



# Mémento de la formation à l'alpinisme

**Commission nationale alpinisme**



## Historique

La première version de ce mémento a été diffusée en 2000 à destination des Initiateurs Alpinisme de la FFCAM et des instructeurs appelés à délivrer les brevets. Les méthodes qui y figurent ont constitué la référence des techniques présentées dans le mémento Petzl -UIAA.

Cette nouvelle version le complète en décrivant l'état actuel de l'organisation de la formation Alpinisme de la FFCAM et en améliorant le contenu des méthodes pédagogiques à partir de l'expérience acquise depuis une quinzaine d'années.



*Mais le plus important c'est de revenir.....*

# Sommaire

## Partie I: Organisation (page 4 à 32 )

### **1- Présentation**

1-2 – Le cursus de formation

### **2- Référentiels et programmes de formation**

2-1 Journées Découverte

2-2 - Les formations de club

2-3 - Les formations de niveau départemental ou régional

2-4 - Préparation à l'encadrement

2-5 - Les formations de cadres fédéraux

### **3- Les contenus des formations**

3-1 Vers l'autonomie en alpinisme

3-2 UF1 Vers l'autonomie sur la neige (AFIAL1)

3-3 UF2 Vers l'autonomie en terrain montagne (varié) et assurance en mouvement (AFIAL2)

3-4 UF3 Vers l'autonomie en rocher en terrain d'aventure (ALIAL3)

3-5 UF4 Vers l'autonomie- Progression sur terrain glaciaire (ALIAL4)

3-6 UF5 Vers l'autonomie en cascade de glace (AFIAL5)

3-7 Annexe: pré-requis des UF

3-8 Exemple de groupe départemental de formation d'initiateur Alpinisme

3-9 Fonctionnement des groupes Promotion et Espoir et rôle du guide

3-10 Contenu de la formation initiateur terrain montagne (TM)

3-11 Programmes des stages Initiateur et UV1 TA

3-12 Programme initiateur et UV technique cascade de glace

3-13 Les recyclages

## Partie II: Ateliers (page 33 à 80 )

### **4- Principes de pédagogie**

4-1 La formation : un objectif de la fédération française des clubs alpins et de montagne

4-2 Le programme du stage:

4-3 Le terrain:

4-4 La stratégie:

4-5 Situations pédagogiques:

### **5- Les ateliers**

5-1 - Présentation des méthodes

5-2 - Ateliers de rocher

5-3 - Ateliers neige

5-4 - Ateliers glace

5-5 - Ateliers glacier enneigé

5-6 - Ateliers de terrain varié

5-7 - Ateliers Cascade de glace

### **6 - Les courses**

6-1 Choix des courses

6-2 Préparation et conduite d'une course

6-3 Recommandations pratiques pour les courses d'alpinisme

6-4 TABLEAUX d'aide à la décision en alpinisme..

### **7- Comment organiser un stage ou une expédition**

7-1 Organiser un stage

7-2 - Comment organiser une expédition lointaine

### **8- Organisation des stages de cadres**

8-1 Organisation des stages initiateurs – rôles de l'instructeur et du guide

8-2 L'évaluation des stagiaires

## Partie III: Recommandations règlements (page 80 à 126 )

### **9 – Protection du milieu et préservation du TA**

### **10- Contrôle des E.P.I.**

### **11- Annexes ( règlements et aides techniques )**

### **12 - Bibliographie**

# Partie I: Organisation

# 1- Présentation

Ce mémento n'est pas un manuel technique. C'est un guide pédagogique visant à aider à la mise en œuvre du cursus de formation à l'alpinisme défini par la commission nationale d'alpinisme (CNA). Il propose des principes d'organisation des formations : référentiels et programmes des stages, ateliers, principaux enseignements, ...

Il peut être utilisé aussi bien par un instructeur qui doit organiser et encadrer un stage de validation des initiateurs d'alpinisme, que par un initiateur pour animer la formation au sein de son club.

Dans la pratique, on veillera à expliquer des choix entre différentes méthodes à partir d'une meilleure connaissance des principes, des avantages et des inconvénients relatifs aux techniques à maîtriser... sans chercher à en imposer une seule prétendue la meilleure.

Bien souvent pour assurer sa sécurité, il faut pouvoir construire une solution « nouvelle » en s'adaptant aux circonstances particulières de chaque situation.

Il est donc très important d'orienter la formation vers une autonomie de réflexion par opposition à une formation dirigée cherchant à faire acquérir uniquement des réflexes.

Pour cela les cycles de formation seront organisés de façon à inciter les débutants à se placer au plus tôt, en position de premier de cordée. Au préalable la réalisation d'exercices en atelier, tels qu'ils sont décrits dans ce mémento, permettra de les familiariser avec les techniques de progression et d'assurage, et leurs conditions d'utilisation. Ils pourront ainsi s'engager dans des itinéraires à leur portée, avec la confiance nécessaire pour passer en tête.

Il faudra aussi que les formateurs veillent à corriger les techniques inadaptées issues de l'apprentissage de l'escalade en milieu aseptisé, notamment dans les dimensions spécifiques de la pratique de l'alpinisme :

- connaissance du milieu et évaluation des risques,
- importance des facteurs physiques et psychologiques des participants
- sûreté de la progression (gestuelle)
- maîtrise des techniques d'assurage,
- recherche de l'itinéraire, ...
- protection du milieu

Pour la description détaillée des techniques on peut se reporter aux ouvrages spécialisés (voir bibliographie en annexe )



## **1-2 Le cursus de formation**

Depuis 2014 les contenus d'initiation et de formation à l'autonomie en alpinisme ont été formalisés afin d'harmoniser les qualifications organisées dans les clubs. Les principales connaissances à acquérir sont définies selon les cinq types de terrain rencontrés en montagne : neige, terrain montagne avec assurage en mouvement, terrain d'aventure avec assurage en paroi rocheuse, glacier, cascade de glace.

L'acquisition de ces connaissances et la maîtrise des techniques de base sont constatées par un initiateur breveté au cours d'un week-end de validation organisé pour chaque type de terrain.

Chacune de ces qualifications est inscrite sur le livret «Vers l'Autonomie en Alpinisme » personnel de l'intéressé et enregistrée dans les fichiers fédéraux.

L'organisation de la formation des cadres fédéraux d'alpinisme a été définie par la commission nationale d'alpinisme (CNA). Elle est en constante évolution pour intégrer les nouvelles attentes des pratiquants, adapter les contenus des formations et des brevets aux perfectionnements techniques et pédagogiques, et rendre l'accès aux brevets fédéraux plus attrayant, tout en garantissant la qualification des futurs brevetés.

Cette organisation est schématisée sur deux organigrammes :

- le cursus Alpinisme qui concerne la pratique de l'alpinisme sur tous les types de terrain
- le cursus Cascade de Glace qui porte sur la pratique spécialisée de la cascade de glace

Ces organigrammes ne mentionnent pas les phases d'initiation et d'acquisition de l'autonomie en alpinisme assurées par les clubs et qui précèdent généralement l'entrée dans les cursus de formation des cadres fédéraux.

Comme pour l'ensemble des brevets d'initiateur FFCAM, l'obtention des brevets d'alpinisme est conditionnée par le suivi de la formation aux premiers secours et à la participation à l'unité de formation commune aux activités de la FFCAM. Cette formation commune comprend : l'historique et le fonctionnement des fédérations, l'organisation des activités et les responsabilités, la protection du milieu ainsi que les aspects physiques et médicaux de la pratique de la haute montagne.

# Cursus de formation Alpinisme (hors cursus Cascade de Glace)

Formations communes requises :  
Unité de Formation Commune aux Activités (UFCA) + PSC1 ou équivalent

## Terrain Aventure

**Pré-requis et formation dans les clubs :**  
sur un minimum de 2 ans, au moins 12 courses niveau AD / D  
Niveau exigé : 4b

ACCES DIRECT

Exceptionnel  
si programme  
technique  
considéré  
comme  
acquis

Unité formation  
autonomie en  
Alpinisme:  
1- Terrain d'Aventure

UV1 (autonomie)

**Stage  
technique  
Terrain  
d'Aventure**  
4 jours

Liste de 15 courses « Terrain d'Aventure »  
supérieures ou égales à D+, de plus de 4 longueurs  
réalisées en-tête ou en réversible sur 2 ans au minimum  
+ co-encadrement dans un club

UV2 (encadrement)  
**Stage validation pédagogique  
Terrain d'Aventure**  
4 jours

**Brevet d'Initiateur  
Fédéral CAF  
Terrain d'Aventure (TA)**

## Terrain Montagne

**Pré-requis et formation dans les clubs :**  
sur un minimum de 2 ans, au moins 12 courses niveau PD / AD  
Niveau exigé : 3c / 45° - Stage Neige et Avalanche conseillé

ACCES DIRECT

Unités formation  
autonomie Alpinisme  
1- Assurage en  
mouvement  
2- Neige  
3- Progression sur  
glacier

Exceptionnel  
si programme  
technique  
considéré  
comme  
acquis

UV1 (autonomie)

**Stage  
technique  
Terrain  
Montagne**  
7 jours

Liste de 15 courses « Terrain Montagne »  
supérieures ou égales à PD avec un minimum de 5 courses  
AD (en terrain mixte neige et rocher) réalisées en-tête ou en  
réversible sur 2 ans au minimum  
+ co-encadrement dans un club

UV2 (encadrement)  
**Stage validation pédagogique  
Terrain Montagne**  
7 jours

**Brevet d'Initiateur  
Fédéral CAF  
Terrain Montagne (TM)**

+

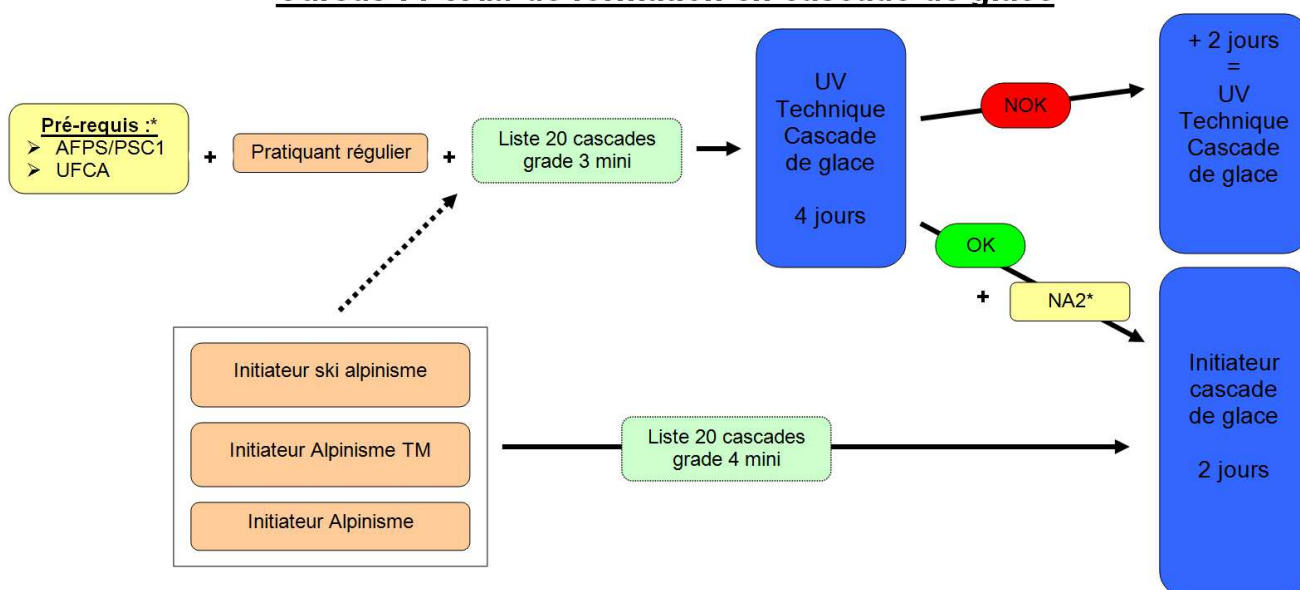
**Brevet d'Initiateur  
Fédéral CAF Alpinisme**

**Stages et validation Instructeur**  
Après une bonne pratique : 10 courses D en haute montagne et encadrement en club  
Co-encadrement d'un stage Initiateur Terrain Montagne  
+  
Stage final 2 jours avec la CNA

**Brevet d'Instructeur  
Fédéral CAF Alpinisme**



### Cursus FFCAM de formation en cascade de glace



\* Attestations pouvant être acquises après la formation cascade, mais nécessaires à la délivrance du Brevet

Validation CD du 16-03-2013



## **2 – Référentiels et programmes de formation**

Pour chaque niveau de qualification, un référentiel définit les compétences à acquérir et des programmes-types sont proposés

**2 – 1 Journées de découverte : cf techniques Grand Parcours**

**2 - 2 les formations de club**

**2 – 3 Groupes Promotion et Espoir départemental et régional**

**2 – 2 UF Vers l'Autonomie en Alpinisme :**

**2 – 4 Préparation aux brevets fédéraux**

**2 – 5 Initiateur TM**

**2– 6 Initiateur TA**

**2 – 7 Initiateur Cascade de glace**

**2 – 8 Recyclage**

**2 – 9 Instructeur**

(Pour les règlements voir les annexes)

## 2 - 1 Journées Découverte

### 2 - 1 - 1 Journées Découverte en club

Exemple

#### 2 - 1- 2 Techniques enseignées dans les Grands Parcours

L'objectif est de montrer les techniques les plus fondamentales de progression et d'assurage pour en faire comprendre l'utilité et la mise en œuvre. Sur une seule ou deux journées d'exercice, on ne surchargera pas le programme de formation. Pour chaque type de terrain et de mode de progression, on ne présente qu'une seule technique, sans envisager toutes les adaptations aux multiples circonstances que l'on peut rencontrer.

