

Nom - Prénom	Club
--------------	------

## SPÉCIALISÉ EAUX VIVES EN CANYONISME : GROUPES DE COMPÉTENCES

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

THEME 2	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
SPE-2.1 : Connaissances et analyse du milieu aquatique			
SPE-2.2 : Progression verticale 2			
SPE-2.3 : Progression et franchissement d'obstacles verticaux et aquatiques			
SPE-2.4 : Techniques de sécurité, secours et communication en eaux vives			

THEME 3	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
SPE-3.1 : Le matériel pour une pratique en groupe autonome en canyoning eaux vives et grandes verticales			
SPE-3.2 : Réussir sa sortie autonome en grandes verticales/eaux vives			
SPE-3.3 : Environnement de pratique - milieu montagne 2			



Version 1



## 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 ».

## Attestation de compétences : spécialisé Eaux Vives - canyonisme

Je suis capable de pratiquer le canyonisme en eaux vives 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 en eaux vives en lien avec mon niveau de pratique (THEME 1).

# Spécialisé Eaux Vives - Canyonisme

1

## NIVEAU - EXPÉRIENCES

### 1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- ☐ Progresser en terrain vertical et aquatique dans des descentes de canyons de niveau V3A4III.

### 1.2 - MON EXPÉRIENCE EN CANYONISME 2

- ☐ Disposer d'une liste de 4 canyons minimum de niveau V3-A4-III dont 2 au moins en position de leader. Cette liste vient en complément de la liste PERFECTIONNE en canyonisme.

2

## TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

### 2.1 - CONNAISSANCES ET ANALYSE DU MILIEU AQUATIQUE

- ☐ Expliquer les notions de débit et de force du courant.
- ☐ Identifier les mouvements d'eau : veine principale, contre-courants, drossage, rappel, siphon.
- ☐ Identifier et expliquer les risques en progression aquatique : cravate sur obstacle, coincement, accrochages, rappel d'eau, aspiration, drossage, siphon, marmites tourbillonnantes, propriétés physiques de l'eau en émulsion (densité, portance).

### 2.2 - TECHNIQUES DE DÉPLACEMENT ET FRANCHISSEMENT EN EAUX VIVES

- ☐ Maîtriser le repérage et la mise en œuvre d'un saut de 5 m (sondage de la vasque et mouvement d'eau).
- ☐ Maîtriser la réalisation d'un saut ciblé de 5 m de hauteur.
- ☐ Maîtriser la nage en eaux vives : arrêt, reprise de veine, back, départ plongé, utilisation des contre-courants.
- ☐ Être capable d'éviter un drossage simple : floating et appui pieds sur paroi.
- ☐ Être capable de gérer son effort pour sortir d'une vasque tournante.
- ☐ Maîtriser la traversée d'un collecteur.
- ☐ Maîtriser la mise en place d'une tyrolienne oblique pour traverser un collecteur.
- ☐ Maîtriser la pose d'une main courante multipoints auto-assuré ou assuré par un coéquipier pour éviter un mouvement d'eau.
- ☐ Maîtriser le franchissement d'un siphon simple et la pose d'une aide à son franchissement.
- ☐ Maîtriser la technique de débrayage rapide lors de la traversée d'un nageur.

### 2.3 - PROGRESSION ET FRANCHISSEMENT D'OBSTACLES VERTICAUX ET AQUATIQUES

- ☐ Identifier un mouvement d'eau, l'analyser et définir la technique de corde adaptée à son franchissement.
- ☐ Maîtriser l'utilisation d'amarrages naturels pour franchir un obstacle.
- ☐ Maîtriser l'installation d'une déviation largable du haut, abandon d'un anneau de corde.
- ☐ Maîtriser la pose d'un rappel guidé.
- ☐ Maîtriser l'utilisation d'une ancre flottante et connaître ses limites pour sécuriser le franchissement d'un mouvement d'eau.
- ☐ Maîtriser le franchissement d'une vasque suspendue (risque vertical et aquatique) avec le nœud patate.
- ☐ Maîtriser la technique du débrayer-tirer lors d'un rappel avec risque aquatique.
- ☐ Maîtriser les différentes techniques de gestion des sacs.

2

## TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

### 2.4 - TECHNIQUES DE SÉCURITÉ, SECOURS ET COMMUNICATION EN EAUX VIVES

- ☐ Maîtriser l'utilisation d'une corde de sécurité à lancer.
- ☐ Maîtriser la communication non verbale (codes sonores et visuels).
- ☐ Maîtriser les techniques et la conduite à avoir lorsqu'une personne est prise dans un mouvement d'eau.
- ☐ Maîtriser l'organisation d'un point chaud.

3

## PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

### 3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE EN GROUPE AUTONOME EN CANYONING EAUX VIVES ET GRANDE VERTICALE

COMMUN AVEC LE SPECIALISE GRANDES VERTICALES

- ☐ Identifier le matériel adapté à la sortie : longueur de corde, SAR, corde de sécurité à lancer, gilet de floating.
- ☐ Connaître les principes de contrôle et de stockage du matériel EPI : baudrier, corde, casque...
- ☐ Organiser son matériel sur soi et dans son sac pour la sortie (matériel accessible).
- ☐ Maîtriser le réglage, l'entretien et le check du matériel.
- ☐ Maîtriser le bon fonctionnement de son matériel en se référant à la notice.

### 3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE AUTONOME EN GRANDES VERTICALES/EAUX VIVES

COMMUN AVEC LE SPECIALISE GRANDES VERTICALES

#### 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 CANYONING EN GROUPE AUTONOME

- ☐ Connaître et décoder les systèmes de cotation en canyon.
- ☐ 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, longues, baudriers, sifflet, appareil d'assurage, combinaison, chaussures adaptées...
- ☐ Contrôler mutuellement que le matériel technique est adapté et suffisant à la sortie : masque de plongée, cordes et cordes de secours (diamètre, longueur), bloqueurs.
- ☐ Contrôler mutuellement que le matériel de secours collectif est adapté et suffisant à la sortie : moyen d'alerte des secours (téléphones, radio), trousse de secours. Prévenir et définir une personne "relais secours".
- ☐ Adapter la progression sur le terrain en fonction du groupe, des dangers observés (sécurité, confort, régularité)...

### 3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE 2

FORMATION PERFECTIONNE : 3.3 - MILIEU MONTAGNE (CO2)

#### 3.3.1 - INTERPRÉTER LES CONDITIONS MÉTÉO

- ☐ Connaître les conséquences des conditions météorologiques sur les activités et les mesures de précaution à prendre.
- ☐ Savoir analyser le bulletin météo : pictos, évolution à venir, vigilances Météo France...
- ☐ Connaître les particularités de la météo en montagne et savoir détecter un changement de temps sur le terrain.

#### 3.3.2 - ÉVOLUER EN GROUPE AUTONOME DANS LE MILIEU MONTAGNE

- ☐ Interpréter finement les informations d'une carte topographique.
- ☐ Maîtriser l'usage des outils d'orientation : boussole et géolocalisation par satellite.
- ☐ Créer un itinéraire complexe (hors sentier, mauvaise visibilité, points de décision, plan B...) et établir un plan de marche correspondant...

4

### 4.1 - MA FORMATION À LA FFCAM

MISE EN PLACE À VENIR