer le fonctionnement des protections amovibles : coincoeurs mécaniques, câblés...
- Préciser les risques induits par une mauvaise gestion du tirage : facteur de chute accru, progression gênée, ...
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels dont demi-cabestan, cabestan, nœud de mule, nœud de sangle sur cordelette, nœuds de jonction pour rappel, nœud de cœur, nœuds autobloquants...
- Maîtriser l'encordement sur corde à double;
- Pratiquer un double check au pied de la voie : encordement et système d'assurage;
- Établir une communication verbale ou non verbale claire : vaché, relais, libre, départ...

Ancrages et protection :

- Contrôler et évaluer la fiabilité du matériel en place : corrosion, présence de textile, fiabilité des ancrages...
- Contrôler et maîtriser la pose d'anneaux de cordes/sangles sur protections naturelles : becquets, écaillés, arbres.

Relais et rappel :

- Maîtriser la réalisation d'un relais équipé (2 points et chaîné) : triangulation, mousqueton primaire, précontraint.
- Maîtriser l'assurage du leader depuis le relais avec un système d'assurage.
- Maîtriser l'assurage d'un ou deux seconds depuis le relais avec un système d'assurage.
- Maîtriser l'installation d'un rappel : nœud de jonction, passage adapté de la corde dans le relais, utilisation maillon rapide, autres situations...
- Maîtriser la réalisation et la gestion d'une descente en rappel : se vacher (confort/efficacité), rappel des cordes, tâches de chacun...
- Maîtriser une descente en rappel sans système de freinage (en cas de perte).

Aides et réchappes :

- Maîtriser les techniques élémentaires d'aide au second depuis le relais : traction grenouille, envoi d'une boucle, déblocage du système d'assurage.
- Maîtriser la remontée sur une corde simple ou double avec bloqueurs mécaniques et/ou des cordelettes, système d'assurage + cordelette.

2.2 - TECHNIQUES DE PROGRESSION EN GV ET GVE

COMMUN SPÉCIALISÉ GVE

Progression :

- Lire et anticiper la progression dans une longueur : cheminement, points d'ancrage visibles, passages difficiles, repos;
- Adapter le matériel afin de limiter le tirage : dégaines rallongeables, anneaux, clippage alterné des brins de corde...
- Anticiper les situations où une chute pourrait engendrer des dommages corporels et adapter sa progression : grimper avec précaution, tester les prises, vol pendulaire, viré...

Gestion des relais et des rappels :

- Maîtriser sa sécurité au relais en se vachant avec sa longe dynamique et/ou avec sa corde.
- S'installer au relais le plus confortablement possible, anticiper l'arrivée du second et le départ dans la longueur qui suit.
- Maîtriser la gestion de la corde au relais, sur une vire ou en paroi.
- Gérer efficacement un enchaînement de rappels équipés : avec sécurité et méthode.

2

PROGRESSION ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

Aides au second et réchappes :

- En situation de leader, anticiper les difficultés du ou des seconds, et mettre en œuvre les techniques d'aide adaptées : point d'aide, pédale, rallonge....
- Adapter le matériel afin de limiter le tirage : dégaines rallongeables, anneaux, clippage alterné des brins de corde....
- Maîtriser l'assurage d'un ou deux seconds sans système d'assurage dédié (en cas de perte).
- Maîtriser les techniques de montée et de descente pour la récupération d'une corde de rappel coincée et en préciser les risques.
- Franchir une courte section en escalade artificielle : « tire-clou », pédale.
- Maîtriser l'organisation et la mise en œuvre d'une réchappe en cours de longueur.

2.3 - TECHNIQUES DE PROGRESSION EN GRANDES VOIES (PEU OU PARTIELLEMENT ÉQUIPÉES)

Progression :

- Lire et anticiper une longueur : cheminement, placement des points amovibles, diminution du tirage, traversées....
- Adapter le matériel afin de limiter le tirage : dégaines rallongeables, anneaux, clippage alterné des brins de corde....
- Maîtriser le choix de progression en fonction du terrain : par longueurs ou mini-longueurs.
- Réaliser un encordement avec anneaux de buste efficacement.