Principaux thèmes d'exercices

Progression non encordé : rocher, neige, glace

Assurage en mouvement : rocher et mixte, pente de neige, glacier

Assurage avec relais : matériel amovible d'assurage en rocher, couplage, relais, assurage du second et du premier, relais sur corps-mort, relais sur broches à glace, principes de protection dans les longueurs, gestion du tirage.

Le rappel : ancrage (rocher, glace / lunule Abalakov), longe, installation du rappel, descente avec auto-bloquant



**Arrêt dynamique de la chute du premier :**  
Réserve de corde  
Avoir le mou  
Rabattre progressivement la chute

#### Glacier enneigé

**Vous êtes certains d'arrêter une chute :**  
Progression simultanée sans points :  
Choix de l'itinéraire  
Longueur d'encordement => long  
Réserves de corde  
Gestion de la corde à 2  
Gestion de la corde à 3 (potence)

#### Mauvaises de sauvetage

**Mise en sécurité :**  
Arrêt de la chute (g)  
Installation du relais sous tension (h)  
Transfert de la tension sur le relais (i)  
Se libérer (j)

**Sauvetage de la victime :**  
Installation d'un mouflage (actif ou non) (k-l)  
Cautèlement du bord de la crevasse (m)  
Remonte de la victime  
Sortie de la crevasse (n)

**Auto sauvetage :**  
Remonter sur sonde  
Après faire du sac et du mou...  
Passer la tête de la crevasse

**Attention aux brûlures... sur les vestes**

**La corde est fendue**  
**Pas d'anneaux à la main**  
**Passer les crevasses 1 par 1**  
**Ne pas se regrouper.**

**Ne pas se faire entraîner**  
**Solidité du relais**  
**Transfert progressif**  
**Ne pas soulever le relais**

#### Rocher /Glace

**Vous n'êtes pas certains d'arrêter une chute ou de ne pas chuter :**  
Progression alternative avec relais (AD et +) :

Pour les progressions et pour le relais, le choix de l'ordre est toujours plus précis que celui du second et les forces ne jouent différemment (voir pages suivantes)

Le relais : ( voir page 7 )

#### Pour de points :

Commentaires liés aux points autres broches lunules...  
Rappel au sol /> points rapprochés ou écartés  
Couplage de points

**Ancrage du second**  
Pisquète, mouflage, demi-carabine  
Ranger le corde

**Aide au second**  
Débloquer une pisquète  
Bâtir/écarter  
Mouflage simple ou double  
Mouflage double

**Le rappel**  
Auto-sauvage avant de le poser  
Naval de rappel  
L'ancrage (verrelette, point(s), ...)  
Auto-bloquant  
L'ancrage  
Naval au bout  
Contrôles par le premier et le dernier

**Escalade artificielle**  
Pistes quels types  
États quels types  
TD (effacement)  
Les bricoles. Cas au bois, glaces...)

**Quelques notes :**  
Attention aux chaînes de points ou de progressions.  
Le grès ne permet pas d'avancer au second ou le talon.  
Vérifier toujours l'affidabilité de vos « quatuorze »



#### Notes

Grand Parcours EFCAM la Bérarde 2014

4

5

## 2.2 - Les formations de club

Les clubs organisent des formations visant à apporter aux débutants les connaissances de base permettant de pratiquer l'alpinisme en autonomie dans les meilleures conditions de performance et de sécurité. Ces connaissances ne seront véritablement acquises qu'avec une pratique en sorties encadrées que le club organisera dans un programme comprenant différents niveaux d'ampleur et de difficulté. On veillera à adapter le choix des courses aux capacités des participants de façon à ce qu'ils soient en mesure d'y exercer au plus tôt leur pleine responsabilité en premier de cordée. Dans cette perspective, il est aussi souhaitable d'encourager et aider les initiatives individuelles par la mise à disposition de documentation, la fourniture de conseils, ...

Ces activités sont généralement encadrées par les initiateurs, avec la participation de professionnels selon les besoins : manque de cadres bénévoles, perfectionnement plus spécialisé, ... mais la fonction principale de chacun des encadrants doit être celle de formateur. L'acquisition de l'autonomie est le but à atteindre, mais il n'est pas une fin en soi. Tout débutant doit savoir qu'il est appelé, dès qu'il le peut, à participer à l'encadrement, puis à remplacer ceux qui l'ont formé.

C'est la condition pour que la pratique associative perdure.

### On distingue différents niveaux de formation :

**Découverte** : les manifestations organisées pour la découverte de l'alpinisme ont pour but d'attirer de nouveaux adhérents, non pas dans une « démarche commerciale », mais en montrant que les activités offertes par le CAF sont avant tout, des formations ayant pour but de donner aux intéressés une autonomie complète dans le cadre d'une pratique associative. Ces manifestations peuvent être organisées sur un ou deux jours avec une forte participation de l'encadrement. Elles sont aussi intéressantes pour les adhérents qui pratiquent déjà une activité dans le club (randonnée, escalade, ski, ...) et voudraient se tourner vers l'alpinisme.

La formule la plus élaborée est celle des Grands Parcours, qui sont organisés le plus souvent entre plusieurs clubs et le comité départemental, avec une ouverture sur de nouveaux adhérents ainsi qu'à l'ensemble des adhérents de la fédération.











Une adhésion – assurance (carte Découverte) a été mise en place par la fédération pour la participation à ce type de manifestation ou à une sortie d'initiation plus ordinaire (1 ou 2 jours), non renouvelable. Ainsi ceux qui ne seraient pas séduits par l'activité proposée, n'auront pas engagé des frais importants inutilement.

**École d'Aventure** : les écoles d'aventure s'adresse aux plus jeunes :

- 7 - 12 ans Ecole des Trappeurs
- 12 - 18 ans Ecole des Aventuriers.

Elles ont pour but de faire découvrir toute la diversité des activités sportives en milieu naturel et en particulier les différents aspects de l'alpinisme : moyenne montagne, falaise non équipée, terrain enneigé, cascade de glace, haute montagne. Les programmes peuvent être élargis au ski-alpinisme, à la raquette, au monde souterrain (spéléologie), au canyon, au vélo de montagne, au parapente, et à la slackline.

Une procédure de labellisation a été mise en place afin de garantir la qualité de la prise en charge des mineurs, et de définir un cadre aux contenus de ces formations.

	<b>Domaine 1</b>	<b>Domaine 2</b>	<b>Domaine 3</b>	<b>Domaine 4</b>
<b><i>Vous devez proposer des activités dans au moins 3 de ces 4 domaines</i></b>	Haute montagne et/ou rocher partiellement équipé  	Terrain enneigé et/ou Cascade de glace   	Moyenne montagne – sentiers et forêts  	Sous terrain Aérien Parcours en hauteur   
<b><i>Durée minimum 3 jours dans trois domaines différents</i></b>	3 journées ou 4 demi-journées au minimum	3 journées ou 4 demi-journées au minimum	3 journées ou 4 demi-journées au minimum	3 journées ou 4 demi-journées au minimum
<b><i>Choisir des activités : une ou plusieurs</i></b>	Ecole de Glace Ecole de neige Course facile Evolution en terrain non équipé	Raquettes à neige Ski nordique Ski de montagne Surf alpinisme Cascade de glace	Randonnée pédestre Course d'orientation Cartographie/orientation Rando VTT	Spéléo Canyon Parapente Vie ferrata et parcours en hauteur
<b><i>Eancadrement</i></b>	Bénévoles et/ou professionnels	Bénévoles et/ou professionnels	Bénévoles et/ou professionnels	Bénévoles et/ou professionnels

L'objectif de cette école est double : proposer plusieurs activités aux jeunes et leur faire découvrir l'alpinisme et l'aventure en haute montagne



**Initiation** : les clubs proposent différents types de formation de base. Le plus souvent elles sont organisées sous forme d'un cycle d'initiation auxquels les débutants sont invités à participer avec assiduité : présentation des techniques en salle, manipulations sur SAE, ateliers techniques de progression et d'assurage en pied de falaise pas ou peu équipée, sur les névés, sur les glaciers, pied de cascade de glace, ascension de voies faciles ou peu difficiles, stages en montagne, ...

Il est conseillé au débutant de **s'exercer parallèlement à l'escalade** sur mur d'escalade (SAE) et sur site naturel équipé (SNE) de façon à mieux évaluer le niveau de difficulté qu'il pourra aborder en paroi et en montagne, que ce soit en montée ou en descente (désescalade). C'est aussi un moyen de progresser très efficace.

De plus il est souhaitable que les débutants soient en position de premier de cordée le plus tôt possible. Pour le choix des sites d'apprentissage on recherchera des terrains où les participants ne seront pas bloqués par les difficultés rencontrées et il faudra prévoir les solutions de réchappe éventuelle..

La fédération a défini une procédure « **Vers l'Autonomie en Alpinisme** » qui permet aux clubs de formaliser une étape d'acquisition des techniques de base en vue d'une pratique autonome. Pour chacun des 5 types de terrain rencontrés en alpinisme (neige, rocher montagne, falaise TA, glacier, cascade de glace) la validation des compétences est faite par un initiateur sur un week-end

comprenant des ateliers techniques et une course d'application de niveau PD (AD pour le terrain d'aventure et niveau 3 pour la cascade de glace).

A l'expérience, l'obtention de cette validation est obtenue à la suite d'une participation à un cycle de formation et de pratique en position de premier, sur plusieurs jours (de 3 à 7 jours selon le type de terrain). Le week-end de validation est cependant ouvert à toute personne qui se serait formée par ailleurs.

La reconnaissance et l'enregistrement de ces acquis permettent d'inscrire un participant à une sortie de son club ou d'un autre club, en assurant que les connaissances techniques de progression et de sécurité seront bien mises en œuvre.

**Perfectionnement** : la maîtrise technique ne peut s'acquérir qu'en pratiquant de façon de plus en plus autonome.

Les clubs proposent des sorties encadrées de différents niveaux de difficulté, en terrain d'aventure et en terrain montagne.

L'inscription dans le programme du club de sorties AD à TD permet d'accroître l'expérience des adhérents validés en autonomie en maintenant le lien avec le club, intégrer des nouveaux adhérents déjà formés dans un autre club, préparer de futurs candidats aux brevets d'initiateur et renforcer l'équipe d'encadrants par une sortie spécifique ou envisager un projet d'expédition lointaine.

## **2.3 - Les formations de niveau départemental ou régional**

### **2.3.1 - Groupes Promotion et Espoir**

Les comités départementaux ou régionaux peuvent offrir aux jeunes (16-24 ans ) la possibilité de participer à un cycle de formation organisé sur deux années, visant à développer leur autonomie (groupe Promotion), à élever leur niveau de performance (groupe Espoir) et à leur donner accès au haut niveau (groupe Excellence).

Les groupes sont constitués à l'initiative des comités qui en confient la responsabilité à un cadre bénévole qui en assurera la gestion administrative et financière. Il établit un programme d'actions et le budget correspondant, informe les clubs qui composent le comité, organise le recrutement et la sélection sur dossier puis sur le terrain, rédige les comptes-rendus des actions menées et fournit un bilan annuel. L'appui de la commission nationale d'alpinisme sera demandé. Celle-ci apporte l'aide technique du conseiller technique national, veille à une bonne répartition géographique des groupes et contribue au financement de leur fonctionnement.

L'objectif de développement personnel des stagiaires qui peut conduire au haut-niveau, voire à la professionnalisation, s'accompagne d'une ouverture sur la pratique associative. La possibilité de participer à l'encadrement des activités de la fédération est favorisée par un accès plus direct aux brevets fédéraux.

Les critères d'accès aux différents niveaux ainsi que les objectifs détaillés des formations offertes ont été définis par la DTN et la CNA. Ils sont présentés dans le tableau de la filière des groupes en Alpinisme (1).

Les règles de sélection et de fonctionnement des groupes ont été établies par le bureau fédéral. L'engagement à respecter les principes de fonctionnement du groupe et à participer régulièrement au programme d'activités du groupe, est demandé aux participants.

### **2.3.2 Programmes d'activités**

L'équipe est composée au cours d'un week-end de sélection. Le cadre professionnel qui encadrera le groupe, participe au jury. Celui-ci a un rôle de formateur et d'entraîneur (cf note Entraîneur / Guide).

