

FORMATION CANYON

WEEK-END TECHNIQUES VERTICALES

Durée : 2 jours (salle avec vidéoprojecteur, salle d'exercices au sol, pont et falaise école)

Partie 1 - Généralités et matériel

Voir aussi le passeport canyon ffme et le manuel technique canyonisme

- Différentes techniques pour franchir un obstacle vertical
 - Evitement
 - Désescalade
 - Toboggan et saut (voir week-end TA)
 - Main-courante et tyrolienne
 - Rappel
- Risques et accidents
- Cotation d'un canyon et de la difficulté verticale
- Passeport canyon
- Matériel canyon
 - Equipement individuel
 - Equipement collectif
 - Equipement de secours
 - EPIs
- Communication en canyon
- Amarrages en canyon

Exercices : cotation d'une verticale et choisir son matériel

Partie 2 - Ateliers cordes

- Informations sur les cordes, sangles et cordelettes
- Mise en service, entretien et contrôle d'une corde
- Réalisation de nœuds
 - Amarrage : vache, huit, chaise, cabestan
 - Assurance : demi-cabestan, demi-cabestan + mule + pêcheur
 - Autobloquant : machard et valdotain
 - Encordement : huit et chaise
 - Frein : demi-cabestan
 - Raboutage : vache et nœud de sangle
 - Tension : demi-cabestan + mule + pêcheur
- Lover et enkiter une corde dans un sac
- Techniques du moufflage

Exercices : Réalisation d'une double longe, d'une pédale, et d'une bâche contre les frottements

Partie 3 - Ateliers descente de rappels

- Départ et sortie de rappel sécurisés
- Descente de rappel
 - Avec descendeur « 8 »
 - Avec descendeur et auto-assuré à l'aide d'un bloqueur
 - Avec mousqueton et demi-cabestan
- Assurance du bas
- Réalisation d'une position d'attente et de clés de blocage
- Auto-dégagement d'urgence
- Passage de nœud à la descente et à la montée
- Remontée sur corde
- Inversion montée-descente et descente-montée

Autres : descente d'un grand rappel sec auto-assuré (voir module TGV)

Partie 4 - Ateliers équipement de rappels

- Rappel de corde, gestion des longueurs et gestion des frottements
- Assurance à la descente de rappels
- Passage de cordes dans l'amarrage relié ou non
- Installation d'un ou de plusieurs systèmes débrayables
- Installation d'une déviation
- Installation d'un rappel guidé
- Equipement d'une tyrolienne

Autres : Installation et franchissement d'un fractionnement (voir module TGV)

Partie 5 - Ateliers longues double

- Utilisation sur un amarrage
- Utilisation lors d'un franchissement d'une main-courante
- Utilisation lors d'un franchissement d'un rappel guidé
- Utilisation lors d'un franchissement d'une tyrolienne

Partie 6 - Atelier main-courante

- Assurance lors de l'installation d'une main-courante
- Installation et récupération d'une main-courante rappelable
- Installation d'une main-courante rappelable avec points intermédiaires
- Franchissement d'une main-courante ascendante ou descendante avec autobloquant
- Utilisation du kit boule double entrée

Partie 7 - Mises en pratique en falaise et sur pont

Partie 8 - Autres

- + Installation d'une main-courante, d'une tête et d'un rappel sur amarrage naturel
- + Installation d'un point d'amarrage au tamponnoir
- + 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