Ancrages, protections et relais :

- Connaître les différents types de pitons et leur usage, avoir expérimenté leur pose.
- Maîtriser la pose des différents types d'ancrages amovibles en progression : anneaux, coincoeurs, friends, ...
- Maîtriser une bonne répartition des points de protection sur la longueur : conserver des ancrages pour la fin de longueur et pour le relais.
- Maîtriser l'assurage du leader sur point fixe au demi-cabestan (relais spité ou scellement) et préciser le contexte de cette utilisation.

Relais, aides au second et réchappes :

- Maîtriser l'organisation et la mise en œuvre d'une réchappe en cours de longueur.
- Maîtriser la construction d'un relais sur protections amovibles : emplacement, choix des fissures, triangulation,

3

PRÉVENTION ET
ENVIRONNEMENT
DE PRATIQUE

3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE AUTONOME EN GV-GVE

COMMUN SPÉCIALISÉ GVE

- Identifier le matériel adapté et nécessaire à la pratique de la GV : différents types de cordes (à double, à simple, jumelée), casque, baudrier, dégaines, mousquetons de sécurité, anneaux de sangles, différents types de coincoeurs mécaniques....
- Déterminer la juste quantité de matériel nécessaire suivant la GV-GVE envisagée et le nombre de personnes par cordée.
- Organiser le matériel sur son baudrier (au torse), notamment en situation de leader ou lors d'une descente en rappel.
- Maîtriser le réglage, l'entretien et le check du matériel.
- Connaître les principes de contrôle et de stockage du matériel EPI : baudrier, casque, cordes, dégaines, langes...
- Maîtriser le bon fonctionnement de son matériel / se référer à la notice fabricant

3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE AUTONOME EN GV-GVE

COMMUN SPÉCIALISÉ GVE

3.2.1 - LES BONS COMPORTEMENTS DANS UN GROUPE AUTONOME

- Connaître les principaux facteurs humains dont les pièges de l'inconscient dans un groupe autonome.
- Appliquer un mode relationnel entre les différents membres du groupe : discussion des choix, partage des décisions, applications des consignes...
- Organiser et animer un briefing au début de la sortie et au départ de la voie, ainsi qu'un débriefing en fin de sortie.
- Contrôler mutuellement que chaque personne du groupe dispose du matériel de sécurité : baudrier + longe, casque, cordelette pour nœud autobloquant, système d'assurage, téléphone (alerte).
- Identifier collectivement le matériel nécessaire pour le groupe dont l'équipement collectif pour chaque cordée (trousse de secours, cordes, système d'assurage de secours...) selon la GV-GVE envisagée et les conditions météo prévues.

3.2.2 - MA PRATIQUE DE LA GRANDE VOIES EN GROUPE AUTONOME

- Connaître les systèmes de cotation en GVE/GV.
- Co-construire un projet avec une analyse des risques, intégrant un plan B défini.
- Récupérer des informations pertinentes au bon déroulement de ma sortie via les différentes sources d'informations : topos, sites web, réseaux, connaissances, ...
- Adapter la progression de la cordée suivant les difficultés et les dangers observés, ... (sécurité, confort, régularité).
- Évaluer le choix de la voie à gravir en lien avec son expérience et celle de la cordée : difficulté, longueur, engagement, descente....

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE - FORMATION PERFECTIONNÉE 3.3 - MILIEU MONTAGNE (C02)

3.3.1 - Interpréter les conditions météo

3.3.2 - Evaluer en groupe autonome dans le milieu montagne

Spécialisé en grandes voies équipées

1

NIVEAU -
EXPÉRIENCES

1.1 - MON NIVEAU DE PRATIQUE EN GRANDES VOIES ÉQUIPÉES

- 6a maîtrisé en tête à vue;

1.2 - MON EXPÉRIENCE EN GRANDES VOIES ÉQUIPÉES

- 7 grandes voies équipées de 4 longueurs minimum avec une ou plusieurs longueurs en 6a;
- 1 grande voie équipée de 250 m de hauteur avec une ou des longueurs en 5c.