Les programmes comprennent des stages et week-ends (élargis) d'une trentaine de journées réparties sur les quatre saisons et les deux années de vie du groupe. Le programme-type comprend : 15 jours en alpinisme d'été, y compris 2 jours consacrés à la validation du brevet d'initiateur pour les groupe Espoirs, 6 jours TA et Artif au printemps ou automne, 7 jours en cascade de glace et alpinisme hivernal.

Chaque groupe a toute liberté pour définir son propre programme.

Les cadres fédéraux ou professionnels des groupes doivent rendre compte des activités réalisées et établir un bilan pédagogique et financier annuel permettant d'obtenir l'attribution d'une subvention de la CNA.

**ALPINISME**

**Filière de progression en direction du haut niveau**

<b>CLUB</b>		<b>EQUIPE PROMOTION</b>		<b>EQUIPE ESPOIRS</b>		<b>EQUIPE EXCELLENCE</b>	
<b>Découverte</b>	<b>Connaissance</b>	<b>Expérience</b>	<b>Compétence</b>	<b>Maîtrise - Autonomie</b>	<b>Réalisations</b>	<b>Compétence</b>	<b>Réalisations</b>
<b>Initiation</b>	<b>Approfondissement</b>	<b>Age : 16 à 24 ans (8 à 12 par groupe)</b>	<b>Age : 16 à 24 ans (5 par groupe)</b>	<b>Age : 16 à 24 ans (5 par groupe)</b>	<b>Age : 20 - 26 ans</b>	<b>Age : 20 - 26 ans</b>	<b>Age : 20 - 26 ans</b>
<b>Vers l'Autonomie en Alpinisme</b>	<b>Niveau entrée : 6a et PD</b>	<b>Niveau entrée : 6a et PD</b>	<b>Niveau entrée : 6a et PD</b>	<b>Niveau entrée : 6b et AD</b>	<b>Niveau entrée : 6c/7a - TC</b>	<b>Niveau entrée : 6c/7a - TC</b>	<b>Niveau entrée : 6c/7a - TC</b>
Contenu	Objectifs	Contenu	Objectifs	Contenu	Objectifs	Contenu et objectif	
Premiers contacts	Fondamentaux	Refuges + Bivouacs		Refuges + Bivouacs	Bivouacs paroi	Année 1 :	
Sorties journées	Relais	Course AD en tête	Niveau AD maîtrisé	Course D, TD, TD+	Course D en tête	- Courses fondamentales	
Rocher aventure	Progression	Cascade	Fondamentaux	Course hivernale	Fondamentaux	- Courses d'envergure	
Stages	Descente	Mixte	Relais	Relais	Relais	- Présence sur les	
Neige, Glacier	Cascade	Artif	Progression	Cascade	Progression	rassemblements	
Cascade de glace	Mixte	Ski (rando + tech)	Descente	Mixte	Descente	- Mini expédition	
	Artif	Initiation Hivernale	Prépa course	Artif	Prépa course	Année 2 :	
			Orientation	Ski (rando + tech)	Sauvetage	- Préparation projet	
			Historique	Entraînement		d'expédition	
			Sauvetage			- Expédition lointaine	
			Techniques Canyon		Expéditions		
					Altitude		
					Big wall		
					Canada		
					Pamir		
					Pérou		
					Tatras		
					Népal < 6500m		
					Encadrement : 1 guide		
<b>Encadrement : Initiateurs et /ou Guides</b>	<b>Encadrement : Initiateurs et /ou Guides</b>	<b>2 journées de formation qualifiante pour l'obtention du diplôme d'initiateur</b>					
Contenu correspondant aux Livrets d'Escalade et Vers l'Autonomie en Alpinisme	Contenu correspondant à un approfondissement de toutes les compétences du Livret Aventure Niveau "Aventurier Or" minimum, exception faite des disciplines Parapente et Spéléo: courses AD, pente à 50° en neige, 70/80° en glace et 4c en rocher.	Orientation vers : - Pratique individuelle et formation des jeunes - Filière professionnelle ( Guide, BE escalade, accompagnateur) - Haut niveau					

## **2.4 - Préparation à l'encadrement**

La formation des cadres se fait en plusieurs étapes qui relèvent à la fois des clubs et des niveaux fédéraux (comités départementaux et régionaux).

Les clubs ont tout intérêt à repérer ceux qui ont les aptitudes et la volonté d'encadrer, et à les orienter vers la fonction d'encadrant.

Partager son expérience avec des nouveaux venus, exige une confiance en soi et des compétences pédagogiques qui résultent à la fois d'une pratique individuelle en autonomie et d'une participation aux activités encadrées de son club, en y prenant de plus en plus de responsabilité.

Les clubs possédant une équipe d'encadrement expérimentée et animant un large programme de formation, sont en mesure de former convenablement de nouveaux candidats aux brevets d'initiateur en les associant aux actions de formation et en les incitant à poursuivre leur qualification par une pratique entre eux (conseils, matériel, ...) ou avec les cadres déjà brevetés.

Les comités départementaux, comme les clubs, peuvent proposer des formations de qualification préparant à l'encadrement : week-end spécialisé, cycle de formation, stage. Cette initiative est particulièrement utile pour les clubs qui ne possèdent pas un encadrement suffisant pour pouvoir former eux-mêmes de nouveaux cadres. Exemple : Groupe Alpinisme 13 (cf chapitre 3).

Ce sont les comités régionaux qui ont la charge d'organiser les formations délivrant les brevets fédéraux. La particularité du cursus de l'alpinisme défini par la CNA est d'accueillir deux niveaux de qualification dans les stages délivrant les brevets d'initiateur : UV1 qualification technique, UV2 qualification pédagogique.

## **2.5 - Les formations de cadres fédéraux**

L'organisation des stages diplômants est du ressort des comités régionaux.

Un règlement a été défini pour chacun des différents niveaux de qualification en alpinisme :

- **UV1** en terrain montagne et **UV1** en terrain d'aventure : qualifications techniques confirmant l'autonomie et l'aptitude au co-encadrement
- **UV1** Cascade de Glace : qualification technique
- **UV2** brevet d'initiateur terrain montagne et **UV2** initiateur terrain d'aventure: qualification pédagogique et aptitude à l'encadrement des formations et des sorties collectives
- **Brevet d'initiateur alpinisme** : attribué automatiquement à ceux qui ont obtenu les deux brevets d'initiateurs précédents
- **UV2** brevet d'initiateur Cascade de Glace
- **Brevet d'instructeur alpinisme** : confirmant l'aptitude à organiser les formations d'initiateur



## **3 Les contenus des formations**

### **3 – 1 Vers l'autonomie en alpinisme**

La plupart des clubs proposent des cycles de formation destinés à donner aux débutants les connaissances de base nécessaires à la pratique sur les différents types de terrains (\*). On distingue : la neige, le terrain montagne peu difficile avec assurage en mouvement, le rocher en terrain d'aventure, la progression sur terrain glaciaire et la cascade de glace.

Les clubs et les comités disposant un initiateur Alpinisme, TM ou TA peuvent organiser des week-ends de validation des connaissances acquises dans les différents types de terrain, selon la procédure ci-dessous.

Le président du club ou du comité attribue à l'initiateur un code organisateur de formation pour qu'il enregistre l'action dans l'extranet.

Un livret Vers l'autonomie en alpinisme sera à fournir à chacun des intéressés lors de son inscription. Il servira de support à l'autoévaluation, puis à la validation par l'initiateur responsable de l'UF.

#### **Objectifs:**

- Améliorer la formation de nos adhérents
- Harmoniser les sorties d'initiation organisées par les clubs avec un objectif identique.
- Dynamiser la pratique de l'alpinisme en proposant aux clubs une procédure de validation des formations de base.

**Public:** Pratiquant en alpinisme désireux d'acquérir les bases, et pratiquant désirant tester ses compétences.

**Pré-requis:** décrits pour chaque UF + compétences relatives à la sécurité en paroi pour les UF 2, 3, 5.

**Encadrement:** Au moins un formateur breveté fédéral en alpinisme; le nombre sera adapté selon les ateliers et la course d'application considérée.

**Support:** Mémento Petzl UIAA/FFCAM. Il sera délivré gracieusement par le club aux stagiaires à partir de la troisième UF. - Mémento de la Formation Alpinisme FFCAM pour l'encadrant.

#### **Mode d'emploi de l'auto évaluation / validation:**

Le participant et l'initiateur jugent sur le WE une capacité à être autonome, en se référant aux critères décrits dans la fiche technique de l'UF (« je sais faire ») ; cette formation pourra/devra être renouvelée pour ceux qui ne seront pas validés. Les cycles d'initiation en club peuvent se conclure par ces UF.

#### **Intérêt pour un président de club, un responsable d'activité ou de sortie :**

Avoir l'assurance que l'adhérent a les capacités à évoluer dans une cordée volante lors d'une sortie de club : course de niveau PD (Peu Difficile) au minimum.

*(\*) Vous trouverez dans les annexes en fin du mémento des propositions de programmes-types de cycles de formation préparant à la validation des unités de formation dans les cinq domaines de pratique. Ces documents évolueront en fonction des observations faites à partir des expériences de terrain. Dans cette perspective, les comptes-rendus des UF enregistrés dans l'extranet seront très utiles.*

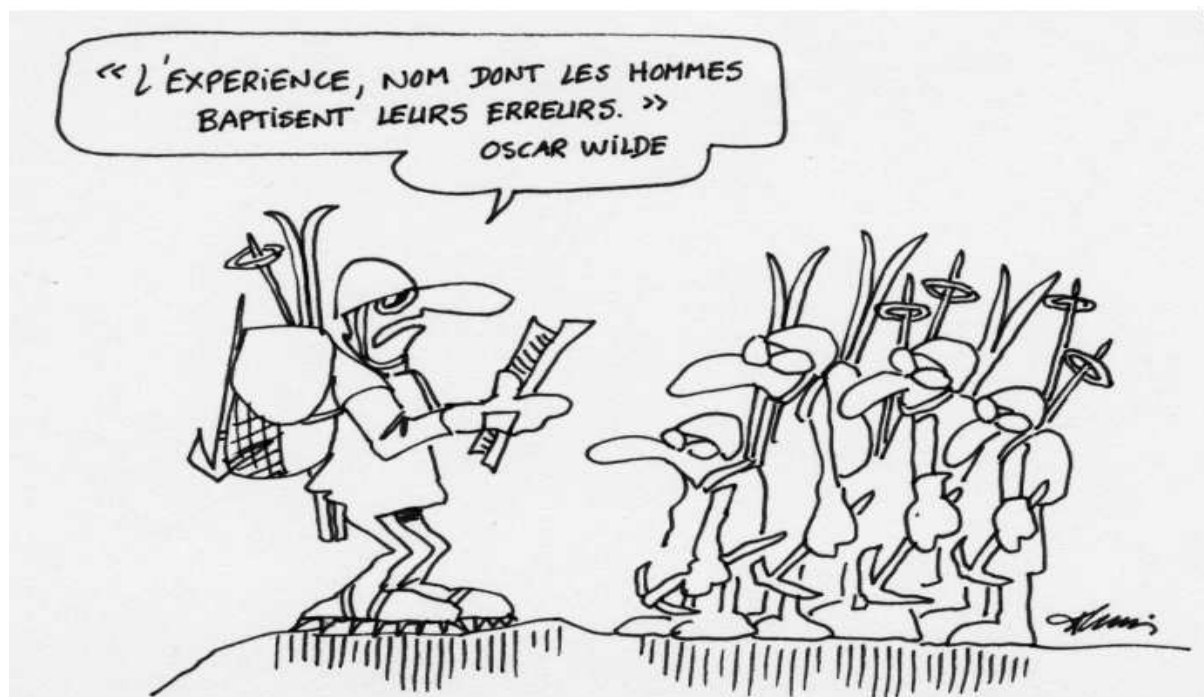
## Intérêt pour un adhérent?

Une réduction dans la durée de formation, s'il souhaite devenir encadrant : accès direct à l'Unité de Valeur 2 (UV2) Niveau Pédagogique de l'Initiateur Alpinisme correspondant (TA ou TM), sous réserve de posséder la liste de courses requises (voir cursus alpinisme).

La validation de ces UF étant enregistrée dans l'extranet, lors d'un changement de club, l'adhérent n'aura pas à refaire la preuve de ses compétences pour s'inscrire aux sorties de son nouveau club.

### Gestion Extranet:

- Déclarer sous extranet l'UF avec le code activités des clubs afin de les gérer et publier pour les ouvrir aux autres clubs. Mettre un budget réel ou fictif avec un minimum au moins de 1€ de frais). La durée préconisée de 2 j pour l'UF peut être allongée (Des clubs ou CD ont organisé des week-ends avec participation des stagiaires ).
- Rentrer et éditer la liste des participants avant l'UF pour cocher ceux qui sont validés à la fin de l'UF
- Scanner et envoyer cette liste au service activités de la FFCAM ([activites@ffcam.fr](mailto:activites@ffcam.fr)) pour la gestion des validés sous extranet.



