

LIVRET CANYON

ORGANISATION ET SUIVI DES FORMATIONS INDIVIDUELLES

l'esprit Club Alpin



fédération française
des clubs alpins
et de montagne



MON IDENTITÉ

Nom :

Prénom :

MES COORDONNÉES

Adresse :

.....

Code postal :

Ville :

ME CONTACTER

Téléphone :

Mobile :

E mail :

PERSONNE À PRÉVENIR en cas de nécessité ou d'accident

Nom :

Téléphone :

Mobile :

Bienvenue dans les canyons avec la FFCAM



Le Livret Canyon a pour objectif de détailler les connaissances et savoir-faire nécessaires pour participer et/ou encadrer des sorties en canyon au sein des clubs de la fédération. Il apporte à chaque adhérent qui le souhaite les moyens de s'orienter et de s'engager, à son rythme, vers un objectif de formation ambitieux. Durant cet apprentissage et tout au long de sa progression dans cette activité, le livret Canyon sera le témoin de l'expérience acquise et des étapes franchies.

La descente de canyon qui peut sembler de prime abord simple et ludique est une activité de pleine nature, nécessitant une préparation sérieuse comme toutes les disciplines de montagne. Elle se pratique sur un terrain d'aventure instable, souvent engagé, nécessitant des compétences techniques spécifiques et beaucoup de prudence. L'utilisation de cordes en milieu vertical aquatique et confiné cumule les difficultés et les risques. Un apprentissage sur corde et en eau vive, ainsi qu'une bonne connaissance du biotope sont indispensables pour pouvoir pratiquer en toute sécurité, tout en respectant le milieu naturel.

La FFCAM propose à chaque adhérent de bénéficier au sein de la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne d'une organisation intégrant des notions d'apprentissage et d'évolution progressive dans l'acquis des connaissances. Cette organisation s'articule Cette organisation s'articule autour de quatre niveaux de compétences :

- autonome en progression,
- initiateur,
- moniteur,
- instructeur.

Au-delà de l'amélioration de la formation de nos adhérents, ces niveaux aideront nos cadres et nos dirigeants à structurer la formation dans nos clubs en proposant des objectifs à atteindre (la liste des compétences), un outil de suivi (le livret) et une gestion performante avec l'enregistrement des personnes (l'extranet) ayant toutes les compétences de chaque niveau. Ainsi, les personnes répondant à ces critères seront enregistrées dans la base de données formation de la FFCAM. Elles n'auront plus à faire la preuve de leur compétence pour participer aux sorties dans tous les clubs. Un livret est remis à chaque nouvel adhérent intéressé par la descente de canyon. Il prendra ainsi connaissance des compétences nécessaires pour participer aux sorties. Il pourra juger s'il doit suivre ou non un cycle d'initiation. Chaque compétence est évaluée. Le niveau est validé quand toutes les compétences associées le sont.

Les différents niveaux et brevets



Autonome en progression

- il possède son matériel et sait l'utiliser.
- il est capable de progresser en terrain accidenté et aquatique, désescalade, saut, toboggan, marche ou nage.
- il est capable d'utiliser les cordes en place pour descendre, pour franchir une tyrolienne une main courante, une déviation, une corde guide.
- il peut seconder le responsable de la sortie lors de manoeuvres simples de corde, d'assurance ou de pose d'équipements.
- il est capable de se sortir d'un mauvais pas.
- il améliore ses connaissances au contact des autres cadres et prend les initiatives utiles à sa formation.
- il est reconnu apte à participer aux sorties canyon du club organisées par un cadre.

Initiateur

- il maîtrise l'utilisation du matériel individuel et collectif. Il sait vérifier les EPI.
- il connaît l'environnement des canyons.
- il est capable d'encadrer des débutants dans des canyons faciles (cotation française inférieur à 3.3.II ou sites réputés d'initiation) et des pratiquants validés Autonome en progression dans tous types de canyons, adapté au niveau du groupe.
- il donne les consignes et assure la cohésion du groupe.
- il prend les initiatives utiles, détermine et met en oeuvre les modalités de progression pour permettre au groupe d'évoluer en sécurité.
- il est capable d'assister un équipier en difficulté à l'autonomie.

Moniteur

- il est capable de définir les objectifs de la sortie en fonction du public et de mettre en oeuvre les moyens techniques et pédagogiques pour y parvenir.
- il organise la formation des Autonomes et contribue à la formation Initiateurs au cours de l'activité.
- il organise et/ou participe à l'encadrement de stages d'initiation ou de perfectionnement, de formation initiateur ou des unités de formation (UF) et de valeur (UV).

Instructeur FFCAM

- c'est un expert sur lequel peuvent s'appuyer les responsables fédéraux.
- il est formateur de cadres, apte à organiser des stages de formation Initiateur, Moniteur et des sessions de recyclage.
- il participe activement à la formation et à la vie de la FFCAM via la Commission Nationale de Descente de canyon.

Pourquoi se former?



Pour pouvoir pratiquer en club.

Pour débiter :

Des sorties spécifiques ou des cycles d'initiation sont proposés au sein des clubs.

Autonome en progression :

La possession de ces compétences permet d'être un équipier actif lors de sorties du club , de participer aux choix de ces sorties, aux prises de décision , aux différentes manœuvres à effectuer , d'aider efficacement le responsable de la sortie.

Initiateur :

Apte à encadrer au sein des clubs :

- Avec des débutants : des sorties d'initiations dans des canyons de quotations 3.3.II.
- Avec des Autonomes : des sorties dans tous types de canyons correspondant au niveau des participants.

Moniteur / Instructeur :

Apte à encadrer tous types d'activités, manifestations, formations.