2

PROGRESSION
ET SÉCURITÉ
DANS LA
PRATIQUE

2.1 - PRINCIPES ET TECHNIQUES DE BASE

COMMUN PERFECTIONNÉ EN ALPINISME, SPÉCIALISÉ EN GV,
SPÉCIALISÉ EN CASCADE DE GLACE

Connaissances et compétences générales :

- Expliquer les principes mécaniques liés à la pratique de l'escalade et de l'alpinisme : effet poule, force de choc, facteur de chute, tirage, point de renvoi, assurage point fixe;
- Expliquer les notions de physique (mécanique) relatives à la répartition des forces sur plusieurs ancrages : relais triangulé...
- Identifier les différents types d'ancrages (scellements, goujons, pitons, textile) et les précautions dans leur utilisation;
- Identifier les différents types de matériels nécessaires pour l'assurage, la descente en rappel, la réchappe;
- Connaître et expliquer le fonctionnement des protections amovibles : coinceurs mécaniques, câblés...
- Préciser les risques induits par une mauvaise gestion du tirage : facteur de chute accru, progression gênée, ...
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels dont demi-cabestan, cabestan, nœud de mule, nœud de sangle sur cordelette, nœuds de jonction pour rappel, nœud de cœur, nœuds autobloquants...
- Maîtriser l'encondement sur corde à double;
- Pratiquer un double check au pied de la voie : encordement et système d'assurage;
- Établir une communication verbale ou non verbale claire : vache, relais, libre, départ...

Ancrages et protection :

- Contrôler et évaluer la fiabilité du matériel en place : corrosion, présence de textile, fiabilité des ancrages...
- Contrôler et maîtriser la pose d'anneaux de cordes/sangles sur protections naturelles : becquets, écaillés, arbres.

Relais et rappel :

- Maîtriser la réalisation d'un relais équipé (2 points et chaîné) : triangulation, mousqueton primaire, précontraint.
- Maîtriser l'assurage du leader depuis le relais avec un système d'assurage.
- Maîtriser l'assurage d'un ou deux seconds depuis le relais avec un système d'assurage.
- Maîtriser l'installation d'un rappel : nœud de jonction, passage adapté de la corde dans le relais, utilisation mailion rapide, autres situations...
- Maîtriser la réalisation et la gestion d'une descente en rappel : se vacher (confort/efficacité), rappel des cordes, tâches de chacun...
- Maîtriser une descente en rappel sans système de freinage (en cas de perte).

Aides et réchappes :

- Maîtriser les techniques élémentaires d'aide au second depuis le relais : traction grenouille, envoi d'une boucle, déblocage du système d'assurage.
- Maîtriser la remontée sur une corde simple ou double avec bloqueurs mécaniques et/ou des cordelettes, système d'assurage + cordelette.

2.2 - TECHNIQUES DE PROGRESSION EN GV ET 6VE

COMMUN SPÉCIALISÉ EN GV

Progression :

- Lire et anticiper une longueur : cheminement, points d'ancrage visibles, passages difficiles, repos;
- Adapter le matériel afin de limiter le tirage : dégaines rallongeables, anneaux, clippage alterné des brins de corde...
- Anticiper les situations où une chute pourrait engendrer des dommages corporels et adapter sa progression : grimper avec précaution, tester les prises, vol pendulaire, vire....

Gestion des relais et des rappels :

- Maîtriser sa sécurité au relais en se vachant avec sa longe dynamique et/ou avec sa corde.
- S'installer au relais le plus confortablement possible, anticiper l'arrivée du second et le départ dans la longueur qui suit.
- Maîtriser la gestion de la corde au relais, sur une vire ou en paroi.
- Gérer efficacement un enchaînement de rappels équipés : avec sécurité et méthode.

2

PROGRESSION ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

Aides au second et réchappes:

- En situation de leader, anticiper les difficultés du ou des seconds, et mettre en oeuvre les techniques d'aide adaptées : point d'aide, pédale, rallonge....
- Maîtriser l'assurage d'un ou deux seconds sans système d'assurage dédié (en cas de perte).
- Maîtriser les techniques de montée et descente pour la récupération d'une corde de rappel coincée et en préciser les risques.
- Franchir une courte section en escalade artificielle : « tire-clou », pédale.
- Maîtriser l'organisation et la mise en œuvre d'une réchappe en cours de longueur.