## 3-2 UF1 Vers l'autonomie sur la neige (AFIAL1)

Pré-requis: Bonne condition physique, utilisation du DVA

### Ateliers techniques et sécurité

- Préparation de la course
- Estimer un risque d'avalanche, mesure de l'inclinaison de la pente
- Déterminer l'exposition d'une face, et adapter sa technique de progression à la qualité de la neige
- Utiliser DVA/sonde/pelle
- Choisir vêtements, nourriture, boisson et matériel adaptés à la course
- Choisir et organiser le matériel sur son baudrier
- Technique individuelle, faire la trace: en neige dure ou profonde, montée et descente (diagonale, virages, face à la pente)
- Sans piolet et sans crampons
- Avec piolet (positions, manche droit ou courbe) et sans crampons
- Avec piolet et crampons
- Technique individuelle, techniques d'arrêt :exercices seul, puis à 2 en cordés, chutes sans piolet, ni crampons
- Avec piolet (positions, manche droit ou courbe) et sans crampons
- Avec piolet et crampons. Attention au danger que cela représente !
- Assurage en mouvement
- Encordement court : anneaux de buste; cordées de 2, de 3
- Avantages/ inconvénients: anneaux à la main, piolet, cas des traversées, trace
- Assurage en relais/ Réaliser un ancrage
- Corps-mort: principe, divers moyens (sac, piolet, bâtons, champignon)
- Installation d'un relais, assurage dynamique à la taille
- Enchaînement des longueurs, points d'assurage en rocher,

### Course d'application:

Préparation et réalisation d'une course en couloir de neige de niveau F à PD.

## **3-3 UF2 Vers l'autonomie en terrain montagne (varié) et assurage en mouvement (AFIAL2)**

Pré-requis:

Bonne condition physique, grimper dans du 3, maîtrise des techniques de sécurité en paroi.

### **Ateliers techniques et sécurité**

- Point sur le matériel
- Types de points d'assurage (anneaux, coinces, friends, pitons).
- Utilisation du matériel d'assurage.
- Cordes (à simple, à double, jumelées) et critères de choix en fonction de la course
- Choix du matériel et organisation sur le baudrier
- Assurage
- Notion de facteur de chute et principe de réduction
- Fonctions du relais: assurer le second et le premier
- Types d'encordement (anneaux de buste, nœud d'encordement)
- Positionnement des points dans la longueur (en montée et en descente), gestion du tirage
- La progression
- Longueur d'encordement en fonction du terrain (cordées de 2, de 3),
- Sûreté de la progression en escalade/ désescalade/ traversée
- Placer des points d'assurage fiables
- Utilisation du terrain pour s'assurer
- La progression par longueur avec relais
- Le rappel - Les fondamentaux du rappel en terrain montagne: Je connais Je sais faire
- Réaliser ou vérifier un ancrage de rappel
- Procédure descente en rappel : poser l'autobloquant / mise en place frein /enlever la longe

### **Course d'application:**

- Préparation et réalisation d'une course d'arête (niveau PD) en haute montagne avec rappel à la descente.

## 3-4 UF3 Vers l'autonomie en rocher en terrain d'aventure (ALIAL3)

Pré-requis: Bonne condition physique, maîtrise des techniques de sécurité en paroi

### Ateliers techniques et sécurité

- Les dangers: prévention et protections
- Observer et choisir l'itinéraire, évaluer les risques objectifs
- Diminuer le risque de chute: grimper avec précaution, tester les prises en terrain non aseptisé
- Les principes de l'assurage en paroi
- La chaîne d'assurage et son fonctionnement
- Importance des forces à absorber et incidence du facteur de chute
- Effet poulie et ses conséquences
- Principes de conception des relais
- Protection dans les longueurs: position des points, effet et diminution du tirage, cas des traversées
- Le matériel
- Les différents types d'ancrages à poser et leurs placements, (anneaux, coinçeurs, friends, pitons)
- Les types de corde (à double, jumelées, à simple) et leur utilisation
- Les freins assureurs-descendeurs, l'assurage dynamique
- Composition et organisation du baudrier et du fond de sac
- La progression
- Différents types d'encordement et choix en fonction du terrain (longueurs ou assurage en mouvement)
- La progression par longueur, communications dans la cordée
- Le relais: emplacement et différentes configurations (terrain, cordée réversible ou non).
- Le rappel - Les fondamentaux du rappel en terrain d'aventure
- Réaliser ou vérifier un ancrage de rappel
- Procédure descente en rappel : placer l'autobloquant / mise en place frein/enlever la longe

**Course d'application:** Préparer et réaliser une voie de plusieurs longueurs de niveau III (montée et descente)



## 3-5 UF4 Vers l'autonomie- Progression sur terrain glaciaire (ALIAL4)

Pré-requis: Bonne condition physique

Lieu : sur glacier non enneigé ou faiblement enneigé ( visibilité meilleure de la formation des crevasses et plus de sécurité pour la mise en place des ateliers en crevasse)

### Ateliers techniques et sécurité

- Connaissance du terrain
- Analyse de la configuration des glaciers: repérage des zones crevassées, exposition aux chutes de pierre, choix de l'itinéraire
- Technique individuelle
- Evoluer avec crampons en sécurité sur pente modérée (type Mer de Glace)
- Utiliser les broches à glace
- Choisir vêtements, nourriture, boisson et matériel adapté à une course
- Organiser son matériel sur son baudrier
- Encordement à 2 et les principes de l'assurage, les nœuds de freinage
- Encordement à 3 avec auto-bloquant
- L'auto-sauvetage (contre-assurage béton sur glace pour les exercices)
- Enrayer une chute en crevasse, et pose d'un ancrage (broche ou corps-mort)
- Confection d'un corps-mort sous tension, et transfert de la charge sur l'ancrage
- Observation de la victime (et déclenchement des secours)
- 

### Course d'application:

- Préparation et réalisation d'une course de type randonnée glaciaire.



## 3-6 UF5 Vers l'autonomie en cascade de glace (AFIAL5)

Pré-requis: Bonne condition physique, maîtrise des techniques de sécurité en paroi

### Ateliers techniques et sécurité

- Les risques objectifs
- L'environnement et l'évaluation des risques d'avalanche
- Appréciation de la stabilité de la structure de glace
- Le matériel
- Utilisation des crampons, utilisation des piolets-traction
- Pose et retrait des broches, sangles, crochet lunule, dégaines-explose
- Les types de corde (jumelées, à double, traitement dry) et leur utilisation
- Utilisation du DVA, de la sonde, de la pelle
- L'assurage
- La notion de facteur de chute et placement des points d'ancrage
- Effet poulie et ses conséquences sur la technique d'assurage
- Les relais: placement, différents ancrages, limitation du facteur de chute
- Technique individuelle de progression
- Equilibration sur les pieds en traversée :sans piolet, 1 piolet, 2 piolets
- Gestuelle spécifique : coordination bras-jambes, changement de main, placement lors du brochage
- Je grimpe en tête en brochant dans un niveau 3
- Le rappel - Les fondamentaux du rappel
- Réaliser un ancrage de rappel en glace (broches, lunules)
- Procédure descente en rappel: pose autobloquant / mise en place frein/ enlever la longe

### Course d'application:

- Préparation et réalisation d'une cascade de glace de niveau 3 et de 2 longueurs au minimum avec descente en rappel.



## 3-7 Annexe : Pré-requis des UF

### Pré-requis pour la validation des UF Vers l'Autonomie en rocher en Terrain d'Aventure, Assurage en mouvement et Cascade de glace

Sécurité en paroi Cf niveaux 1 à 5 du livret Escalade / Autonomie en Site Naturel d'Escalade

#### Connaissances

- Je suis capable de grimper en tête de manière autonome dans du 4b équipé au minimum
- Je suis capable de coter la voie que je réalise
- Je sais confectionner une trousse de secours
- Je connais la procédure d'alerte des secours
- Je connais les termes à convenir pour communiquer avec mon partenaire
- Je connais les composantes de la chaîne d'assurage et les efforts que chacune subit en cas de chute.
- Je sais lire un topo et interpréter ses indications.
- Je reconnais les types de rocher sur lequel je grimpe et leur qualité (résistance mécanique)
- Je différencie les différents types d'équipement (normal, engagé, exposé)
- Je connais les problématiques d'utilisation des falaises (riverains, parking, oiseaux)
- Je connais et sais utiliser le matériel spécifique à la pratique de l'escalade en SNE.
- Comportement
- Avant chaque sortie, je m'assure que les conditions de sécurité sont réunies (météo, moyen de communication, niveau des voies, matériel adapté)
- A mon arrivée sur un site, je prends le temps nécessaire pour bien repérer les voies qui me correspondent.
- Je sais vérifier le réglage de mon baudrier et mon encordement, ainsi que ceux de mon partenaire
- Je sais me placer et utiliser mon matériel pour assurer correctement un grimpeur en tête
- Je suis capable de repérer un matériel défectueux et ne pas l'utiliser
- Je veille à ce que mon matériel soit en lieu sûr (pierres), à l'abri du soleil, de l'humidité et de la poussière.
- J'utilise tous les moyens nécessaires pour confirmer que je grimpe dans la voie que je veux faire.

#### Savoir Faire

- Je suis capable de localiser une falaise de différentes façons: topo papier ou numérique
- Localiser sur carte ou à l'aide d'un GPS et de m'y rendre en respectant les accès autorisés
- Avec l'aide du topo, je sais choisir le matériel dont j'ai besoin
- Je sais disposer mon matériel sur mon baudrier
- Je sais ajuster mon casque afin qu'il ne bouge pas et ne soit pas gênant.
- Je connais les différents types de prises et je sais progresser en économie et sureté
- Je sais positionner les mousquetons pour qu'ils conservent toute leur résistance
- Si nécessaire, je sais optimiser le tirage éventuel de la corde, en rallongeant des dégaines par exemple.
- Je suis capable d'anticiper une chute
- Je ne dépasse jamais un point sans avoir vérifié qu'il est correctement mousquetonné
- Je connais et emploie le vocabulaire adapté lors que je suis au relais.
- Je suis capable de désescalader un passage
  - Si je ne peux pas poursuivre l'ascension d'une voie, je connais la technique de réchappe et j'ai prévu le matériel nécessaire pour cela
- Je sais installer et descendre en rappel en étant autonome (avec un autobloquant textile)





## 3-8 Exemple de groupe départemental de formation de cadre fédéral

### Alpinisme

Groupe Alpinisme des Bouches du Rhône GA 13 / 2011 – 2013

Responsable : Rémi Songeon Instructeur Alpinisme CAF Marseille-Provence

<http://legroupealpi13.overblog.com/>

Le groupe alpinisme 13 est une initiative du CD 13 pour amener 5/6 personnes à la pratique de l'alpinisme de bon niveau et à l'encadrement en club.

En second lieu, cela crée des liens entre clubs d'un même département (sortie commune, convivialité...)

il s'agit de sélectionner 5 à 6 personnes motivées par l'alpinisme et par le bénévolat en club.

On demande un engagement moral de "rendre au club ce que l'on reçoit"

#### On demande aux inscrits :

- achat du matos individuel
- motivation pour la pratique et pour l'encadrement.
- une bonne "caisse" physique. (500 mètres/heures en rando)
- niveau 6a en tête en voie de une longueur.
- mettre à jour un blog au cours du cursus.

Durée: autour de quarante journées sur deux à trois ans.

Le CD 13 a fourni le matériel : cordes, friends, coinces, piolets cascades, broches, crampons si besoin, pour équiper 3 cordées (montant 4000 €).

La dotation en matériel pour la durée de vie du groupe, permet les sorties supplémentaires hors encadrement.

Le matériel est récupéré à la fin.

**Encadrement** : bénévoles du département, pro au coup par coup si besoin. Cela n'a pas été le cas.

#### Programme sur deux ans :

- sélection du groupe : couennes sur un jour
- Grandes voies équipées : 2 jours, créer cohésion de groupe, valider les capacités d'apprentissage.
- Terrain d'Aventure : 6/8 journées
- cascades : 6/8 journées
- alpinisme : 3/4 WE et une semaine d'été
- UFCA : 2 journées

**Troisième année** : pratique individuelle, co-encadrement et validation initiateur TA+TM

En 2014, sur les 6 stagiaires provenant de 3 clubs (Marseille, Gardanne, La Crau), cinq ont obtenu le brevet d'Initiateur Alpinisme (TA + TM), et un a été breveté en TA.

Un voyage de fin de "cursus" pourrait être intéressant, mais s'ajouterait à un programme déjà chargé.

## 3-9 Fonctionnement des groupes Promotion et Espoir et rôle du guide

### L'Entraîneur / Guide, responsable technique des groupes espoirs/promotions

L'entraîneur/Guide n'est pas qu'un technicien, même s'il le reste, mais un homme au carrefour de multitudes décisions de différentes natures.

Avec l'évolution des profils psychologiques des jeunes de 16 à 24 ans, l'entraîneur/Guide se trouve confronté à des difficultés à gérer une régularité d'actions et doit assumer un rôle de dynamiseur. Avec l'augmentation du nombre de personnes intervenant auprès du sportif, l'entraîneur/Guide se voit sou-vent dans la nécessité de gérer également une équipe d'intervenants.