Pour l'encadrement des stages :

Stage	Découverte	Validation Autonome en Progression	Unité de valeur ou de formation	formation initiateur	formation moniteur	Recyclage des cadres	Instructeur
Initiateur	Apte	Apte					
Moniteur	Apte	Apte	Apte	Apte	Apte	Apte	
Instructeur	Apte	Apte	Apte	Apte	Apte	Apte	Apte

Comment se former



Autonome en progression

- Pas à pas et à son rythme au cours de la pratique en club, au contact des cadres et avec l'aide du Livret Canyon.
- En participant à un stage Unité de Validation en Progression Autonome (UVPA).

Initiateur

Pour se préparer, le futur Initiateur dispose :

- UF TV : apprentissage des techniques de progression.
 - UF EV : expérimentation des techniques d'eau vive.
 - UF EQ : apprentissage des techniques d'équipement des sites.
 - UF ES : apprentissage des techniques de secours en canyon.
 - UF GV : apprentissage des techniques spécifiques aux grandes verticales.
 - UF CM : connaissance de l'environnement des canyons ; biocénose et connaissance du milieu.
 - UF CTA : apprentissage des techniques de progression en terrain d'aventure.
 - UF CH : apprentissage des techniques spécifiques aux conditions hivernales.
- remarque : il est conseillé de disposer d'une expérience dans des canyons variés et de participer à diverses sorties collectives.

Pour obtenir le brevet d' Initiateur :

- Obligation d'être majeur.
- Réussir l'Unité de Valeur Tests Techniques (UVTT).
- Réussir le stage de formation Initiateur.
- Avoir participé à l'UFCA : unité de formation commune aux activités.
- Disposer de la formation aux premiers secours (PSC1, ex AFPS ; ou formation équivalente professionnelle, SST ou profession médicale).

Moniteur

- Réussir le stage de formation Moniteur.

Les moniteurs d'Escalade ou initiateur d'Alpinisme (TA ou TM) a ant acquis les compétences du brevet initiateur canyon et disposant d'une solide expérience dans des canyons variés et surtout ayant participer à l'encadrement de sorties collectives peuvent se présenter au stage de formation moniteur après avoir validé l'UVTT.

Instructeur

- Valider le stage de formation Instructeur accessible aux moniteurs actifs depuis plus de deux ans et être sélectionnés en fonction de son implication dans la vie et les activités fédérales.
- En ayant participé à l'équipe pédagogique d'un ou plusieurs stages de la CNC et au moins un stage d'initiateur de la fédération.
- En encadrant un stage Moniteur dans un délai de 3 ans après entrée dans le cycle instructeur.
- En remettant un mémoire sur un sujet relatif à la discipline, à usage de la bibliothèque de formation de la CNC. Le sujet est établi entre chaque candidat et le jury de la CNC.

Les formations



Les unités de formation proposées par la CNC sont :

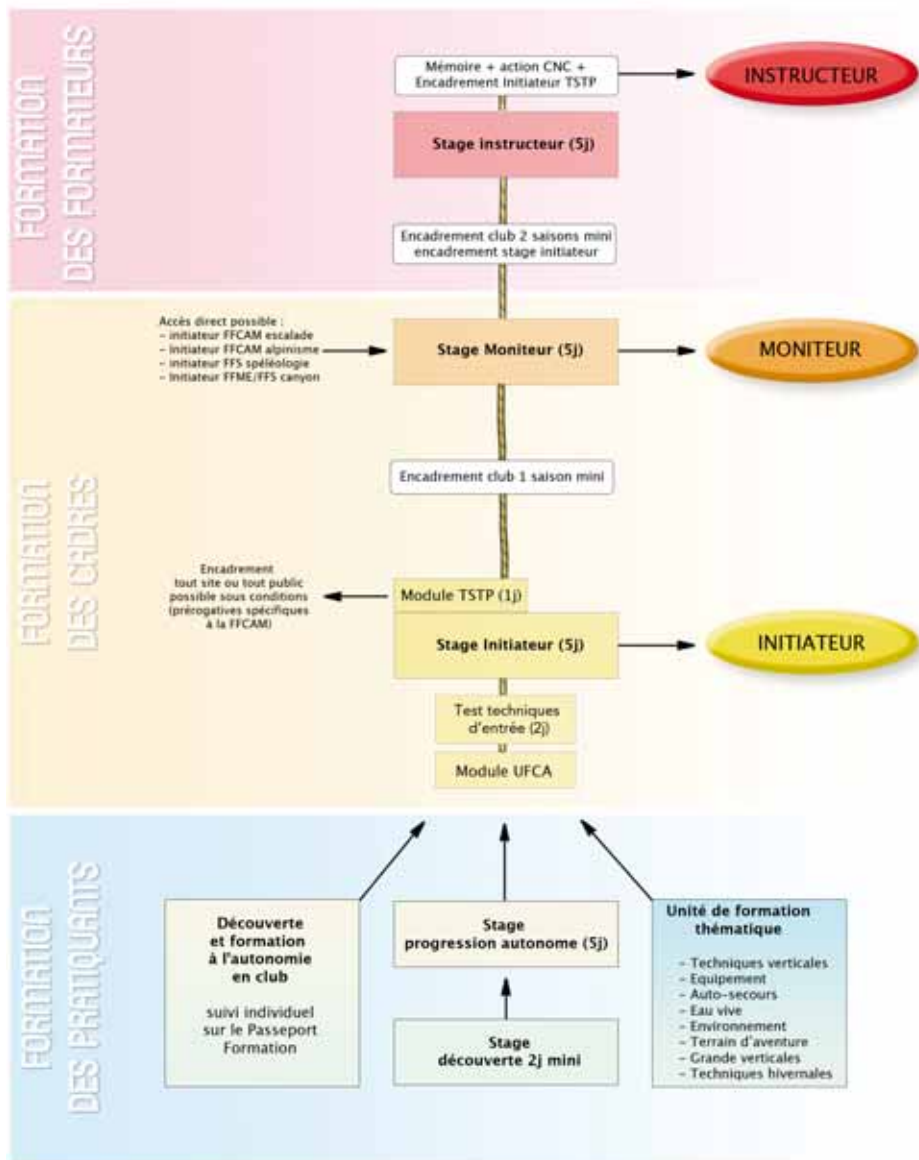
- **techniques verticales : UF TV** : apprentissage des techniques de progression, préparation aux tests techniques.
- **eau vive : UF EV** : expérimentation des techniques spécifiques de l'eau vive appliquées à la progression en canyon.
- **équipement : UF EQ** : mise en pratique des différentes techniques d'équipement.
- **secours : UF ES** : expérimentation du secours en canyon (alerte et secours).
- **grande verticale : UF GV** : mise en oeuvre des techniques spécifiques aux grandes verticales (progression, sécurisation des équipiers et du matériel).
- **environnement : UF CM** : observation rapprochée de la biocénose des canyons, connaissance du milieu.
- **terrain d'aventure : UF CTA** : descente de canyon en terrain classé « aventure » : apprentissage de moyens de fortune, gestion de la progression, équipement rapide des ressauts, accès.
- **technique hivernale : UF CH** : particularités et adaptation des techniques en conditions hivernales.

