

Nom - Prénom

Club

## SPECIALISE EN CASCADE DE GLACE : GROUPES DE COMPÉTENCES

THEME 1	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
SPE-1.1 : Niveau de pratique en cascade de glace			
SPE-1.2 : Mon expérience en cascade de glace			

THEME 2	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
SPE-2.1 : Principes et techniques de base			
SPE-2.2 : Connaissances et gestuelle en glace			
SPE-2.3 : Techniques complémentaires en cascade de glace			

THEME 3	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
SPE-3.1 : Le matériel pour une pratique autonome en glace			
SPE-3.2 : Réussir sa sortie autonome en alpinisme - cascade de glace			
SPE-3.3 : Environnement de pratique - milieu montagne			
SPE-3.4 : Environnement de pratique - milieu montagne enneigé			

THEME 4	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
SPE-4.1- Ma formation à la FFCAM		A venir	



ATTESTATION PRATIQUANT

# SPECIALISE en cascade de glace

Version 1.1



## Fiche de compétences

Cette fiche est mise à disposition des clubs et des pratiquants. Elle se place dans le cadre d'une spécialisation (ouverture du champ de compétences) **de l'alpinisme** (niveau PERFECTIONNE). Elle permet de suivre l'acquisition des compétences de chaque pratiquant autour des 4 THEMES suivants :

**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 de compétences par rubrique) notés de 1.1 à 4.1 et résumés en page 4, permet l'attribution de l'**attestation de compétences « SPECIALISE EN CASCADE de GLACE »**. Les groupes de compétences peuvent être intégrés au profil de chaque pratiquant dans le système d'informations fédéral (EXTRANET) : application « **Attestation pratiquant** ».

### Attestation de compétences - SPECIALISE en cascade de glace

Je suis capable de pratiquer la cascade de glace 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 cascade de glace en lien à mon niveau de pratique (THEME 1).

Sous réserve de disposer du brevet d'initiateur de 1er degré en alpinisme, je peux entrer en formation **d'initiateur 2ème degré en cascade de glace**, et transmettre ma passion de cette activité à d'autres pratiquants de mon 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 PERFECTIONNE 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 (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'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, écaïles, 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-DRY-TOOLING

### 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'appuis, 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 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-DRY-TOOLING

### 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 EN GROUPE AUTONOME EN ALPINISME ET EN CASCADE DE GLACE

COMMUN PERF ALPINISME, SPE EN ESCALADE SUR GLACE-DRY-TOOLING

### 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-clefs 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 PERFECTIONNE 3.3 - MILIEU MONTAGNE (CO2)

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 (NA2)

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