

Nom - Prénom

Club

PERFECTIONNE EN CANYONISME : GROUPES DE COMPÉTENCES

THEME 1	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-1.1 - Mon niveau de pratique en Canyonisme 2			
PERF-1.2 - Mon expérience en canyonisme 2			

THEME 2	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-2.1 : Progression aquatique 2			
PERF-2.2 : Progression verticale 2			
PERF-2.3 : Techniques d'équipement			
PERF-2.4 : Techniques de secours			

THEME 3	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-3.1 : Mon matériel en canyonisme 2 - pratique autonome		Expérimentation en 2024	
PERF-3.2 : Réussir sa sortie en canyonisme - pratique autonome		Expérimentation en 2024	
PERF-3.3 : Environnement de pratique - milieu montagne 2 - STAGE Cartographie/orientation 2 (C02)			
PERF-3.3.1 : Interpréter les conditions météo		Expérimentation en 2024	
PERF-3.3.2 : Evoluer dans le milieu montagne 2 - pratique autonome			

THEME 4	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-4.1- Ma formation à la FFCAM		Mise en place 2024	

FORMATION PRATIQUE

Perfectionné en Canyonisme

Version 2023



Fiche de compétences

Cette fiche est mise à disposition des clubs et des pratiquants pour la saison 2023. Elle permet de suivre l'acquisition des connaissances et des compétences de chaque pratiquant autour des 4 THEMES :

THEME 1 : Niveau de pratique et expériences

THEME 2 : Progression et sécurité dans la pratique

THEME 3 : Prévention et environnement de pratique

THEME 4 : Environnement fédéral, des clubs et des pratiques

La validation de l'ensemble des groupes de compétences (regroupement par rubrique) notés de 1.1 à 4.1 et résumés en page 4, permet au pratiquant d'atteindre le niveau « PERFECTIONNE EN CANYONISME ». Les groupes de compétences peuvent être intégrés au profil de chaque pratiquant dans le système d'informations fédéral : application « Attestation pratiquant ».

Cette fiche sera retravaillée à la suite de la saison 2023 en fonction des retours d'expérimentation.

Attestation de compétences : perfectionné en canyonisme

Je suis capable de pratiquer le canyonisme en groupe autonome, de choisir et de préparer mes sorties, de les adapter aux conditions rencontrées, à mon niveau technique et physique et celui de mes partenaires.

Je dispose d'une expérience du canyonisme en lien à mon niveau de pratique.

Je peux poursuivre ma formation personnelle vers l'acquisition de compétences avancées en canyonisme (niveau SPECIALISE)

Je peux également entrer en formation d'initiateur et transmettre ma passion du canyonisme à d'autres pratiquants.

Perfectionné en Canyonisme

1

NIVEAU -
EXPÉRIENCES

1.1 – MON NIVEAU DE PRATIQUE EN CANYONISME 2

- ☐ Progresser en terrain vertical et aquatique dans des descentes de canyons de niveau 3.3.2.

1.2 – MON EXPÉRIENCE EN CANYONISME 2

- ☐ Disposer d'une liste de 15 descentes de canyon réalisées en groupes autonomes, dont 7 au moins en position de leader dans des canyons de niveau 3.3.2.

2

TECHNIQUES ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

2.1 – PROGRESSION AQUATIQUE 2

Mes connaissances validées :

- ☐ Identifier les principaux types de mouvement d'eau dans un canyon pouvant représenter des dangers : drossage, courant, contre-courant, siphon...
- ☐ Connaître la notion de bassin versant et de son influence en cas de précipitations.

Mes compétences validées :

- ☐ Mettre en place une technique de progression adaptée aux mouvements d'eau rencontrés.
- ☐ Réaliser une traversée de collecteur en sécurité pour l'ensemble du groupe avec ou sans corde.
- ☐ Maîtriser la réalisation d'un saut « ciblé » de 3 mètres de hauteur
- ☐ Maîtriser l'utilisation d'une sécurité à lancer.

2.2 – PROGRESSION VERTICALE 2

Mes connaissances validées :

- ☐ Connaître les principes d'usage des différents descendeurs : 8, 9, Pirana, descendeurs à griffes..
- ☐ Préciser la notion de facteur de chute.
- ☐ Analyser un obstacle (vertical ou aquatique) pour anticiper et gérer en sécurité son franchissement.

Mes compétences validées :

- ☐ Identifier, vérifier, sécuriser et installer un amarrage naturel ou artificiel
- ☐ Installer un rappel simple bloqué ou débrayable
- ☐ Installer une main courante simple en auto-moulinette
- ☐ Réaliser une clef d'arrêt sur descendeur en huit ou à griffe.
- ☐ Franchir un nœud lors d'une descente en rappel.
- ☐ Maîtriser l'installation d'une déviation.
- ☐ Franchir un relais fractionné et un relais suspendu (utilisation d'une pédale)

2.3 – TECHNIQUES D'ÉQUIPEMENT

Mes connaissances validées :

- ☐ Préciser les cas d'utilisation d'une ancre flottante.