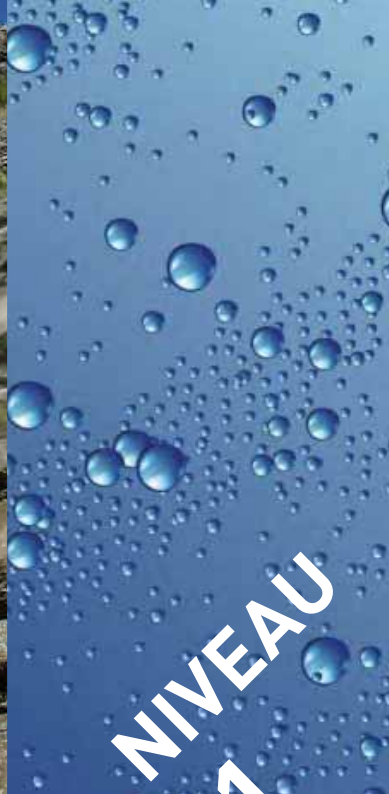
Les unités de validation proposées par la CNC sont :

- **progression autonome : UV PA** : validation du niveau autonome en progression. Cette validation permet de justifier d'un niveau de pratique requis pour les sorties proposés par des initiateurs. cette formation et validation est organisée par les clubs, elle peut l'être également sous forme de stage par les comités
- **tests techniques : UV TT** : validation des tests d'entrée au stage initiateur. Cette validation est requise pour l'inscription au stage d'initiateur ou de moniteur pour les stagiaires moniteurs issus d'autres disciplines à cordes.

Cursus

Synoptique du cursus de formation FFCAM de descente de canyon





**NIVEAU
1**



**JE DÉBUTE
EN CANYON**

Le matériel

La combinaison : en néoprène de 5 ou 5,5 mm et une paire de chaussettes en néoprène.

deux versions :

- intégrale monopiece : elle n'est pas conseillée car réduit l'épaisseur de néoprène sur le tronc (cas d'eau fraîche) et ne permet pas de modularité (usage obligatoire du haut et du bas simultanément).
- deux pièces : la protection est accrue sur le corps et il est possible de n'utiliser qu'une partie selon le contexte du canyon.

Le casque : protège votre bien le plus précieux.

- de type montagne monocoque enveloppant.
- doit être adapté à la pratique canyon.

Les chaussures :

- des chaussures de sport fermées pour débuter peuvent suffire.

Le baudrier :

- dévolu au canyonisme,
- cuissard d'escalade, uniquement avec protection toile PVC des cuisses ou culotte PVC.

Le descendeur :

- huit.

La longe :

- double, en corde dynamique; il faut 2,5m environ de longueur pour confectionner cette paire de longues, avec deux mousquetons à vis.

Connaissances

Je connais le matériel que j'utilise.

☐ ☐

Je connais les codes sonores et gestuels « OK » ou libre et "STOP".

☐ ☐

J'arrive à me déplacer en canyon.

☐ ☐

Je connais les règles de sécurité élémentaires.

☐ ☐

Comportement

Je sais adopter une attitude responsable et adaptée à la pratique.

☐ ☐

Je sais appliquer les consignes du cadre.

☐ ☐

Savoir-faire SÉCURITÉ

Je sais mettre mon ensemble néoprène.

☐ ☐

Je sais mettre mon baudrier.

☐ ☐

Savoir-faire Progression

Je sais utiliser mes longues.

☐ ☐

Je suis capable de réaliser une descente en rappel simple.

☐ ☐

Je suis capable de réaliser un toboggan simple.

☐ ☐

Je suis capable de réaliser un saut facile.

☐ ☐

☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Je soussigné(e) Mr, Mme.....

titulaire du diplôme de

Atteste, à ce jour, que le titulaire de ce livret maîtrise les compétences requises du **Niveau 1**.

Fait à..... le.....

Signature du cadre habilité :

Cachet du club

Liste de courses

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

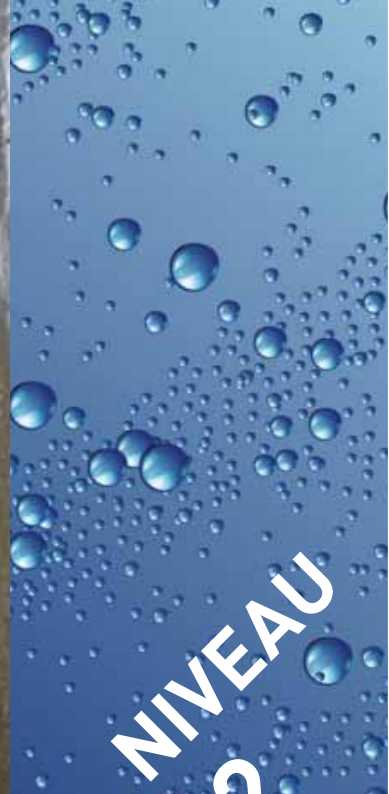
date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :



NIVEAU
2



Je deviens autonome
en canyon

Matériel pour l'autonomie

Avec l'engagement dans la discipline

- un sifflet.
- un sac canyon.
- matériel de remontée sur corde.
- des mousquetons à vis supplémentaires.
- un bidon étanche contenant à minima :
 - une lampe frontale.
 - une couverture de survie.
 - vivres de course.