3

PRÉVENTION ET
ENVIRONNEMENT
DE PRATIQUE

3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE AUTONOME EN GV-GVE.

COMMUN SPÉCIALISÉ GV

- Identifier le matériel adapté et nécessaire à la pratique de la GV : différents types de cordes (à double, à simple, jumelée), casque, baudrier, dégaines, mousquetons de sécurité, anneaux de sangles, différents types de coinceurs mécaniques,...
- Déterminer la juste quantité de matériel nécessaire suivant la GV-GVE envisagée et le nombre de personnes par cordée.
- Organiser le matériel sur son baudrier (au torse), notamment en situation de leader ou lors d'une descente en rappel.
- Maîtriser le réglage, l'entretien et le check du matériel.
- Connaître les principes de contrôle et de stockage du matériel EPI : baudrier, casque, cordes, dégaines, longues...
- Maîtriser le bon fonctionnement de son matériel / se référer à la notice fabricant

3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE AUTONOME EN GV-GVE

COMMUN SPÉCIALISÉ GV

3.2.1 - LES BONS COMPORTEMENTS DANS UN GROUPE AUTONOME

- Connaître les principaux facteurs humains dont les pièges de l'inconscient dans un groupe autonome.
- Appliquer un mode relationnel entre les différents membres du groupe : discussion des choix, partage des décisions, applications des consignes...
- Organiser et animer un briefing au début de la sortie et au départ de la voie, ainsi qu'un débriefing en fin de sortie.
- Contrôler mutuellement que chaque personne du groupe dispose du matériel de sécurité : baudrier + longe, casque, cordelette pour nœud autobloquant, système d'assurage, téléphone (alerte).
- Identifier collectivement le matériel nécessaire pour le groupe dont l'équipement collectif pour chaque cordée (trousse de secours, cordes, système d'assurage de secours...) selon la GV-GVE envisagée et les conditions météo prévues.

3.2.2 - MA PRATIQUE DE LA GRANDE VOIES EN GROUPE AUTONOME

- Connaître les systèmes de cotation en GV/GV.
- Co-construire un projet avec une analyse des risques, intégrant un plan B défini.
- Récupérer des informations pertinentes au bon déroulement de ma sortie via les différentes sources d'informations : topos, sites web, réseaux, connaissances, ...
- Adapter la progression de la cordée suivant les difficultés et les dangers observés, ... (sécurité, confort, régularité).
- Évaluer le choix de la voie à gravir en lien avec son expérience et celle de la cordée : difficulté, longueur, engagement, descente....

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

FORMATION INITIÉ 3.3 - MILIEU MONTAGNE (COTI)

3.3.1 - CONNAÎTRE LE MILIEU DE PRATIQUE, LIMITER SON IMPACT ET SE PROTÉGER.

- Connaître et respecter le milieu de pratique.
- S'adapter et se protéger dans le milieu de pratique.

3.3.2 - ÉVOLUER DANS LE MILIEU MONTAGNE

- Interpréter les informations principales d'une carte topographique (échelle, couleurs, relief, pente, symboles, ...).
- Se situer sur une carte par bonne visibilité : carte et paysage...
- Connaître les bases de l'utilisation d'une boussole, d'un altimètre et d'un outil de géolocalisation GPS.
- Savoir suivre un itinéraire peu complexe sur sentier, dans de bonnes conditions d'évolution (météo, nivologie, événements).
- Savoir transmettre sa position (y compris GPS/smartphone) en cas de secours.

4

ENVIRONNEMENT
FÉDÉRAL ET DES CLUBS

4.1 - LA FORMATION À LA FFCAM

- Connaître le principe de la formation des pratiquants et des cadres à la FFCAM
- Préciser la notion de champs de compétences dans le cadre de sa propre formation.
- Expliquer le principe et la responsabilité du co-encadrement dans son club.