Mes compétences validées :

- ☐ Maîtriser la réalisation de nœuds usuels en canyon : huit double, chaise simple et double, demi-pêcheur double, vache plein poing, demi-cabestan, nœud de mule, patate et nœud de Mickey ou Fusion.
- ☐ Maîtriser la mise en place et l'utilisation d'un rappel débrayable depuis le haut.
- ☐ Maîtriser la mise en place et l'utilisation d'un rappel débrayable depuis le bas.
- ☐ Maîtriser l'installation d'un rappel guidé.
- ☐ Maîtriser la gestion des sacs de corde dans la progression.
- ☐ Maîtriser l'utilisation du Système Auxiliaire de Relais (S.A.R.).
- ☐ Maîtriser la confection d'une longe (corde d'attache dynamique) sur mon baudrier.

2

TECHNIQUES ET
SÉCURITÉ DANS
LA PRATIQUE

- ☐ Maîtriser les techniques d'assurance du haut pour une descente en rappel
- ☐ Maîtriser la technique du rappel ajusté (ras de l'eau)
- ☐ Savoir choisir une méthode adaptée pour gérer le frottement de la corde (descente en rappel...)

2.4 – TECHNIQUES DE SECOURS

Mes connaissances validées :

- ☐ Connaître les principales manœuvres de secours : aide avec une corde annexe, assistance d'une personne bloquée, coupé de corde.

Mes compétences validées :

- ☐ Organiser une opération de secours : identifier une zone d'attente, sécuriser le blessé et identifier les éléments permettant de déclencher les secours.
- ☐ Savoir donner l'alerte
- ☐ Effectuer une remontée sur corde.
- ☐ Identifier d'après le topo, les points de réchappe possible.

3

PRÉVENTION ET
ENVIRONNEMENT
DE PRATIQUE

3.1 – MON MATÉRIEL EN CANYONISME 2 – PRATIQUE AUTONOME

EXPÉRIMENTATION EN 2024

- ☐ Connaître les différents types de matériels adaptés à une descente de canyon et leur usage et utilisation : type de cordes, casque, baudrier, matériel mécanique, sangles.
- ☐ Préciser la notion d'EPI (équipement de protection individuel) et les règles de gestion et de contrôle.
- ☐ Contrôler son matériel individuel et le matériel collectif, les points d'usure et le vieillissement (baudrier, casque, longe, matériel mécanique, cordes...)
- ☐ Identifier collectivement le matériel d'orientation en lien avec le topo.
- ☐ Contrôler mutuellement que chaque personne du groupe dispose du matériel de sécurité indispensable.

3.2 – RÉUSSIR SA SORTIE EN CANYONISME – PRATIQUE ENCADRÉE.

- EXPÉRIMENTATION EN 2024

3.2.1 – LES BONS COMPORTEMENTS DANS UN GROUPE AUTONOME

- ☐ Connaître les principaux facteurs humains (dont piège 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

3.2.2 – MA PRATIQUE DU CANYONISME EN GROUPE AUTONOME

- ☐ Co-construire un projet avec une analyse des risques 3X3
- ☐ Récupérer des informations pertinentes sur les conditions via les différentes sources d'informations (site web, réseaux, connaissances...)
- ☐ Adapter la progression sur le terrain en fonction du groupe, des dangers observés...: Sécurité, confort, régularité.

3.3 – ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE 2

- STAGE CARTO/ORIENTATION 2

3.3.1 – INTERPRÉTER LES CONDITIONS MÉTÉO

- ☐ Connaître les particularités de la météo montagne
- ☐ Interpréter un bulletin météo dans le cadre de sa pratique
- ☐ Reconnaître et interpréter sur le terrain les signes d'un changement de météo

3.3.2 – EVOLUER EN AUTONOMIE DANS LE MILIEU MONTAGNE.

- ☐ S'orienter et progresser en montagne avec ou sans visibilité : carte, GPS, ..
- ☐ Lire le terrain et identifier ses caractéristiques : pentes, orientation, ..
- ☐ Identifier les dangers/risques objectifs lors de la préparation et sur le terrain

4

ENVIRONNEMENT FÉDÉRAL
ET DES CLUBS

4.1 – MA FORMATION À LA FFCAM

- MISE EN PLACE EN 2024

- ☐ Connaître le principe de la formation des pratiquants et des cadres à la FFCAM
- ☐ Connaître et expliquer le principe et la responsabilité du co-encadrement dans son club.