Connaissances

Je sais choisir, vérifier et utiliser mon équipement et mon matériel de progression.	☐	☐
Je sais réaliser et placer une paire de longes.	☐	☐
Je connais les codes sonores et gestuels.	☐	☐
Je sais me déplacer en canyon (avec aisance).	☐	☐
Je sais réaliser les principaux noeuds utilisés en canyon (huit, demicab, mule, pêcheur double, cabestan).	☐	☐
Je sais me préparer ; je connais mes capacités.	☐	☐

Progression

Je sais utiliser un descendeur sur corde simple/double avec un frein adapté.	☐	☐
Je sais franchir une main courante multi-points en sécurité.	☐	☐
Je sais franchir une déviation.	☐	☐
Je sais descendre un rappel guidé ou une tyrolienne.	☐	☐
Je suis capable de réaliser une clef d'arrêt sur descendeur.	☐	☐
Je suis capable de franchir un relais fractionné.	☐	☐

Progression Verticale

Je suis capable d'utiliser un amarrage.	☐	☐
Je suis capable de fixer une corde sur un amarrage naturel ou artificiel.	☐	☐
Je sais enkiter une corde.	☐	☐
Je suis capable d'isoler une usure anormale de la corde au cours de ma descente.	☐	☐
Je suis capable de me longer en sécurité.	☐	☐
Je connais la technique gestuelle pour la descente d'un toboggan.	☐	☐
Je connais la technique gestuelle pour sauter.	☐	☐

Progression Verticale

Je sais gérer mon sac (responsabilité, transport, flottaison).



Je suis capable de m'auto-assurer en descente et d'assurer un coéquipier.



Réchappe

Je suis capable de passer un noeud à la descente.



Je suis capable de faire une conversion descente/montée.



Je suis capable de remonter sur corde simple.



Je sais réaliser des noeuds autobloquants.



Je connais au moins un système mécanique autobloquant.



Je sais improviser un descendeur.



Progression Aquatique

J'ai des notions sur les dangers de l'eau vive en général.



Je suis capable de récupérer un objet immergé à trois mètres de fond.



Je suis capable de vérifier l'encombrement d'une vasque.



Je suis capable de nager 25 mètres en eau calme.



Technique Equipement

Je connais les règles de sécurité élémentaires pour la conception d'un amarrage.



Je suis capable d'apprécier la qualité d'un amarrage.



Vie Fédérale

Je connais le milieu fédéral à l'échelon du club.



J'ai des notions du fonctionnement de la fédération.



☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Liste de canyons

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

date : lieu :

Je soussigné(e) Mr, Mme.....

titulaire du diplôme de

Atteste, à ce jour, que le titulaire de ce livret maîtrise les compétences requises du **Niveau 2**.

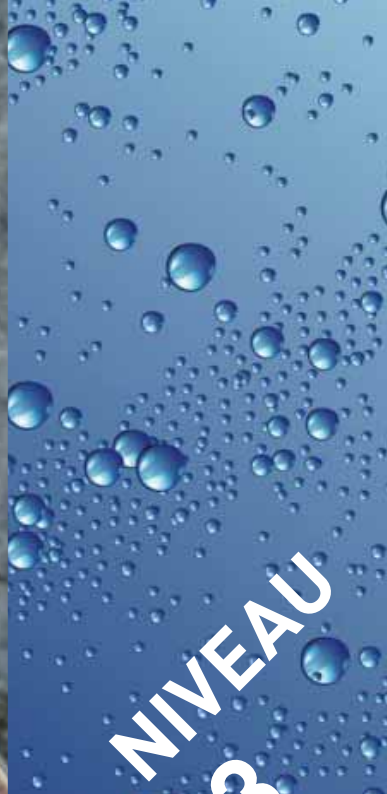
Il a acquis les compétences nécessaires pour évoluer de façon autonome en canyon.

Fait à..... le.....

Signature du cadre habilité :

Cachet du club





NIVEAU 3



INITIATEUR
canyon

Tests techniques uniformisés FFS/FFME/FFCAM de capacité Initiateur

Nom : Prénom :

Session du : à :

ATELIER 1 : Au sol ou proche du sol ou vire sécurisée, avec ancrages type canyon

	Réalisé	Echec	Observations
Vérifier le matériel individuel, lister le matériel individuel, collectif et de secours (normes et règles de sécurité)			
Réaliser les nœuds usuels : simple, huit, cabestan, demi-cabestan, mule, Machard, français et raboutage			
Réaliser les différents montages de descente avec un huit et justifier leur utilisation			
Connaître les codes de communication visuelle et sonore en canyon			
Vérifier et utiliser un double amarrage (main courante, descente) ; savoir en expliquer le fonctionnement			
Expliquer les différentes solutions permettant de gérer des frottements de corde			

ATELIER 2 : Parcours de progression sur corde préinstallée 1 brin (matériel habituel)

	Réalisé	Echec	Observations
Réaliser une remontée sur corde			
Franchir une main courante multipoints			
Installer son descendeur et se délonger en sécurité			
Franchir un rappel dévié			
Franchir un nœud à la descente			
Réaliser une conversion montée/descente et descente/montée			
S'arrêter en cours de descente et réaliser une clef d'arrêt sécurisée			
Franchir un relais			

ATELIER 3 : Parcours d'équipement en falaise.