Spécialisé en cascade de glace

1

NIVEAU -
EXPÉRIENCES

1.1 - MON NIVEAU DE PRATIQUE

- Grade 4/4+ maîtrisé en tête sur des cascade de glace de plusieurs longueurs

1.2 - MON EXPÉRIENCE EN CASCADE DE GLACE

- Disposer d'une liste de cascades réalisées en tête ou en réversible :
- 8 Cascades de glace, hors terrain glaciaire, de 4 longueurs en grade 4/4+
 - 2 Cascades de glace, hors terrain glaciaire, de 250 m en grade 3+/4

2

PROGRESSION
ET SÉCURITÉ
DANS LA
PRATIQUE

2.1 - PRINCIPES ET TECHNIQUES DE BASE

COMMUN PERFECTIONNÉ EN ALPINISME, SPÉCIALISÉ EN GVE,
SPÉCIALISÉ EN GV.

Connaissances et compétences générales :

- Expliquer les principes mécaniques liés à la pratique de l'escalade et de l'alpinisme : effet poulie, force de choc, facteur de chute, tirage, point de renvoi, assurage point fixe;
- Expliquer les notions de physique (mécanique) relatives à la répartition des forces sur plusieurs ancrages : relais triangulé...
- Identifier les différents types d'ancrages (scelllements, goujons, pitons, textile) et les précautions dans leur utilisation;
- Identifier les différents types de matériels nécessaires pour l'assurage, la descente en rappel, la réchappe;
- Connaître et expliquer le fonctionnement des protections amovibles : coinces mécaniques, câblés...
- Préciser les risques induits par une mauvaise gestion du tirage : facteur de chute accru, progression gênée, ...
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels dont demi-cabestan, cabestan, nœud de mule, nœud de sangle sur cordelette, nœuds de jonction pour rappel, nœud de cœur, nœuds autobloquants...
- Maîtriser l'encordement sur corda à double;
- Pratiquer un double check au pied de la voie : encordement et système d'assurage;
- Établir une communication verbale ou non verbale claire : vaché, relais, libre, départ...

Ancrages et protection :

- Contrôler et évaluer la fiabilité du matériel en place : corrosion, présence de textile, fiabilité des ancrages...
- Contrôler et maîtriser la pose d'anneaux de cordes/sangles sur protections naturelles : becquets, écaillots, arbres.

Relais et rappel :

- Maîtriser la réalisation d'un relais équipé (2 points et chaîné) : triangulation, mousqueton primaire, précontraint.
- Maîtriser l'assurage du leader depuis le relais avec un système d'assurage.
- Maîtriser l'assurage d'un ou deux seconds depuis le relais avec un système d'assurage.
- Maîtriser l'installation d'un rappel : nœud de jonction, passage adapté de la corde dans le relais, utilisation maillon rapide, autres situations...
- Maîtriser la réalisation et la gestion d'une descente en rappel : se vacher (confort/efficacité), rappel des cordes, tâches de chacun...
- Maîtriser une descente en rappel sans système de freinage (en cas de perte).

Aides et réchappes :

- Maîtriser les techniques élémentaires d'aide au second depuis le relais : traction grenouille, envoi d'une boucle, déblocage du système d'assurage.
- Maîtriser la remontée sur une corde simple ou double avec bloqueurs mécaniques et/ou des cordelettes, système d'assurage + cordelette.

2.2 - CONNAISSANCES ET GESTUELLE EN GLACE

COMMUN SPE CASCADE DE GLACE, SPE ESCALADE SUR GLACE-DRYTOOLING

Connaissances :

- Connaître l'influence des phénomènes météorologiques sur la transformation de la glace : réchauffement, refroidissement, chute de neige...
- Connaître les différents états de la glace et les identifier sur le terrain : densité, dureté, plasticité...
- Connaître le système des cotations en cascade de glace et dry tooling.

Gestuelle :

- Maîtriser les différentes techniques de placement : basique en X, en triangle, 2 points d'appui, gestion des équilibres...
- Maîtriser sa progression sur différentes inclinaisons (non verticale, verticale, dévers, surplomb) et types de glace (lisse, sculptée).
- Maîtriser sa progression en traversées et en descentes.
- Maîtriser les gestes dans la progression : frappe du piolet et pose des crampons (dosage et précision des ancrages, crochétages...).
- Maîtriser un répertoire gestuel : techniques de progression suivant l'inclinaison de la glace.
- Être précis dans la frappe et la pose des crampons.