### Son rôle en collaboration avec le responsable FFCAM

- L'entraîneur/Guide doit travailler avec l'ensemble des personnes incluses dans le dispositif.
- Il travaille souvent seul et reste maître d'œuvre des actions et de leur suivi, mais il doit garder à l'esprit que son dispositif s'insère dans le système fédéral complexe de la FFCAM lequel définit à l'avance les budgets, les durées d'action, les obligations administratives.
- Régulièrement, il doit effectuer des retours sur ses actions au niveau supérieur du système.
- Quelles que soient les évolutions des jeunes et leur devenir, la structure FFCAM reste un support et l'entraîneur/guide assume la responsabilité morale de son enseignement.
- Sa mission principale est d'améliorer les performances et la maîtrise de la sécurité de son groupe, mais elle comprend d'autres fonctions.

### Selon les cas, il doit assurer des actions très variées :

#### Pour sa gestion administrative :

- Compléter les fiches de projet en collaboration avec le responsable bénévole.
- Effectuer systématiquement des comptes-rendus d'actions à destination des différents responsables.
- Organiser avec les responsables des validations d'initiateurs alpinisme pour les jeunes des groupes espoirs en fin de cursus.
- Compléter les fiches de bilan en collaboration avec le responsable bénévole.
- Connaître le fonctionnement fédéral de développement de l'alpinisme.

#### Pour son organisation :

- Choisir des personnes dans les différents domaines d'action (médical, altitude, sauvetage, préparation physique ou mentale)
- Gérer et coordonner ces collaborateurs, et à un instant « T » de la préparation, s'assurer de la cohérence « horizontale » des différentes actions menées par ces spécialistes
- Dynamiser un groupe jusqu'à la maîtrise des techniques de gestion de conflits
- Construire son équipe en fonction de son projet (de formation, ou de performance) tout en intégrant les contraintes environnementales.
- Distribuer des responsabilités au sein de cette équipe tout en préservant la cohérence du projet.
- Déterminer les exigences attendues de chacun et prendre en compte les spécificités des différents intervenants.
- Contrôler et/ou faire confiance.

#### Pour ses contenus :

- Définir les critères de sélection en utilisant les fiches techniques des filières de progression
- Participer aux tests de sélection des jeunes
- Evaluer les potentiels et définir son programme d'actions
- Programmer systématiquement une action sur les fondamentaux de la progression (relais, assurance en mouvement, progression sur glacier, sauvetage)
- Analyser les feed-back et les prendre en compte
- Pousser les jeunes à se diriger vers le niveau supérieur (GEAN) et à s'investir dans l'encadrement (INITIATEUR)
- Se former le cas échéant à la dynamique de groupe et à la gestion des conflits.
- Participer aux regroupements d'alpinisme de la FFCAM

## 3-10 Contenu de la formation initiateur terrain montagne TM

### 1) Le glacier :

- Le choix de l'itinéraire
- Assurage en progression
- Le relais et les ancrages
- La remontée d'une crevasse, les mouflages et atelier de sauvetage en crevasse

### 2) Les pentes de neige :

- Consistance de la neige et sécurité, utilisation du DVA
- Le freinage d'une glissade
- Le relais sur "corps mort"
- La marche corde tendue, l'itinéraire
- La descente, débottage
- Organisation d'une école de neige

### 3) Les pentes de glace :

- Les types de glace et les risques
- Technique de progression en crampons
- Le relais et l'assurage (broches)
- La retraite (lunules)

### 4) Le terrain mixte :

- Les mélanges glace - rocher - neige
- Techniques de progression
- Moyens d'assurage

### 5) Le rocher :

- Sûreté en escalade
- Techniques d'assurage terrain avec relais
- Utilisation et choix du matériel

### 6) Le choix de l'itinéraire :

- La carte et le topo guide
- Repérage de l'itinéraire, approche, ascension, descente, choix du matériel
- Refaire le topo de la voie parcourue

### 7) La progression en terrain facile :

- S'équiper et s'encorder
- Progression simultanée
- Atelier assurage en mouvement : montée, descente

### 8) la descente et le rappel :

- Amarrage et mise en place de la corde
- Auto-assurage
- Descente avec ou sans descendeur, avec une corde coupée
- Récupération de la corde, cas du blocage de la corde
- Organisation d'un atelier de rappel

### 9) La sécurité et les secours :

- Organisation du secours en avalanche
- La préparation de la victime, l'appel des secours, l'accueil d'un hélicoptère
- Premiers secours : matériel, pharmacie

### 10) La direction d'un groupe

- L'organisation des ateliers sur chaque type de terrain : rocher, glacier, neige, glace
- L'organisation des cordées
- L'évaluation des participants et du niveau du groupe avant et pendant la course.
- Consignes aux participants dans l'éventualité d'incident ou d'accident

**L'initiateur doit savoir organiser et animer les ateliers d'apprentissage des différentes techniques**

## **Initiateur terrain montagne ( TM) programme type**

Lors des stages, se retrouvent :

- les stagiaires en UV1 dont c'est le premier stage (niveau technique)
- les stagiaires en UV2 dont c'est le deuxième stage (niveau validation pédagogique, sauf accès direct sous réserve de validation par les encadrants du stage Initiateur - voir cursus).

Pendant la durée des stages, les stagiaires en UV2 sont en position d'encadrant et forment les stagiaires en UV1 sous le contrôle du cadre fédéral et du cadre professionnel. Tous les stagiaires effectuent les courses en réversible avec la participation d'un cadre dans l'une des cordées. L'encadrement et l'évaluation des stagiaires seront réalisés par :

- un instructeur à 100% et un guide pendant 4 jours au moins,
- ou par un initiateur d'alpinisme à 100% et un guide à 100%

Le brevet d'initiateur TM sera délivré en fonction des aptitudes du stagiaire à encadrer un groupe dans des courses de haute montagne de niveau technique PD (cotation UIAA cf règlement).

La qualification technique UV1 est attribuée aux stagiaires reconnus aptes à s'engager dans des courses de niveau PD en autonomie, en co-encadrement dans leur club.

### **Programme type pour un stage Terrain Montagne**

**Premier jour :** en école de rocher facile d'accès  
risque de chute et sa gestion dans une longueur  
relais, rappel, mouflages, remontée sur corde,  
assurage dynamique avec tests,  
utilisation des pitons, utilisation des coinces

**Deuxième jour :** montée en refuge et école de neige  
déplacements, utilisation du piolet, des corps-morts  
les relais sur neige, les réchappes en cas de glissade, la ramasse  
l'encordement en terrain facile à corde tendue  
la marche et l'assurage sur neige (tests) à la montée et à la descente  
préparation de la course du jour suivant  
(carte, topo, météo, matériel, cordées...)

**Troisième jour :** course d'application niveau F+ à PD  
évaluation des risques, itinéraire, sécurité  
vitesse de progression approche/difficultés  
main courante, rappel, progression simultanée, relais rapides  
retour refuge et préparation course suivante

**Quatrième jour :** course d'application niveau PD/AD longue  
idem jour précédent mais retour dans la vallée  
contrôle des automatismes (encordement, relais,...etc)

**Cinquième jour :** repos au camp de base, révision des techniques rocher et manœuvres  
Echanges sur l'organisation des activités en club  
bilan des jours précédents  
préparation de la course suivante (sac, nourriture, matériel...)  
secourisme sur le terrain (m.a.m, évacuation, alerte....)

**Sixième jour :** montée en refuge et école de glace  
le cramponnage technique, sortie de crevasse,  
repérage de la course du lendemain  
topo, météo, organisation

**Septième jour :** course de niveau AD en terrain mixte  
Gestion des risques  
révision des connaissances  
retour dans la vallée

**Bilan du stage et évaluation des stagiaires**

## 3 -11 Programmes des stages Initiateur et UV1 TA

### CONTENU DE FORMATION DE L'INITIATEUR TERRAIN D'AVENTURE

- 1) Le milieu, les risques et la sécurité :
  - Le terrain d'aventure, réglementations et respect des sites naturels
  - Les dangers
  - La prévention et les protections : itinéraire, sureté, matériel
- 2) Le fonctionnement de l'assurage :
  - La chaîne de l'assurage
  - Les forces à absorber, facteur de chute, effet poulie
  - Le rôle de la corde, l'assurage dynamique
  - Les configurations du relais
  - La disposition des points d'ancrage
  - Organisation atelier d'assurage
- 3) L'utilisation du matériel :
  - Anneaux de corde et de sangle
  - Coinceurs à câble, à cames, crochet, Piton, marteau, chaîne ,étriers.....
  - Organisation d'un atelier artif
  - Gestion du matériel collectif (EPI)
- 4) Le choix de l'itinéraire :
  - La carte et le topo guide
  - Repérage de l'itinéraire, approche, ascension, descente, choix du matériel
  - Refaire le topo de la voie parcourue
- 5) la descente et le rappel :
  - Amarrage et mise en place de la corde
  - Auto-assurage
  - La descente avec ou sans descendeur, avec corde coupée
  - Récupération de la corde, blocage du rappel
  - Organisation d'un atelier de rappel
- 6) La progression en terrain facile :
  - S'équiper et s'encorder
  - Progression simultanée
  - Atelier assurage en mouvement : montée, descente
- 7) La retraite et le sauvetage :
  - L'abandon en premier, remontée de corde
  - Aide et redescente du second (traversée et surplomb)
  - La récupération d'un blessé en premier et la descente d'un blessé, portage
  - Atelier de manœuvres en paroi
- 8) La sécurité et les secours:
  - La préparation de la victime, l'appel des secours, l'accueil d'un hélicoptère
  - Premiers secours : matériel, pharmacie
- 9) La direction d'un groupe :
  - L'organisation des ateliers en terrain rocher
  - L'organisation des cordées
  - L'évaluation des participants et du niveau du groupe avant et pendant la course.
  - Consignes aux participants dans l'éventualité d'incident ou d'accident

**L'initiateur doit savoir organiser et animer les ateliers d'apprentissage des différentes techniques**

# Initiateur terrain d'aventure (TA)

## Programme du stage TA

Lors des stages, se retrouvent :

- les stagiaires en UV1 dont c'est le premier stage (niveau technique)
  - les stagiaires en UV2 dont c'est le deuxième stage (niveau validation pédagogique, sauf accès direct sous réserve de validation par les encadrants du stage Initiateur - voir cursus).
- Pendant la durée des stages les stagiaires en UV2 sont en position d'encadrant et forment les stagiaires en UV1 sous le contrôle du cadre fédéral et du cadre professionnel..
- Tous les stagiaires grimpent en réversible avec la participation d'un cadre du stage dans l'une des cordées.

- L'encadrement et l'évaluation des stagiaires seront réalisés par :
- un instructeur à 100% et un professionnel pendant 3 jours au moins  
ou par un initiateur d'alpinisme à 100% et un professionnel à 100%.

Le brevet d'initiateur TA sera délivré en fonction des aptitudes du stagiaire à encadrer un groupe dans des voies de niveau technique minimum 4b (cotation française, cf règlement ).

La qualification technique UV1 est attribuée aux stagiaires aptes à pratiquer l'escalade en TA de niveau 4b en autonomie et en co-encadrement des sorties de club.

## Programme type pour un stage Terrain d'Aventure

Premier jour: Accueil et présentation du stage, puis en falaise facile d'accès

Risque de chute et sa gestion dans une longueur  
relais, rappel, mouflages, remontée sur corde  
assurance dynamique avec tests  
utilisation des pitons, utilisation des coinces, des  
étriers ...

Deuxième jour: en falaise non équipée mise en pratique

mise en place des points de sécurité  
l'enchaînement des longueurs  
la gestion de l'itinéraire  
réalisation du topo de la voie réalisée

Troisième jour: en falaise Terrain d'Aventure, avec passages d'artificiel

utilisation du matériel en place  
complément de sécurité  
utilisation et " traduction " des topos guides  
retraite stratégique, récupération d'un rappel coincé  
rappel avec une corde coupée  
secourisme sur le terrain (évacuation, alerte...)

Quatrième jour: sur petite falaise non équipée ou peu équipée

équipement d'une longueur  
déséquipement  
gestion du temps, évaluation de la difficulté  
progression simultanée dans le facile  
révision des points encore flous

## **Bilan du stage et évaluation des stagiaires**

## • 3-12 Programme initiateur et UV technique cascade de glace

### • Contenu de Formation

Le cursus FFCAM de cascade de glace est destiné à des cadres voulant proposer une activité cascade de glace, sans forcément être initiateur alpinisme, avec une formation en 2 étapes, UV Technique 4 jours + 2 jours Initiateur Glace.

Un initiateur Alpinisme a tout loisir de proposer des sorties glace, et/mais peut suivre ce cursus, soit pour progresser en cascade (4+2 jours), soit valider un niveau technique glace avec le brevet fédéral sur 2 jours.