	Réalisé	Echec	Observations
Enkiter une corde			
Equiper une main courante rappelable sans point intermédiaire auto assuré			
Installer un rappel débrayable du haut			
Montrer une assurance du haut (boucle ou corde d'assurance)			
Gérer la descente en tant que dernier			
Assurer la descente d'un équipier depuis le bas de la cascade			

ATELIER 4 : Technique aquatique

	Réalisé	Echec	Observations
Réaliser une recherche d'objet en apnée par 3m de fond en eau calme			
Réaliser un saut ciblé de 3m de hauteur et expliquer les règles de sécurité			
Réaliser et expliquer la technique de franchissement d'un toboggan			

Point éliminatoire : à aucun moment les stagiaires ne devront se retrouver sans sécurité ou en situation de facteur de chute 1 (ou plus).

Matériel initiateur

Un téléphone portable

La trousse de rééquipement :

- marteau, tamponnoir
- spits, tuyau à souffler les débris, jeu de pitons
- anneaux de sangle, de corde, maillons soudés ou rapides
- plaquettes, vis, clef à molettes, crochets "goutte d'eau"

Le bidon : (Il s'alourdit un peu plus avec) :

- une pharmacie , idéalement embarquée dans un bidon dédié
- quelques barres énergétiques supplémentaires pour dépanner
- pastilles purificatrices
- une lampe frontale supplémentaire de dépannage
- réchaud, briquet, potage, café/thé
- gants néoprène de secours
- élastiques à cheveux
- Un masque de plongée : ou lunettes de piscine.

Pour les courses à caractère aquatique :

- une corde de sécurité à lancer

Pour les courses très verticales :

- cordelette pour rappel de corde
- matériel de remontée efficace
- supplément de matériel de rééquipement
- protections de cordes supplémentaires
- matériel d'auto-assurance efficace



Connaissance du Matériel

Etre capable de vérifier le matériel individuel collectif et de secours (EPI).	☐	☐
Etre capable d'assurer la gestion du matériel collectif et de secours (E.P.I).	☐	☐
Connaître les différents modèles de mousquetons , leur utilité et les précautions d'emploi (mousqueton en appui avec le rocher).	☐	☐
Avoir des notions sur la constitution et la résistance des cordes.	☐	☐
Savoir composer une trousse de rééquipement complète.	☐	☐

Technique Equipement

Etre capable de vérifier et d'utiliser un amarrage.	☐	☐
Connaître les règles de sécurité élémentaires pour la conception d'un amarrage naturel et/ou artificiel.	☐	☐
Connaître les différents modèles de plaquettes et leur utilisation.	☐	☐
Savoir serrer ou resserrer correctement une plaquette.	☐	☐
Connaître le phénomène d'électrolyse.	☐	☐
Connaître et savoir utiliser les différentes catégories et formes de pitons.	☐	☐
Etre capable de placer correctement une cheville auto foreuse.	☐	☐
Connaître les différents modèles de sangles, savoir les vérifier et les utiliser.	☐	☐
Avoir une idée générale sur les différents types d'ancrages (mécanique ou chimique) et des notions de résistance.	☐	☐

Progression verticale

Etre capable de choisir, d'utiliser et de transporter une corde.	☐	☐
Connaître l'intérêt et l'utilisation des sacs à corde.	☐	☐
Savoir choisir le nombre et la longueur des cordes nécessaires pour une course.	☐	☐

☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Progression Verticale

Etre capable de gérer les sacs dans le franchissement d'obstacles.



Avoir des notions sur un facteur de chute.



Mains Courantes

Etre capable d'installer une main courante rappelable en auto-moulinette avec points intermédiaires de progression.



Etre capable d'installer seul, une main-courante rappelable avec points intermédiaires.



Etre capable d'installer une main-courante rappelable, en étant assuré par un co-équipier.



Techniques de descente

Etre capable de mettre en place une technique de descente adaptée à l'obstacle et du passage du groupe.



Connaître la mise en place d'un rappel guidé pour le premier équipier.



Etre capable d'installer et d'utiliser un rappel débrayable simple.



Etre capable d'installer et d'utiliser un rappel avec 2 brins indépendants.



Savoir utiliser les techniques de moulinette du haut.



Etre capable d'installer un système en boucle (débrayable du bas et/ou, guidage).



Etre capable d'installer une déviation.



Etre capable d'équiper et de gérer avec un groupe, une succession de relais.



Etre capable de tendre une corde guide depuis le bas d'un obstacle.



Savoir installer une tyrolienne rappelable (installation de la corde, mise en tension, utilisation).



Etre capable de mettre en place et de gérer une tyrolienne



Progression Aquatique

Je suis capable d'effectuer un départ plongé et une traversée de rivière (bac).



☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Techniques de progression

Connaître les précautions d'usage avant de s'engager dans un rappel.



Etre capable d'instaurer la méthode de communication (code sonore et gestuel).



Savoir gérer les problèmes spécifiques liés aux frottements (protéger, dévier, etc).



Connaître les précautions d'usage pour le rappel de la corde.



Maîtriser l'assurance du haut et du bas contre les risques de chute.



Etre capable d'installer et d'utiliser un rappel avec 2 brins indépendants.



Savoir utiliser les techniques de moulinette du haut.



Réchappe

Je suis capable de remonter sur corde double.



Etre capable de faire face aux aléas ou à la perte de matériel.



Etre capable de transporter une corde sans sac



Encadrement, pédagogie et sécurité

Etre capable de se préparer en fonction des caractéristiques de la marche d'approche A/R (hyperthermie, déshydratation).



Etre capable d'encadrer un groupe (prise de contact, être attentif, sécurisant, maîtrise du groupe, communication, dynamisme).



Etre capable de se faire reconnaître comme le responsable du groupe.



Etre capable d'apprécier le niveau du public (aisance, témérité, volonté).



Etre capable de donner des consignes claires et efficaces et d'assurer des choix.



Etre capable de décider de renoncer, de s'échapper ou de changer d'objectif.



Etre capable d'anticiper sur les obstacles (reconnaissance, évaluation des difficultés).