2

PROGRESSION ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

2.3 - TECHNIQUES COMPLÉMENTAIRES EN CASCADE DE GLACE

Connaissances et compétences générales

- Lire et anticiper la progression dans une longueur de glace : cheminement, passages difficiles, repos, emplacements où brocher, évaluation du nombre de broches y compris pour le relais...
- Maîtriser l'emplacement des broches et l'utilisation du matériel en place afin de limiter le tirage : dégaines rallongeables, anneaux, clippage alterné des brins suivant le diamètre de corde...

Techniques de brochage

- Maîtriser le brochage en progression : choix de la broche, mouvement d'amorçage de la main, choix de l'angle...
- Maîtriser le placement et l'équilibre de son corps lors du brochage (PME : positions de moindre effort).

Gestion des relais et des rappels

- Maîtriser la construction d'un relais ou d'une moulinette en glace.
- Maîtriser la gestion de la corde au relais, sur une vire ou en paroi.
- Maîtriser le choix de l'emplacement d'un relais en glace selon le terrain : confort, arrivée du second, départ dans la longueur qui suit (relais décalé de l'axe de progression).
- Maîtriser l'assurage du leader sur point fixe au demi-cabestan (relais spité ou scellement) et préciser le contexte de cette utilisation.
- Maîtriser la confection d'une lunule - Abalakov - avec une cordelette et lunule sèche.
- Maîtriser la réalisation et la gestion de rappels à équiper, en tenant compte du terrain et des ancrages possibles.
- Maîtriser un enchaînement de rappels en glace, avec sécurité et méthode.

Aide au second et réchappes

- En situation de leader, anticiper les difficultés ponctuelles du ou des seconds, et mettre en œuvre une stratégie adaptée : longueur plus courte, évitement du passage difficile...
- Maîtriser l'organisation et la mise en œuvre d'une réchappe en cours de longueur : lunules, broches...
- Maîtriser l'assurage d'un ou deux seconds sans système d'assurage dédié (en cas de perte).
- Maîtriser les techniques et les méthodes de montée et de descente pour la récupération d'une corde de

3

PRÉVENTION ET
ENVIRONNEMENT
DE PRATIQUE

3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE AUTONOME EN GLACE

COMMUN SPE ESCALADE SUR GLACE-DRYTOOLING

Connaissances :

- Connaître les spécificités et les usages des différents matériels : chaussures, crampons, piolets, lames, cordes à simple, à double, traitement dry...
- Connaître les différents types de broches, leurs spécificités, et leurs usages.
- Connaître les avantages et les inconvénients de l'utilisation de leash sur les piolets.
- Connaître les principes de contrôle et de stockage du matériel EPI : baudrier, casque, crampons, cordes, piolets...
- Maîtriser le bon fonctionnement de son matériel / se référer à la notice fabricant.

Compétences :

- Maîtriser le réglage et la fixation de ses crampons.
- Organiser et adapter la port de son matériel (broches, porte-broches, dégaines...) sur soi ou dans son sac à dos lors de la progression ou de la descente en rappel.
- Entretien son matériel : piolets, crampons, broches.

3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE EN GROUPE AUTONOME EN ALPINISME ET EN CASCADE DE GLACE

COMMUN PERF ALPINISME, SPE EN ESCALADE SUR GLACE-DRYTOOLING

3.2.1 - LES BONS COMPORTEMENTS DANS UN GROUPE AUTONOME

- Connaître les principaux facteurs humains, dont les pièges de l'inconscient dans un groupe autonome.
- Appliquer un mode relationnel entre les différents membres du groupe : désignation du leader, discussion des choix, partage des décisions, application des consignes.
- Organiser et animer un briefing lors des différents moments-clés de la sortie : départ, changement de mode de progression, difficultés, débriefing en fin de sortie...

3.2.2 - MA PRATIQUE DE LA CASCADE DE GLACE EN GROUPE AUTONOME

- Connaître et décoder les systèmes de cotation en glace.
- Co-construire un projet avec une analyse des risques 3X3 (incluant plaisir et débriefing).
- Contrôler mutuellement que chaque personne du groupe dispose du matériel de sécurité et de secours indispensable : casque, crampons, piolets, baudriers, autobloquant, appareil d'assurage...
- Contrôler mutuellement que le matériel technique et de secours collectif est adapté et suffisant à la sortie : corde (diamètre, longueur), nombre de broches, sangles, nombre de dégaines, mousquetons de sécurité, appareil d'assurage de secours, moyen d'appel des secours (téléphones, radio).
- Adapter la progression sur le terrain en fonction du groupe, des dangers observés (sécurité, confort, régularité)...