- 1 – Connaissance des matériels
  - Corde dry, broches, couplages, dégaines explosives, crochets à lunules, crampons bi ou mono pointes
  - spéciales cascade, piolets, système d'auto-assurance, piolet avec et sans dragonne.
  - Entretien du matériel, affûtage
- 2 – Progression en cascade :
  - La gestuelle : Progression sur différents pentes, changement de main, ancrage, crochetage...
  - L'assurance : Répartition des broches, relais, organisation des rappels, lunules
  - Le brochage : Organiser le matériel, les positions de moindre effort
  - La progression à plusieurs cordées : Conduite de groupe
- 3 – Connaissance du milieu :
  - Évaluation des risques, prise en compte des différents facteurs intervenant dans le choix du site : pentes au dessus (carto), nivo météo, température, qualité de la glace, niveau des participants, fréquentation du site.
  - Recherche de DVA.
- 4 – Organisation d'une école :
  - Choix du site, organisation, différents ateliers, variables sur chaque atelier
  - Progression d'apprentissage
- 5 – Découverte du dry :
  - Progression sur rocher
  - Organisation d'un atelier dry : matériel, précaution
- 6 – Rappel des techniques de secours :
  - Remontée sur corde (perte de piolet, rappel bloqué)
  - Réchappe sur lunule

### Programme de stage type:

#### J1 – UV Technique :

- - Évaluation du niveau des stagiaires sur site d'une longueur ;
- - Formation technique sur des ateliers : gestuelle et assurance. Exercice de recherche de DVA.
- - Découverte des ateliers et des situations d'apprentissage utilisées en école avec des débutants.
- - En salle : le matériel et l'évaluation des risques.

#### J2 – UV Technique :

- - Conduite de groupe :
- - Évolution à 2 cordées dans une cascade : précaution à la montée, méthode d'aide à la seconde cordée
- - Organisation de la descente en rappel

#### J3 – UV Technique :

- - Journée découverte et formation en dry-tooling.

#### J4 – UV Technique :

- - Réalisation d'une cascade de 3 à 4 longueurs, grade 4, à plusieurs cordées + réchappe en rappel.

#### J5 – Initiateur :

- - ½ journée : préparation d'une école de cascade pour des débutants.
- - ½ journée ; encadrement d'une école avec cobaye.

#### J6 – Initiateur :

- - Réalisation d'une cascade de 2 longueurs, grade 4 / test pour initiateur.
- - Rappel des techniques de secours.
- - **Débriefing**

### 3 -13 Les recyclages

Les recyclages de cadres sont organisés par les comités régionaux sur un week-end. Ils comprennent en général une réactualisation des ateliers sur un jour et une course le lendemain. Les recyclages peuvent être spécialisés TA, TM ou Cascade de Glace.

Ils permettent également de valider les candidatures aux brevets d'alpinisme par équivalence, par exemple le passage du brevet d'Initiateur Ski-Alpinisme à celui d'Initiateur Terrain Montagne. Les candidats doivent présenter lors de leur inscription une liste de courses conforme à celle exigée par le règlement de l'Initiateur TM.

L'instructeur et le guide peuvent s'opposer à la délivrance du brevet.

La participation des cadres brevetés à un Grand Parcours Alpinisme peut leur permettre de valider un recyclage, si l'organisateur a prévu de réunir les cadres en recyclage au moins une jour née auparavant. Cette journée est consacrée à la mise à jour des connaissances techniques, à des échanges sur l'organisation des formations, ainsi qu'à la préparation de l'encadrement des participants au Grand Parcours.





# **Partie II: Ateliers**

## **4- PRINCIPES DE PÉDAGOGIE**

**"Enseigner l'alpinisme" "Enseigner l'alpinisme"...c'est aussi l'apprendre, ...et c'est aussi un plaisir .**

### **4-1 La formation : un objectif de la fédération française des clubs alpins et de montagne**

Un programme de formation est fortement conditionné par l'objectif de qualification qui lui a été fixé:

On distingue trois niveaux de qualification :

- l'autonomie
- l'initiateur qui comprend un niveau de qualification technique et un niveau pédagogique
- l'instructeur

A ces niveaux de qualification peut s'ajouter un objectif de performance, tel qu'il est visé dans les groupes Espoirs et Excellence.

L'instructeur a pour fonction de former des initiateurs, les initiateurs ayant la charge:

- d'assurer une formation "de base" des pratiquants dans les clubs, leur permettant d'évoluer en autonomie avec maîtrise technique et sécurité.
- de conduire des collectives de clubs,

Mais cet objectif institutionnel, rédigé en termes de prescription (savoir...., savoir faire .... cf. les diverses fiches techniques) ne peut être atteint qu'à travers la façon dont les participants, cadres fédéraux et professionnels le perçoivent.

Il ne s'agit ni de surévaluer, ni de sous - évaluer ce que l'on peut exiger. Les instructeurs et les initiateurs, sans être aussi qualifiés que les professionnels, doivent comme eux :

- être exigeants en matière de sécurité,
- avoir le souci de faire découvrir et partager le plaisir de l'alpinisme.

Pour pouvoir perdurer, les clubs et la fédération doivent former des cadres bénévoles responsables qui sauront, dans toute la mesure du possible, donner envie à d'autres de prendre le relais

## **4-2 Le programme du stage:**

Les attentes des uns et des autres peuvent être différentes. Il faut les préciser dès le début du stage pour éviter tout malentendu.

Il faut analyser ce qu'est cette situation de stage.

- Les cadres ont des attentes, des compétences, un rôle ;
- Les stagiaires ont aussi des attentes, et des compétences pré-requises.

Même si une plaquette, précisant les pré-requis du stage, diminue les risques d'incompréhension, il est indispensable de commencer tout stage par un tour de parole où chacun se présente et surtout, dit ce qu'il attend du stage.

Cette étape est d'autant plus nécessaire que les stagiaires viennent de clubs différents et que chaque club a sa propre culture alpinistique, due à son histoire.

Il vaut mieux ne pas sous-estimer cette diversité. Elle peut d'ailleurs être une richesse, si elle donne lieu à des comparaisons de techniques ou de choix. Elle est un stimulant pour la réflexion collective, et combat notre tendance spontanée à ériger nos manies en règles absolues.

### 4-3 Le terrain:

Son choix est décisif pour la qualité du stage. Le terrain doit, chaque fois que c'est possible, permettre de placer les acteurs dans une situation conforme à la réalité.

Il faut éviter au maximum les problématiques fausses, (par exemple, demander de "faire comme si la pente était gelée", alors qu'on est dans une neige où les crampons ne sont même pas utiles.) Ces situations induisent de superbes dialogues de sourds, l'un revendiquant la réalité de la situation, l'autre invoquant la situation imaginée.

La multiplication de telles fausses problématiques "pédagogiques" pourrait accréditer l'idée que ce qui est demandé et vérifié dans le stage n'est qu'un registre théorique de gestes et de savoir faire.

Et cela pourrait propager l'idée qu'il y a, certes, ce que l'on doit savoir-faire ou ce que l'on doit faire, mais que finalement ce que l'on fait est encore autre chose. C'est peut-être ce qui explique que nous ayons tous pu voir un chapelet de stagiaires s'engager désencordés sur un glacier peu incliné et d'allure débonnaire alors même que quelques heures auparavant on avait discuté de l'encordement sur glacier

### 4-4 La stratégie:

Dans chaque terrain, il est en revanche possible de faire émerger des "situations problèmes" bien réelles, que l'on peut essayer de varier au mieux.

Celles-ci ne se limitent pas à la mise à l'épreuve des techniques personnelles des stagiaires. Elles doivent aussi porter sur la gestion de la cordée ou des cordées (réaction face à la fatigue d'un participant, bris d'un crampon, ...).

Lors des stages, revient souvent la réflexion "Là je fais comme ça, mais dans une collective du club, je ne ferais pas comme ça ". Que cela soit à tort ou à raison, cette réflexion pose bien un des problèmes des stages d'initiateurs: les courses y ont lieu entre candidats initiateurs, réputés être d'un niveau comparable, alors que ce qui doit être éprouvé c'est la capacité à conduire des courses avec des participants d'un niveau inférieur.

Cette situation de "niveau comparable" des participants pose des problèmes dont il faut discuter: - c'est le moyen de faire prendre conscience à chacun du risque de « **déresponsabilisation** » bien connu qui amène les membres d'une cordée de gens de même niveau à ne pas prendre les décisions qu'ils prendraient s'ils étaient seuls responsables, déléguant implicitement à l'autre l'initiative. { syndrome du cadre !!)

- c'est aussi le moyen de soumettre à la critique cet écart que le stagiaire admet entre ce qu'il fait en réalité, là, dans le stage, et ce qu'il estime nécessaire de faire en situation d'encadrement de club.
- Il ne faut pas oublier qu'il n'y a pas de solution « unique » mais des solutions plus ou moins bonnes...

## 4-5 Situations pédagogiques:

### **Montrer ou observer ?**

La tentation bien connue des pédagogues est de montrer et d'expliquer. Cette phase est utile, voire indispensable, mais elle a ses limites, dans la démonstration technique, l'observateur ne voit et ne comprend pas nécessairement la même chose que celui qui montre. Il en va de même pour les explications.

L'expérience montre qu'on gagne beaucoup d'efficacité à regarder agir les stagiaires et à **écouter ce qu'ils disent**.

C'est en partant de leur pratique, de leur technique, de la façon dont ils expliquent ou "justifient" leur façon d'aborder la situation, qu'on peut le mieux engager la discussion, faire prendre conscience des limites d'un choix, ou au contraire en reconnaître la validité.

Dans tous les cas, l'observation et l'écoute, permettent de mieux comprendre où en sont les stagiaires, et donc d'où il faut partir pour les faire progresser.

### **Faire et faire faire**

Dans tous les domaines de l'enseignement, les deux sont complémentaires. Cela rejoint la problématique précédemment évoquée. Il faut éviter la situation caricaturale où le formateur montre un geste, une technique et, passant à un autre stagiaire ou un autre groupe, n'attache pas une attention suffisante à la façon dont les stagiaires s'approprient ce qui a été montré.

**L'observation de l'exercice fait par le stagiaire a une importance stratégique.**

C'est ce qui permet:

- d'évaluer où en est le stagiaire, de faire avec lui l'examen critique de ce qu'il fait,
- d'adapter la progression de l'enseignement.

**Répéter:** Ne jamais oublier que l'art de l'enseignement, c'est d'abord celui de la répétition. Non pas parce que les formés (ou les formateurs ?) sont "nuls", mais parce que l'apprentissage est une opération complexe et qu'à chaque explication ou démonstration c'est un nombre limité d'éléments qui est pris en compte par celui qui apprend.

L'enseignement sera d'autant mieux assimilé que les connaissances seront transmises au moyen d'exercices bien définis et de "gestes réfléchis", et non pas de "gestes réflexes".

Choisir des zones faciles et accessibles pour commencer ces exercices, facilite la correction des gestes techniques.

## 4-6 La position du formateur:

On déduira de ces remarques, une position du formateur par rapport à son groupe.

Il est important ici de considérer qu'il y a, pour faire simple, trois grands types de situations pédagogiques :

- La situation fermée
- La situation ouverte
- La situation dirigée

Avant d'observer ces trois types de situations, il est indispensable de ne pas considérer qu'une seule de ces situations soit idéale. La plupart du temps, c'est le dispositif qui impose l'une ou l'autre de ces démarches ( par exemple, lors d'une course en montagne, il est difficile de proposer une situation « ouverte »).

**A) La situation fermée** est celle dans laquelle le dispositif choisi et (ou) les consignes que vous donnez ne permettent pas d'appropriation directe de la situation par les stagiaires. Celui-ci apprend par imitation ou entraînement, mais il est en situation de passivité par rapport à l'apprentissage. Ce type de situation est le lieu des « exercices »

Exemple 1 : en école de glace, on dit aux stagiaires d'utiliser le piolet de telle manière dans une pente définie à l'avance.

Exemple 2 : lorsqu'on explique au stagiaire comment installer un relais, avant que celui-ci n'ait compris l'utilité du relais ( la situation pédagogique devient alors un « exercice »)

**B) La situation ouverte** est celle dans laquelle le dispositif choisi permet toutes les interprétations et évolutions possibles et où les consignes sont quasiment inexistantes ou très vagues.

C'est en gros ce que l'on fait dans la cadre d'une activité de loisir qui n'a pas vocation à l'apprentissage, mais aussi la situation d' «auto-apprentissage ».

Exemple 1 : un groupe de jeunes sur des blocs à qui on explique simplement comment se parer, mais sans autre consigne gestuelle par exemple.

Exemple 2 : avec des débutants adultes, on pose le matériel en bas de la falaise et, sans autre explication, on donne comme consigne de grimper et d'arriver au sommet d'une voie

**c) La situation dirigée** est actuellement la plus fréquemment utilisée en formation. Le dispositif choisi est relativement contraignant et les consignes sont précises, sans s'attacher cependant à du détail.

Exemple 1 : en école de glace, avec une pente variable, se déplacer comme on veut en plantant toujours toutes les pointes des crampons.

Exemple 2 : une personne étant suspendue à une corde, comme si elle était blessée et inconsciente, utiliser le moyen que vous voulez, en venant du bas pour la faire descendre.

Dans ces situations, le formateur se trouvera,

- Au dessus de son groupe dans le premier cas
- Au dessous de son groupe dans le deuxième cas
- Au cœur du groupe peut aussi être envisagé dans certains cas

**Nota :**

Sur le terrain le cadre sera en permanence dans des situations qui seront des combinaisons des 3 types .