Encadrement, pédagogie et sécurité

Etre capable d'adapter les techniques de progression et de sécurité en fonction du groupe et de la configuration du canyon (rapidité, efficacité, adaptation).	☐	☐
Etre capable d'installer un équipement confortable et lisible pour le pratiquant.	☐	☐
Etre à même de sécuriser la zone d'accès de départ et d'arrivée d'un obstacle (consigne, aménagement).	☐	☐
Etre capable de se placer en fonction des personnes et du terrain pour aider, conseiller, rassurer.	☐	☐
Etre capable de se déplacer avec aisance et rythme en assurant sa sécurité et celle de son groupe dans les différentes configurations d'un canyon : blocs, sol glissant, escalade, désescalade.	☐	☐
Etre capable d'évaluer des stagiaires et faire un bilan d'une séquence de formation.	☐	☐
Etre capable d'enseigner en toute sécurité les techniques requises pour la progression personnelle.	☐	☐
Etre capable de composer un groupe en fonction des conditions de la course et de ses capacités.	☐	☐
Etre capable de préparer une sortie.	☐	☐
Etre capable de lire un topo-guide et d'évaluer la difficulté d'un canyon.	☐	☐
Etre capable de choisir un canyon adapté au groupe et aux prérogatives de l'initiateur.	☐	☐
Etre capable d'utiliser les outils d'aide à la décision.	☐	☐

Secours

Etre titulaire d'un diplôme de premier secours.	☐	☐
Etre capable de confectionner une trousse de premier secours pour l'activité.	☐	☐
Etre capable d'anticiper et de reconnaître les signes de stress, de fatigue, d'hypo et hyperthermie et de réagir en conséquence.	☐	☐
Etre capable de déplacer une victime légère, la mettre en attente et d'organiser un point chaud, faire un bilan traumatique, donner l'alerte et organiser un secours.	☐	☐
Etre capable d'aborder un équipier en détresse dans l'eau et de le remorquer.	☐	☐
Etre capable d'évacuer vers le bas une personne bloquée sur corde (coupé de corde).	☐	☐
Etre capable de venir en aide à un équipier au moyen d'une corde de secours (intervention directe).	☐	☐

☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Biotope et environnement

Etre capable d'adopter une attitude soucieuse du respect de l'environnement, des autres usagers et riverains.



Etre capable de décrire l'impact de la pratique du canyon sur le milieu naturel et de favoriser des comportements adaptés.



Etre capable d'analyser l'environnement humain dans lequel se situe un site de pratique et de favoriser des formules adaptées.



Météorologie

Connaître les notions élémentaires de météorologie appliquées au domaine montagnard.



Etre capable de mobiliser les différentes sources d'information météorologiques et les comprendre.



Etre capable d'adopter les attitudes et les comportements adaptés en fonction des données observables de la météorologie (lecture du ciel, pression, hygrométrie, vent).



Cartographie - Orientation

Etre capable de se repérer et de s'orienter à l'aide d'une carte.



Etre capable de choisir un itinéraire.



Etre capable d'établir et interpréter un croquis topographique d'un canyon (mesure de distance, d'altitude et de direction, reconnaître les éléments d'une carte sur le terrain).



Géologie

Avoir des notions sur les possibilités d'équipements prévisibles en fonction de la roche.



Avoir des notions sur la géomorphologie des canyons en fonction du type de roche.



Etre capable de décrire les principes de formation des canyons.



Hydrologie

Avoir des notions de régimes hydrologiques (climat, saison, fonte des neiges).



Avoir des notions sur les particularités des zones karstiques.



Etre capable d'évaluer l'engagement d'un canyon à partir de la connaissance du milieu naturel (géologie, couverture végétale, régime hydrologie, météorologie).



Etre capable de tenir compte du bassin hydrologique, affluent, barrage, débit, traversée de collecteur.



☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Liste de canyon

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

date : lieu : quotations:

Liste de canyon

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

date :	lieu :	quotations:
--------	--------	-------------

Je soussigné(e) Mr, Mme.....

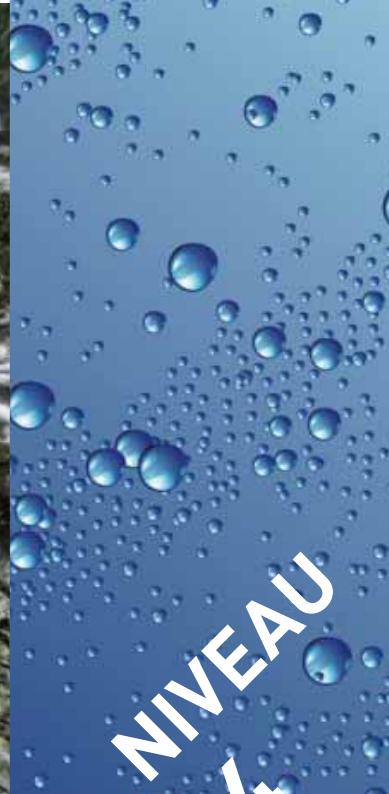
titulaire du diplôme de

Atteste, à ce jour, que le titulaire de ce livret maîtrise les compétences requises du **Niveau 3**.

Fait à..... le.....

Signature du cadre habilité :

Cachet du club



NIVEAU
4



MONITEUR
canyon

Connaissance du Matériel

Connaître les principaux modèles de descendeurs et leur intérêt par rapport à l'activité.



Technique Equipement

Avoir des notions sur l'utilisation des scellements.



Avoir des notions de résistance sur les différents types d'ancrages mécaniques.



Avoir des notions sur la résistance des roches et sur les types d'ancrages adaptés.



Etre capable de participer à l'équipement d'un site.



Avoir des notions sur les efforts engendrés par les mains courantes (élasticité de la corde, présence de câbles).



Progression Verticale

Savoir installer un rappel guidé sur corde indépendante (avec une ou deux cordes).



Connaître l'utilisation de la technique du rappel décalé (déviation humaine).



Savoir appréhender les mains courantes en place (presence de cordes, sangles, câbles).



Connaître la technique de moulinette alternée (usage des deux brins en alternance pour passage du groupe).



Connaître différentes manières d'acheminer les brins de la corde de progression.