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE FORMATION PERFECTIONNÉE 3.3 - MILIEU MONTAGNE (C02)

3.3.1 - Interpréter les conditions météo

3.3.2 - Evoluer en groupe autonome dans le milieu montagne

3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE ENNEIGÉ FORMATION PERF. 3.4 - MILIEU ENNEIGÉ (N02)

3.4.1 - Approfondir ses connaissances sur la neige, les avalanches et le milieu glaciaire

3.4.2 - Prévenir les accidents milieu enneigé : Identifier les risques dans préparation et sur le terrain (3x3)

3.4.3 - Intervenir en cas d'accident en milieu enneigé

Spécialisé en escalade sur glace - dry-tooling

1

NIVEAU -
EXPÉRIENCES

1.1 - MON NIVEAU DE PRATIQUE

- Grade 5 en glace en moulINETTE ou en tête avec points de protection en place.
- Grade D4 en dry-tooling en moulINETTE ou en tête avec points de protection en place.

1.2 - MON EXPÉRIENCE EN ESCALADE SUR GLACE - DRY-TOOLING

- Disposer d'une expérience sur quatre sites écoles aménagés d'escalade sur glace ou dry-tooling (1 longueur max), dont:
- 10 séances en glace.
 - 5 séances en dry-tooling (sites de dry-tooling possibles).

2

PROGRESSION
ET SÉCURITÉ
DANS LA
PRATIQUE

2.1 - PRINCIPES ET TECHNIQUES DE BASE EN ESCALADE SUR GLACE - DRY-TOOLING

Connaissances générales :

- Connaître les notions de physique (mécanique) relatives à la répartition des forces sur plusieurs ancrages: relais triangulé, relais précontraint.
- Expliquer les principes liés à la pratique de l'escalade et de l'alpinisme: effet poulie, force de choc, facteur de chute, tirage, point de renvoi.
- Connaître les risques induits par une mauvaise gestion du tirage (facteur de chute accru, progression gênée).
- Connaître les différents types d'ancrages (scellements, goujons, pitons, textile) et les précautions dans leur utilisation.
- Connaître les différents types de matériels d'assurage et de descente en rappel, de réchappe...

Compétences générales :

- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels dont demi-cabestan, nœud de mule, nœud de sangle sur cordelette, nœuds de jonction pour rappel, nœud de cœur, nœuds autobloquant...
- Pratiquer un double check (encordement et système d'assurage, nœud en bout de corde).
- Identifier les risques possibles lors de l'activité: chute de glace, pierres, piolets...
- Maîtriser la gestion de la corde au sol (▲, crampons).

Ancrages et protections :

- Contrôler et évaluer la fiabilité du matériel en place: corrosion, présence de textile, fiabilité des ancrages...
- Maîtriser le choix et la pose d'une broche (point d'assurage, dérivation...).
- Equiper une longueur en glace ou dry depuis le haut (rappel ou en moulINETTE): cheminement, passages difficiles, repos, points où brocher...
- Contrôler et utiliser des protections naturelles : arbres, ...
- Maîtriser la pose d'anneaux de sangles ou de cordes pour la réalisation d'un relais sur arbre.

Relais et rappels :

- Maîtriser la réalisation d'un relais équipé : triangulation, mousqueton primaire...
- Contrôler l'équipement des relais en place (cordelettes, ancrages, corrosion ou usure des éléments).
- Maîtriser la réalisation et la gestion d'une descente en rappel sur relais équipé.

Aides et réchappes :

- Maîtriser l'utilisation de ses piolets ou d'une perche pour franchir un passage en escalade artificielle en dry-tooling.
- Redescendre au cours d'une ascension en utilisant une technique adaptée de réchappe.