## 5 - Les ateliers

### 5 - 1 - Présentation des méthodes

Les méthodes de formation aux techniques de progression et d'assurage sont présentées sous forme de fiches.

Elles décrivent l'organisation des ateliers correspondant aux différents types de terrain rencontrés en montagne lors de la pratique de l'alpinisme :

- en rocher,
- en neige,
- en glace,
- sur glacier,
- en cascade.
- en terrain varié, toutes les techniques sont appliquées en les combinant.

Ces ateliers sont mis en œuvre dans les stages de formation des initiateurs, afin que par la suite, ils soient réalisés dans les formations de base organisées dans les clubs, en les adaptant autant que nécessaire.

Pour chaque atelier, les connaissances qu'il est utile de connaître avant de réaliser les exercices sur le terrain, sont présentées. Ces connaissances peuvent être fournies en salle (siège du club, salle d'escalade, ...). Ces séances préparatoires permettront aux participants des sorties de formation de se faire expliquer et mieux comprendre les principes d'assurage, de voir et de commencer à manipuler les matériels qui seront utilisés dans les ateliers, s'équiper en matériel individuel minimum avec une meilleure connaissance de ce qu'il faut avoir. La mise en œuvre des exercices proposés sera ainsi plus rapide et plus efficace.

Dans chaque atelier l'encadrant veillera à sensibiliser les participants aux **3 principaux facteurs de sécurité** :

- l'observation et la **prévention des dangers** : présenter les critères de choix du site et son exposition éventuelle
- la **sureté de la progression** : être attentif aux gestes et aux manœuvres des participants, et corriger immédiatement les attitudes et gestes qui compromettent la stabilité et l'équilibre dans les mouvements.
- la **maîtrise des techniques d'assurage** : justifier le choix des méthodes, expliquer le fonctionnement et les conditions d'utilisation



### 5-2-1 - Organisation et principaux enseignements

Les fiches descriptives des ateliers en rocher sont communes aux formations TA et TM , les exercices étant à adapter selon le stage concerné et son contenu.

#### 1 - Équipements ( liste type à ajuster selon les besoins )

En individuel, chaussures de montagne, chaussons d'escalade, casque, baudrier, gants, sac à dos, lunettes, ravitaillement, gourde, trousse de secours, frontale, des anneaux de corde (2 autobloquants, 1 long pour autoassurage), 3 mousquetons de sécurité (1 directionnel), assureur-descendeur,

et par cordée : un ou deux (selon l'exercice) brins de (50m x 8-9 mm pour deux ou trois participants, 10 anneaux de corde ou de sangle avec 20 à 25 mousquetons, 5 dégaines, un jeu de coinçeurs à câble et à cames, décoinceur, des pitons, marteau, chaîne



#### 2 - Configuration du site

Il est très important de bien choisir le site pour surveiller, enseigner les techniques de progression et d'assurage en fonction des besoins des différents types d'exercice :

Grimper sans assurage et désescalader (1) : sur des blocs ou en pied de falaise

Secteur de gros éboulis : sauter de bloc en bloc : observer la sureté, l'agilité ;

Secteur de blocs de plusieurs mètres ou en pied de falaise : travailler la gestuelle

- faire regarder le rocher ; prendre du recul, chercher l'itinéraire, prévoir la descente, le passage, monter, redescendre le passage pour revoir l'efficacité et la sureté de la progression: équilibre, économie, appui, traction, adhérence, opposition, ...

- faire prendre conscience du risque et de ses capacités : chutes éventuelles ; organiser une parade, ou nécessité d'une corde .

- sensibiliser à la qualité du rocher sur petits ressauts pas très sains : chercher, tester et reconnaître les bonnes prises ;

Grimper encordés en progression simultanée, et descendre : un itinéraire peu difficile.

Grimper en tête et s'assurer : sur pied de falaise, début d'itinéraire en rocher fissuré de niveau IV avec possibilité de relais entre 15 et 20 m :

Equiper une longueur : poser des points d'assurage ( anneaux, coinces à câble et à cames, pitons)

Installer un relais, assurer et aider un second en difficulté : Installer un ancrage de rappel, s'auto-assurer, lancer le rappel, petit replat à quelques mètres de hauteur

Manœuvrer en paroi : en pied de falaise avec paroi verticale ou surplombante, avec vire à 10-15 m facilitant l'accès et permettant de placer des ancrages.

On pourra toujours se contenter de quelques points d'accrochage sur un mur, pour un bon nombre d'exercices en cas d'intempéries ou d'éloignement des falaises !

Et il sera bien utile d'avoir prévu une telle solution de repli pour une formation programmée longtemps à l'avance.

### **3 - Gestuelle spécifique** à la pratique de l'escalade en paroi non équipée ou en terrain montagne

A observer et corriger pendant tout le déroulement des ateliers

Escalade « en grosses » chaussures, grattonnage et adhérence

S'écarter du rocher pour regarder ses pieds ; poser le pied avec précision à l'emplacement repéré

Bien se placer sur les pieds et s'équilibrer avant de monter une main.

Faire si possible des petits pas et être prêt à redescendre chaque pas en cas de difficulté

Ne pas chercher à prendre une prise de main trop haute, au risque de perdre pied et ne pas bien voir où mettre les pieds après.

Attention à la qualité du rocher, ne pas tirer trop fort sur les bras, travailler plutôt en poussée

Oppositions, utilisation des mains en poussée..., cheminées

Adhérence : sur passage plus ou moins incliné : grimper sur les pieds seulement, sans les mains ;

Recherche d'équilibre, ( sur les pieds en cherchant le meilleur équilibre pour économiser les bras....)

Descente en désescalade ( permet de faire de gros progrès dans les positions )

A la montée observer l'itinéraire, monter les pieds, puis les mains et à la descente : itinéraire, descendre les mains, puis les pieds;



## 5-2-2 - Atelier rocher 1 Encordés et progression simultanée

### Objectifs pédagogiques

Maîtrise de l'assurage en mouvement.

L'objectif est de bien connaître ces techniques, et surtout de parvenir à en connaître les limites et de savoir distinguer les situations où la cordée peut progresser ensemble, de celles où il faudra grimper en tirant des longueurs.

### Connaissances à acquérir préalablement

- Choix de la longueur de corde
- Confection des anneaux de buste
- Encordement à 2, à 3.
- Utilisation des anneaux, des coinçeurs, ....

### Choix du site et équipements

Sur un site de blocs ou un parcours d'escalade facile (arête facile en gradins)

Matériel : grosses chaussures, casque, baudrier, corde, anneaux de corde, coinçeurs, mousquetons.

### Exercices proposés

Se déplacer encordés sur un parcours, en montée et en descente, en se protégeant autant que possible. Commenter le parcours effectué par une cordée.

### A préciser ou contrôler pendant la séance

- Tenue des anneaux à la main et tension sur la corde
  - Encordés, cela ne suffit pas pour être assurés.
- Ce n'est que si la corde passe sur des points fixes qu'elle peut arrêter une chute. Moyens de protection : becquets, matériel (anneaux, coinçeurs,...)

- Si le parcours est facile, ou qu'il n'y a pas de possibilités d'assurage (rocher compact ou altéré), l'encordement sera court (5—6 mètres)

- La sécurité de la cordée dépend d'une bonne appréciation de ce que chacun des membres peut gravir en toute sûreté. Le premier doit évaluer que les passages qu'il franchit, pourront être gravis par chacun des membres de la cordée.

- Encordés à moins de 10 mètres en terrain facile, inutile de mettre des points d'assurage. S'il faut s'assurer et qu'il y a des possibilités de placer des points d'assurage, allonger l'encordement (15 mètres ?), et évaluer les risques de chutes de pierre, de coincement de la corde, difficulté de communication, ...

- Lorsque l'itinéraire fait des virages, mettre des points d'assurage qui maintiennent la corde sur l'itinéraire. Sinon risque de gêne du second et de balayage des pierres.

- Avant une traversée, faire venir le second jusqu'à soi avant d'entamer la traversée pour éviter que la corde entraîne des chutes de pierre

- Dans un couloir, rester regroupés pour éviter d'aggraver l'impact éventuel des chutes de pierre.



## 5-2-3 - Atelier rocher 2 Équipement d'une longueur

### Objectifs pédagogiques

Maîtriser l'utilisation du matériel d'assurage amovible : corde, anneaux, coinces, pitons, mousquetons

Sécuriser sa progression en premier en montée, et en dernier à la descente

### Connaissances à acquérir préalablement

- les nœuds usuels, la mise en place du baudrier et de l'encordement, assurer le premier
- principes de fonctionnement de l'assurage : les forces à absorber en premier et en second
- propriétés des cordes dynamiques
- force de choc et facteur de chute
- effet poulie
- impact du tirage et utilité du dédoublement des brins de corde
- le rappel auto-assuré (selon nécessité pour descendre)

### Choix du site et équipements (cf § 5-1-1)

Pied de falaise (→ 10 mètres) en rocher fissuré (niveau 3b-4b), si possible itinéraire avec traversée et descente peu difficile. Signaler les dangers particuliers aux participants.

Matériel d'assurage amovible de tout type

### Exercices proposés

En cordée de deux, encordés sur 2 brins (vérification mutuelle) avec un matériel diversifié :

- Manipulation et placement du matériel d'assurage
- Positionnement des points d'assurage dans la longueur et connexion des cordes,

Positionnement de l'assureur et expérimentation des 3 méthodes d'assurage : descendeur, demi-cabestan, à la taille

### A préciser ou contrôler pendant la séance

Choix du matériel : résistance, recommandations de placement et de récupération, importance de la largeur et de la forme des fissures plutôt que la profondeur.

Ne pas utiliser des blocs instables comme becquets, ou des fissures à bords fragiles

Positionnement des points en fonction du **risque de chute au sol ou sur obstacle, et non pas en fonction de la difficulté.**

Qualité de la connexion : diminuer le tirage, augmenter l'angle des cordes, fiabilisation des coinces, positionnement des mousquetons, ... . Pour les coinces, penser à la direction de la traction de la corde et limiter le risque d'arrachement.

Mettre un point d'assurage avant un passage pressenti comme difficile, et après lorsque l'itinéraire est en traversée ou en oblique pour l'assurage du second.

Ne pas oublier de poser un point dans un passage sinueux ou avant de traverser pour éviter à la corde de balayer et donc de faire chuter des cailloux ... mais également pour que le second soit assuré dans l'axe de sa progression.

Analyser le mécanisme de l'arrêt de la chute : quels efforts (évolution du facteur de chute en fonction de la progression) et qui les absorbe (élasticité et frottements : baudrier et impact sur le corps, nœud et corde, anneaux et sangles, soulèvement du second, points d'assurage et relais) ? (voir dessin ?)

Influence du facteur de chute : force de choc sur les points d'assurage (+ effet poulie), possibilité d'espacement progressif des points d'assurage, et non pas un point " tous les 4 mètres ", la multiplication des points augmente le tirage et maintient un facteur de chute élevé.

En cas de doute sur la fiabilité de l'équipement, prévoir un assurage dynamique et ... éviter la chute.

Examiner les avantages et inconvénients du dédoublement : force de choc, hauteur de chute, maîtrise de l'assurage par le second, conséquence pour la corde, risque de croisement des 2 brins, ....

Avantages d'éviter de faire des longueurs trop longues

A la descente, plus on s'éloigne du relais, plus il faut rapprocher les points d'assurage (à l'inverse de la montée).

Avantage : celui qui équipe, sait qu'il vient de faire un pas difficile, et qu'il faut protéger.

## 5-2-4 - Atelier rocher, installer un relais, aider le second et assurer le premier

### Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les forces qui s'exercent au relais et des risques encourus.
- Installer un relais avec efficacité : fiabilité et rapidité
- Savoir adapter les ancrages en cas de réchappe dans des voies de plusieurs longueurs

### Connaissances préalables

- les 2 fonctions du relais : assurer le second et assurer le premier dans la longueur suivante
- évaluation des risques et des forces qui s'exercent sur le relais et sur celui qui assure
- s'équiper, s'encorder, assurer le premier et le second
- modes d'emploi du matériel d'assurage amovible

### Choix du site et équipements (cf § 5-1-1)

En pied de falaise, départ de voie (peu difficile) avec petit replat à quelques mètres de hauteur.

Signaler les dangers particuliers aux participants.

Mettre à disposition un matériel complet d'assurage

### Exercices proposés

En cordée de 2 ou de 3, faire une très courte longueur (quelques mètres) :

- installer un relais pour assurer son (ses) compagnon (s) selon les différentes configurations de la cordée (réversible ou non) et de la longueur suivante (difficulté ?).
- Test d'une chute du second et l'aider à rejoindre le relais (mouflage).
- Adapter le relais pour en faire un ancrage de réchappe en rappel
- Descendre le second en supposant qu'il doit être évacué par le bas. ( auto-évacuation)

### A préciser ou contrôler pendant la séance

Anticiper sur la deuxième fonction avant de faire relais, c'est gagner du temps et de la sécurité : c'est le départ du relais qui est le moment le plus dangereux. Dans tous les cas il est bon de se poser la question : si le leader chute, que va-t-il se passer ?