Etre capable d'installer et d'utiliser un rappel débrayable double.



Etre capable de gérer le passage d'une déviation avec un groupe.



Etre capable d'installer deux brins de descente indépendants et débrayables.



Connaître et maîtriser l'ensemble des possibilités offertes grâce aux rappels débrayables simples.



Progression Aquatique

Etre capable de gérer la progression d'un groupe en eau vive.



Etre capable de récupérer un équipier avec une corde de sécurité à lancer et à la nage.



☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Secours

Etre capable de descendre sur corde tendue.

☐ ☐

Etre capable de réaliser un noeud largable.

☐ ☐

Etre capable de décrocher un équipier bloqué sur corde depuis le bas d'un rappel.

☐ ☐

Etre capable de mettre en place un palan de fortune.

☐ ☐

Connaître les techniques de rappel des cordes trop courtes.

☐ ☐

Etre capable d'équiper correctement un site.

☐ ☐

Structures Fédérales

Etre capable d'organiser un stage ou un programme de formation.

☐ ☐

☐ Je m'évalue ☐ Validation du cadre

Je soussigné(e) Mr, Mme.....

titulaire du diplôme de

Atteste, à ce jour, que le titulaire de ce livret maîtrise les compétences requises du **Niveau 4**.

Fait à..... le.....

Signature du cadre habilité :

Cachet du club



CANYON ATTITUDE



La Charte Canyon Attitude

Cette charte invite à une pratique responsable de la descente de canyon et au respect de notre environnement. Dans la nature, tout est lié. Chaque attitude peut avoir un impact sur ce qui nous entoure. Prenons en conscience et soyons des acteurs responsables.

Avant de partir en canyon :

- Je choisis un canyon adapté aux conditions, au niveau technique et au nombre des participants.
- Je m'informe des conditions météorologiques et des éventuelles régulations / variations du niveau d'eau.
- Je prends les informations sur l'organisation de la pratique locale (autorisations, dates et horaires de pratique, zones de stationnement, accès et retours, consignes particulières ...).
- J'adapte l'effectif du groupe à la fréquentation du canyon et à sa vulnérabilité (présence de gravières, tufs, faune, flore...).
- Je suis attentif à l'impact de mes moyens de déplacement, j'utilise le train, le covoiturage, ... et la marche à pied.
- J'évite les navettes, je préfère la randonnée.
- Je prépare mon sac à l'avance et m'équipe / déséquipe discrètement en dehors des zones d'habitation.
- Je respecte les zones de stationnement.
- Je sais renoncer.

En canyon :

- Je respecte les propriétaires et tous les aménagements (clôtures, cultures, prises d'eau,...).
- Je respecte les autres « utilisateurs » (pêcheurs, chasseurs, randonneurs, baigneurs, ...).
- Dans les divers cheminements j'utilise les sentiers prévus, j'évite de piétiner le lit de la rivière inutilement (sentier de bordure, nage, ...) et je veille à ce que tout le monde passe au même endroit.
- Je reste discret et veille à ne pas déranger ou dégrader le milieu.
- Je veille à laisser le site propre : je ne laisse ni débris (biodégradable ou non) ni cordes ou autres « mauvais » équipements en place.
- Je suis un témoin privilégié de l'environnement canyon et réfère de mes observations particulières en mairie ou gendarmerie et à la permanence du réseau alerte : www.canyoning.com/alerte .

De manière générale :

- J'évalue les conséquences de mes propres actions.
- Je fais passer le message de Conscience et Respect.
- J'affirme que les pratiquants de la descente de canyon ne sont pas de simples consommateurs d'activité mais sont des acteurs directs de l'environnement.
- Je favorise, si possible, la communication avec les interlocuteurs locaux pour une approche commune sur les sites de pratique.



**NIVEAU
5**



**INSTRUCTEUR
canyon**

PARCOURS

Date d'entrée en formation : __ / __ / ____

MODALITES

Stage encadré : Thème : Date : Lieu :

Stage Instructeur : Date : Lieu :

Contribution fédérale (mémoire/action) :.....
.....
.....
.....

NOMINATION

Le titulaire de ce livret est promu Instructeur de descente de canyon de la F.F.C.AM.

Fait à..... le.....

Signature des Instructeurs référents :



Stages réalisés

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Stages réalisés

Lieu : Date :
Thème :
Responsable du stage :Qualité :
Observations :
.....
.....
Date et signature :

Lieu : Date :
Thème :
Responsable du stage :Qualité :
Observations :
.....
.....
Date et signature :

Lieu : Date :
Thème :
Responsable du stage :Qualité :
Observations :
.....
.....
Date et signature :

Lieu : Date :
Thème :
Responsable du stage :Qualité :
Observations :
.....
.....
Date et signature :

Encadrement de stage

Encadrements réalisés

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Lieu :Date :

Thème :

Responsable du stage :Qualité :

Observations :
.....
.....

Date et signature :

Encadrement de stage

Encadrements réalisés

Lieu :	Date :
Thème :	
Responsable du stage :Qualité :	
Observations :	
.....	
.....	
Date et signature :	

Lieu :	Date :
Thème :	
Responsable du stage :Qualité :	
Observations :	
.....	
.....	
Date et signature :	

Lieu :	Date :
Thème :	
Responsable du stage :Qualité :	
Observations :	
.....	
.....	
Date et signature :	

Lieu :	Date :
Thème :	
Responsable du stage :Qualité :	
Observations :	
.....	
.....	
Date et signature :	

Date :

Nom du Canyon :

CANYON TEST - OUTIL D'AIDE A LA DECISION

1. Conditions générales préalables défavorables :

SI OUI :

- Période de fonte des neiges -60
- Période pluvieuse ou précipitations au cours des 3 derniers jours :
 - Fortes pluies - 70
 - Pluies modérées - 50
- Prévisions météo :
 - fortes pluies ou orage - 200
 - averses - 100
- Terrain imperméable ou saturé en humidité - 90
- Importance du bassin versant : mettre un chiffre entre 0 et -120, si je ne sais pas évaluer mettre - 120