2.2 - CONNAISSANCES ET GESTUELLE EN GLACE

COMMUN SPE CASCADE DE GLACE

Connaissances :

- Connaître l'influence des phénomènes météorologiques sur la transformation de la glace : réchauffement, refroidissement, chute de neige...
- Préciser les différents états de la glace et les identifier sur le terrain: densité, dureté, plasticité...
- Préciser le système des cotations en cascade de glace et dry tooling.

Gestuelle :

- Maîtriser les différentes techniques de placement : basique en X, en triangle, 2 points d'appui, gestion des équilibres....
- Maîtriser sa progression sur différentes inclinaisons (non verticale, verticale, dévers, surplomb) et types de glace (lisse, sculptée).
- Maîtriser sa progression en traversées et en descentes.
- Maîtriser les gestes dans la progression : frappe du piolet et pose des crampons (dosage et précision des ancrages, crochétages...).
- Maîtriser un répertoire gestuel : techniques de progression suivant l'inclinaison de la glace.
- Être précis dans la frappe et la pose des crampons

2

PROGRESSION ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

2.3 - GESTUELLE SPÉCIFIQUE EN ESCALADE SUR GLACE - DRY-TOOLING

Compétences :

- Utilisation des poignées de son piolet (changement de main, remontée de main...).
- Changement de mains, piolet à l'épaule, au pouce, à la bouche...
- Gestuelle spécifique, mouvements exceptionnels: inversée, balancier, Yaniro...
- Traction à 2 mains sur un piolet en dry-tooling.

3

PRÉVENTION ET
ENVIRONNEMENT
DE PRATIQUE

3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE AUTONOME EN GLACE.

COMMUN SPE CASCADE DE GLACE

Connaissances :

- Connaître les spécificités et les usages des différents matériels : chaussures, crampons, piolets, lames, cordes à simple, à double, traitement dry...
- Connaître les différents types de broches, leurs spécificités, et leurs usages.
- Connaître les avantages et les inconvénients de l'utilisation de leash sur les piolets.
- Connaître les principes de contrôle et de stockage du matériel EPI : baudrier, casque, crampons, cordes, piolets...
- Maîtriser le bon fonctionnement de son matériel / se référer à la notice fabricant.

Compétences :

- Maîtriser le réglage et la fixation de ses crampons.
- Organiser et adapter le port de son matériel (broches, porte-broches, dégaines...) sur soi ou dans son sac à dos lors de la progression ou de la descente en rappel.
- Entretien son matériel : piolets, crampons, broches...

3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE AUTONOME EN ALPINISME-CASCADE DE GLACE

COMMUN PERIF ALPINISME, SPE CASCADE DE GLACE

3.2.1 - LES BONS COMPORTEMENTS DANS UN GROUPE AUTONOME

- Connaître les principaux facteurs humains, dont les pièges de l'inconscient dans un groupe autonome.
- Appliquer un mode relationnel entre les différents membres du groupe : désignation du leader, discussion des choix, partage des décisions, application des consignes.
- Organiser et animer un briefing lors des différents moments-clés de la sortie : départ, changement de mode de progression, difficultés, débriefing en fin de sortie...

3.2.2 - MA PRATIQUE DE L'ALPINISME ET LA CASCADE DE GLACE EN GROUPE AUTONOME

- Connaître et décoder les systèmes de cotation en glace.
- Co-construire un projet avec une analyse des risques 3X3 (incluant plaisir et débriefing).
- Contrôler mutuellement que chaque personne du groupe dispose du matériel de sécurité et de secours indispensable : casque, crampons, piolets, baudriers, autobloquant, appareil d'assurage...
- Contrôler mutuellement que le matériel technique et de secours collectif est adapté et suffisant à la sortie : corde (diamètre, longueur), nombre de broches, sangles, nombre de dégaines, mousquetons de sécurité, appareil d'assurage de secours, moyen d'appel des secours (téléphones, radio).
- Adapter la progression sur le terrain en fonction du groupe, des dangers observés (sécurité, confort, régularité)...

4

ENVIRONNEMENT
FÉDÉRAL ET DES CLUBS

4.1 - MA FORMATION A LA FFCAM

- Connaître le principe de la formation des pratiquants et des cadres à la FFCAM.
- Positionner ses propres compétences dans le cadre des activités des clubs.