

FORMATION CANYON

WEEK-END TECHNIQUES GRANDES VERTICALES

Durée : 3 jours (salle de vidéo projection et canyons verticaux)

Partie 1 - Rappels techniques

Voir aussi le passeport canyon ffme, les manuels techniques de canyon et les supports de formation TV du club

- Cotation d'un canyon vertical et OPAESI
- Risques et accidents
- La communication en canyon et dans les grandes verticales
- Les amarrages en canyon
- Utilisation variée du descendeur « 8 » dans les grandes verticales
- Assurance à la descente de rappels
 - D'un équipier en première
 - D'un équipier
 - Du dernier
- Techniques de corde spécifiques aux grandes verticales
 - Gestion des longueurs
 - Gestion des frottements
 - Gestion des rappels de corde
 - Gestion des relais (fractionnés)
 - Gestion des sacs et du matériel
- Equipement et matériel adapté (individuel, collectif et secours)

Partie 2 - Pour un pratiquant passeport canyon jaune

- La grande verticale, le passeport canyon et la cotation de la verticalité
- Les dangers et accidents dans les grandes verticales
- Présentation et utilisation du matériel (équipement individuel)
- La communication en canyon avec sifflet, geste ou talkie-walkie
- Les différentes techniques de franchissement
 - Main-courante
 - Grands rappels et relais fractionnés
- Les exercices
 - L'utilisation des longes
 - Le départ et la sortie de rappel en toute sécurité
 - L'utilisation variée du descendeur
 - La réalisation d'une position d'attente en rappel
- Lover efficacement et enkiter une corde dans un sac canyon
- Le raboutage : vache pour les cordes et nœud de sangle
- Technique d'assurance en rappel : l'assurance du bas d'un coéquipier

Partie 3 - Pour un pratiquant passeport canyon orange

La partie 2 (ci-dessus) est acquise.

- Techniques d'assurance
 - Assurance en moulinette d'un coéquipier
 - L'auto-assurance
- L'installation et le franchissement d'une grande verticale
 - L'installation de 2 systèmes débrayables sur corde à simple
 - L'installation d'un rappel fractionné
 - Le rappel de corde et quelques exemples de blocage de corde
- L'installation et la récupération d'une main-courante rappelable
- Les exercices
 - Utilisation d'un autobloquant en auto-assurance
 - La réalisation d'une clé de blocage
 - La réalisation d'un auto-dégagement d'urgence
 - Le passage de nœud à la descente
 - La remontée sur corde

Partie 4 - Pour un pratiquant passeport canyon vert et plus

Les parties 2 et 3 (ci-dessus) sont acquises.

- L'installation et le franchissement d'une grande verticale
 - Tester la fiabilité d'un amarrage
 - L'installation de plusieurs systèmes débrayables à simple et à double
 - Les techniques de gestion des frottements et des longueurs de corde
 - La gestion des sacs
 - La mise en place d'un relai décalé
- L'installation des mains-courantes
 - L'installation et la récupération d'une main-courante rappelable avec points intermédiaires
 - L'utilisation du kit boule double entrée
- La sortie d'un canyon par une échappatoire exposée
- Les exercices
 - La réalisation de plusieurs clés de blocage
 - La sécurisation d'une remontée sur corde

Partie 5 - Autres sujets

- + Installation d'un point d'amarrage au tamponnoir
- + Remontée sur corde tendue
- + Descente sur corde tendue
- + Dégagement d'urgence d'un équipier bloqué sur corde (coupé de corde)
- + Technique de corde dans le cas d'une échappatoire exposée
- + Installation d'une main-courante, d'une tête et d'un rappel sur amarrage naturel
- + Descente de rappel avec des descendeurs variés
- + Technique de corde dans le cas d'une échappatoire exposée
- + Remontée sur un guidé et descente sur corde tendue
- + Dégagement d'urgence d'un équipier bloqué sur corde (coupé de corde)
- + Nœud de Dufour, papillon, mickey, CNEC, neuf, pêcheur double, TBC
- + Installation d'une déviation largable sur un amarrage naturel ou un anneau