2. Conditions du jour :

- Le niveau d'eau est manifestement élevé (bien au dessus de la normale) ou je ne sais pas l'évaluer - 150
- Précipitations :
 - Forte pluie ou tendance orageuse - 300
 - Temps pluvieux - 150
- Engagement du canyon :
 - Canyon coté V ou VI en engagement - 120
 - Canyon coté IV en engagement - 90
 - Canyon coté III en engagement - 20

3. Participants :

- Nombre de participants :
 - Groupe > 8 - 90
 - Groupe compris entre 5 et 8 - 40
 - Groupe < 3 - 70
- Présence d'équipier(s) non autonome (s) techniquement - 50
- Présence d'équipier(s) à faible condition physique ou en état de fatigue - 50
- Absence de leader expérimenté (ayant suivi une formation fédérale ou professionnelle dédiée à l'encadrement en tout type de canyon) - 150
- Manque de prise d'information sur les conditions préalables et/ou la topographie - 150
- Le leader n'a jamais parcouru le canyon et /ou il ne connaît pas les échappatoires - 90

4. Connaissances et aspects psycho-comportementaux :

- Des éléments "extérieurs" (long déplacement, investissement financier, absence de solution de remplacement, jusqu'au boutisme, besoin de reconnaissance...) rendent difficile la décision de renoncer au projet initial - 90

TOTAL rouge : -

5. Conditions favorables :

- Beau temps anticyclonique, météo optimiste + 50
- Canyon à difficultés aquatiques habituellement = 4 + 30
- Canyon à difficultés aquatiques habituellement ≤ 3 + 60
- Canyon coté I ou II en engagement + 50
- Groupe compris entre 3 et 4 + 20

6. Compétences favorables :

- Présence de participant(s) expérimenté(s) (ayant suivi une formation fédérale ou professionnelle dédiée à l'autonomie) + 50
- Présence de leader expérimenté (ayant suivi une formation fédérale ou professionnelle dédiée à l'encadrement en tout type de canyon) + 70
- Le leader connaît bien le canyon avec échappatoires et points particuliers + 50
- Le leader ou les participants connaissent bien et appliquent les règles de sécurité* + 70
- Les équipements individuels et collectifs sont irréprochables + 30
- Le choix du canyon est bien adapté aux conditions et au niveau des participants + 50
- Les participants sont prêts à re-décider et renoncer au projet initial + 40

TOTAL vert : +



Date :

Nom du Canyon :

NOTICE :

Se poser chacune des questions, en cas de réponse appropriée, prenez en compte le chiffre correspondant. Cumuler successivement les chiffres des réponses correspondantes et additionnez ces chiffres.

Faire le **total rouge des chiffres négatifs** auquel vous additionnez le **total vert**.

Total rouge + total vert ≥ 0 : la situation semble acceptable, mais toujours se méfier du parcours en utilisant toute la sécurité, le discernement et les recommandations d'usage.

Total rouge + total vert compris entre 0 et - 300 : la situation semble délicate, le risque commence à être important, seul un niveau d'expertise important peut permettre un engagement.

Total rouge + total vert $< - 300$: la situation il vaut mieux renoncer !

Respectez bien les règles de sécurité.

Cet outil n'est qu'un outil, il ne nous exonère pas, bien au contraire, de faire preuve de tout le discernement nécessaire à la pratique du canyonisme en Conscience.

N'appliquez pas « mécaniquement » réfléchissez bien !

Les compléments essentiels.

Le présent test s'appuie sur la connaissance des normes établies par les fédérations avec l'aide des professionnels :

- Normes de classement technique : classement et système de cotations des canyons
- Règles de sécurité : règles fondamentales de la pratique
- Normes d'encadrement : brevets fédéraux et préonisations d'encadrement
- Normes d'équipement : description des règles pour l'équipement

Mise en ligne. <http://www.centre-formation-canyon.fr/le-canyon-test-un-outil-daide-a-la-decision.html>



Retrouvez toute l'actualité, les infos et les documents utiles sur CNC-FFCAM

cnc-ffcam.fr

C'est l'outil de communication et d'archivage des documents de la commission nationale de descente de canyon de la fédération française des clubs alpins et de montagne.

Il vous informe sur les événements à venir, le calendrier des stages, l'actualité canyon et propose aussi des articles sur différents thèmes. On peut également y découvrir le fonctionnement de la FFCAM, celui de la CNC et de son école, trouver un club, contacter un membre de la CNC ou un Délégué Technique Régional.

C'est surtout un lieu de partage des connaissances et de stockage des publications et documents de référence concernant les formations canyon. Vous pouvez devenir acteur du site cnc-ffcam.fr en proposant des informations ou des articles mais également rejoindre le forum de discussion de la CNC en utilisant le formulaire de contact.

CNC-FFCAM

Le portail de la commission nationale de descente de canyon
de la fédération française des clubs alpins et de montagne



Accueil

La CNC

Formation

Bibliothèque

Evénements

Articles

Vidéos

Contact



Canyon du Versoud (Jura)
Pays : BSLA Chaux

clubalpin.com



Directeur de publication :
Georges Elzière.

Création/Rédaction :
Gérald FRECHIN

Crédits photos :
Olivier GOLA, Gérald FRECHIN

Relecture : Florent DUBREUIL, Véronique SCHERDING, François TOURNOUX,
Stefan WAGNER, Gilbert DJURAKDJIAN, Didier RAPPIN, Mathilde HAUSER,
Emmanuelle FRECHIN, Olivier GOLA, Nicolas RAYNAUD, Pierre FAIVRE, Victor
DELMAS.

2^e publication : mars 2016
FFCAM, 24 avenue de Laumière, 75019 Paris

www.clubalpin.com

24, avenue de Laumière - 75019 Paris

01 53 72 87 08 - activites@ffcam.fr



fédération française
des clubs alpins
et de montagne