Pour protéger le relais et éviter d'avoir à arrêter une chute en facteur 2, ne pas multiplier les points d'assurage à la même hauteur, mais avant de faire relais, continuer dans la longueur suivante pour placer un point (au moins) de renvoi (si le premier n'est pas assez fiable, équiper plus haut ou le renforcer ) et **redescendre faire le relais**. Adapter le passage de la corde dans le point de renvoi et dans le point de relais selon la réversibilité de la cordée : le point de renvoi assure celui qui partira en premier dans la longueur suivante.

Si la longueur suivante est « facile », ou si on est en bout de corde, faire le relais sur un couplage. Comparer les différentes méthodes de couplage (anneaux de corde dynamique, angle aigu, équilibrage, ...)

Pour diminuer le facteur de chute au départ du relais et éviter l'écrasement des mains du second dans le point de renvoi, descendre en dessous du relais : allonger l'auto-assurage du second pour avoir au moins 2 m entre le frein et le point de renvoi. Préconiser l'auto-assurage avec un cabestan au pontet pour pouvoir descendre sous le relais.

Position de celui qui est au relais : être prêt à aider ou arrêter la chute du second, puis celle du premier dans la longueur suivante. L'auto-assurage doit permettre la liberté de mouvement de celui qui est au relais : évitement des chutes de pierre, du premier, ...

Prévoir le risque de choc de la tête (casque), des genoux, ... et de glissement de la corde (gants). L'auto-assurage au relais doit pouvoir résister aux efforts vers le haut : si nécessaire, compléter par un point bas.

La pose d'un point de renvoi un peu au dessus de l'emplacement de relais, est tout aussi justifiée en descente en désescalade.

En cas de retraite, installer le rappel ou l'auto sauvetage sur plusieurs points, en répartissant les charges (donc assez proches les uns des autres, contrairement à l'ascension).

Lancement du rappel en deux parties, d'abord la partie proche de l'amarrage du rappel, ensuite les bouts

## 5-2-5 - Atelier rocher 4 Manœuvres de réchappe et de secours en paroi

### Objectifs pédagogiques

Perfectionner les techniques de descente et de sauvetage.

### Connaissances préalables

Les principaux nœuds usuels

Prise en main du rappel

### Choix du site et équipement

En pied de falaise, rechercher une vire d'accès facile au dessus d'un ressaut raide d'une dizaine de mètres avec possibilités d'installation de relais. Si nécessaire, poser une main courante au dessus de la vire.

Matériel personnel minimum dont anneaux de cordelette (6 mm pour autobloquants et 7 mm pour ancrages), mousquetons à vis et ordinaires, descendeur.

En collectif selon l'équipement des participants : brins de corde, coinces, pitons et marteau, bloqueurs et poulies.

### Exercices proposés

Distribuer auparavant la liste des situations et demander aux participants de préparer une ou plusieurs des manœuvres à mettre en œuvre. Les situations suivantes sont à envisager :

#### Le rappel :

- 1 On renonce à poursuivre dans la deuxième longueur ou au delà.  
On redescend en rappel. Quel matériel utiliser ? Quelles précautions prendre ?
- 2 Je renonce en cours de longueur. Je descends en moulinette. Quelle précaution ?
- 3 La corde a été coupée. Comment faire un rappel avec un nœud sur un brin ?
- 4 Je perds mon descendeur. Par quoi je peux le remplacer ?
- 5 Le rappel reste bloqué, 1/ dès le début de la récupération, 2/ lorsqu'il s'est décroché de l'amarrage
- 6 Je suis descendu trop bas. Je dois remonter chercher un ancrage plus haut.

#### Les secours :

- 1 En premier je tombe dans un surplomb. Que faire ?
- 2 Le second tombe dans un surplomb. Comment l'aider ?
- 3 Le premier tombe dans la deuxième moitié de la longueur et perd connaissance.  
Qu'est ce que je peux faire pour le secourir ?  
Un grimpeur est bloqué sur un rappel.  
Comment le débloquent, si je suis au dessus ou si je suis au dessous ?

#### Les sauvetages :

- 1 Un des grimpeurs ne peut plus se servir d'un bras ou d'une jambe.  
Comment redescendre, en cordée de trois ?  
Comment redescendre en cordée de deux ?
- 2 Je fais descendre un grimpeur en moulinette. La corde est trop courte.  
Comment raccorder une deuxième corde avec un nœud ?
- 3 Je dois porter mon compagnon sur le chemin. Comment faire ?

#### A préciser ou contrôler pendant la séance

Faire installer un ancrage de réchappe par cordée : le second enlève tous les points posés par le premier et les remplace pour s'assurer de leur fiabilité.

Chaque cordée présente sa solution et la réalise sous contrôle de l'encadrement. Le rappel

- 1- Quel matériel utiliser ?

Deux points d'ancrage par rappel, de préférence proches de la même verticale à équiper d'anneaux de corde de 6 mm au moins. Avoir beaucoup d'anneaux de corde plutôt que des sangles cousues !

Ou placer le descendeur ? Tester le descendeur au dessus de l'autobloquant ... en lâchant tout

- 2- En moulinette sur un mousqueton ou un maillon, déséquiper en descendant assuré par un auto- bloquant sur le brin ( ou les brins) qui passe dans les points d'assurance
- 3 - La corde a été coupée : rappel avec autobloquant placé au-dessus du descendeur, décrocher celui-ci au contact du nœud, faire un autre auto-bloquant sous le nœud, replacer le descendeur....  
Evoquer d'autres solutions: descendre sur le brin intact (bloqué) le brin coupé sert à tirer le rappel  
...  
imaginer le montage..
- 4 - Je perds mon descendeur : le remplacer par un demi-cabestan ou un assemblage de 2 mousquetons de sécurité ou 4 ordinaires, fixés au mousqueton de sécurité du descendeur.
- 5 - Rappel bloqué ou descendu trop bas : remonter sur les deux brins avec deux autobloquants, faire un nœud de sécurité en bas de la corde de rappel.

### Les secours

En premier de cordée, je tombe dans un surplomb : remonter sur l'une des cordes avec deux autobloquants (l'autre brin sert à être aidé par le second et rester assuré).

Le second tombe dans un surplomb : le premier installe un autobloquant sur la corde d'assurance (Prusik si une seule main libre) et j'installe un mouflage.

Le premier tombe dans la deuxième moitié de la longueur et perd connaissance.

Je fixe la corde d'assurance au relais. Je remonte sur la corde jusqu'au point le plus haut. J'installe un relais. Je moufle et je redescend en rappel en portant le blessé ...

=> dans un itinéraire mal protégé, ne pas faire des longueurs trop grandes !

Un grimpeur est bloqué sur un rappel.

Si je suis au dessus , descendre en rappel auto-assuré, avec un mousqueton de sécurité sur les deux brins croisés ou un « Machard tressé » avec une sangle ( chaussette ), débloquer et porter si nécessaire ...

Si je suis au dessous, remonter sur la corde avec 2 autobloquants, passer au dessus et débloquer ... (couper l'anneau de l'autobloquant peut être plus rapide.....)

### Les sauvetages

Un des grimpeurs ne peut plus se servir d'un bras ou d'une jambe :

En cordée de trois : l'un porte le blessé dans son dos et le troisième mouline les deux ensemble (double frein à prévoir)

En cordée de deux : auto-sauvetage en se moulinant sur un mousqueton abandonné et en portant le blessé . (cf annexe page 112)

En moulinette, lorsque la corde est trop courte, on peut assembler un deuxième brin de corde en passant

le mousqueton de moulinage avec un moulinage intermédiaire au moyen d'une corde auxiliaire fixée à la première corde par un nœud Valdotaïn, avant que le bout de corde n'atteigne le mousqueton de moulinage !

Sur un chemin, on peut porter mon compagnon avec un cacolet de fortune.

Enrouler la corde d'assurance en anneau de 1,5m à 1,7m de hauteur (6, 7 boucles). Tordre l'écheveau en 8 et le placer sur le secouriste en forme de sac à dos. La victime est assise dans les « bretelles » et son dos est retenu par un anneau en baudrier de torse liant blessé et porteur.

Avec 4 secouristes au moins, on peut faire un brancard de fortune en assemblant 3 sacs à dos.

### **A préciser ou contrôler pendant la séance**

on n'est jamais décordé en paroi ...

le matériel doit être au point ...

s'observer mutuellement ...

**on doit toujours ... tout ... anticiper.**



## 5 - 3 - Ateliers neige

### 5-3-1 Organisation et principaux enseignements

#### 1 - Équipements

Casque, gants (2 paires), vêtements étanches (plus un vieil anorak pour assurage dynamique à la taille), guêtres, crampons et antibottes (ajustement sur les chaussures à vérifier avant de partir sur le terrain), piolet, baudrier + mousqueton directionnel et descendeur, 3 grands anneaux (1 en corde → 3m, 2 en sangle cousue 120 cm et 180 cm) et 4 anneaux simples (auto-bloquants), 2 mousquetons de sécurité et 4 ordinaires, corde (un brin de 50 m X 8,5 mm pour deux ou trois participants), lunettes, crème, ...

Eventuellement ancre à neige pour test en relais, et bloqueurs mécaniques (poulies bloquantes, bloqueurs mécaniques, ...), si un exercice de simulation d'une chute en crevasse est envisagé.

#### 2 - Configuration du site

Choisir un névé dont la pente se renforce progressivement, et une orientation ( ou une heure ) où la neige est encore dure.

Ne pas se placer dans l'axe d'un couloir ( risques de chutes de pierre ou de coulées de neige), ou à l'aplomb d'un torrent sous névé. Ne pas se situer au-dessus de blocs de rocher ou d'une falaise, s'il n'y a pas un large replat entre la pente de neige et ces obstacles. Ecarter les stagiaires entre eux.

Le matériel non utilisé (sacs, bâtons, piolets, crampons ...) sera regroupé en un lieu à l'écart de l'axe des chutes : en amont de la zone d'exercices, ou sur un côté. De la même manière, il s'agira de prévoir le parcours des stagiaires arrivés en fin d'exercice dans le but de ne pas risquer de collisions entre ateliers (entre ceux qui descendent et ceux qui montent)

#### 3 - Exercices à envisager

D'une manière générale, l'initiateur, dans la mise en œuvre d'ateliers en neige, veillera à donner un caractère dynamique aux enchaînements des exercices. Ceux-ci pourront s'exécuter simultanément de manière à réduire autant que possible les temps d'inactivité des stagiaires. Cet aspect aura d'autant plus d'importance que bien souvent, les journées de météo médiocre sont consacrées à ces ateliers.

Progression, seul en montée et descente avec ou sans matériel (piolet, crampons)

Glissade dans diverses positions et freinage

Anneaux de buste et progression en cordée, glissade du second et du premier

Installation du relais sur corps mort et arrêt d'une chute avec assurage dynamique

Ancrage d'un rappel : corps-mort abandonné, piolet éjectable, champignon de neige

Simulation d'une chute en « crevasse », la corde étant en tension, puis transfert de la tension sur l'ancrage. On peut ensuite évoquer les mouflages (cf atelier sécurité sur glacier)

#### 4 - Notions de base

Neige = terrain changeant selon la pente, la consistance (l'heure) et la présence éventuelle de crevasses.

Neige dure: creuser les marches, chaque suivant approfondit la marche.

Neige molle: combler les traces, les suivants combler aussi.





Attention au « 3° type de neige » : neige inconsistante sur de la glace = c'est de la glace et non pas de la neige : nécessité du cramponnage toutes les pointes, dans le cas d'une mince couche soit de poudreuse, soit de neige fondante (toujours présente en pied de névé).

La distance entre les marches doit convenir au plus petit du groupe.

Progression en lacets: moins de fatigue, moins de risque de chute collective... Les virages dans une cordée à trois : les avantages / inconvénients de la potence ; l'utilisation d'un bloqueur (mécanique ou cordelette).

**Tenue du piolet: l'enfoncer au maximum, seul point d'assurage** et élément primordial de la sécurité de la cordée. Le premier fait les trous et les autres les utilisent autant que possible.

Adapter la longueur d'encordement par les anneaux de buste, et non pas par des anneaux à la main.

**Tension permanente** de la corde pour diminuer le choc en cas de chute.

Au relais, descendre en dessous du corps mort ( → 3m, auto-assurage au pontet ) pour que la traction contribue à enfoncer le corps-mort.

Evolution sur glacier enneigé: adapter la longueur d'encordement en fonction de la direction de progression par rapport à la pente et à l'orientation des crevasses.

## 5-2-2 Atelier Progression sur pente de neige

### Objectifs pédagogiques

Renforcer la sureté de la progression individuelle

Maîtriser la récupération d'une glissade

### Choix du site et équipements

Sur pente de neige dure se redressant progressivement.

Lorsque la neige sera ramollie, on fera les exercices de débottage

Tous les exercices proposés seront faits :

- dans un premier temps sans matériel (ni piolet ni crampons)
- dans un deuxième temps avec piolet (ne pas oublier ...un piolet cela se plante)
- dans un troisième temps avec piolet et crampons (même et surtout en neige molle)

### Exercices proposés

- Déplacement direct montée, rotation sur soi même de plusieurs tours puis descente (voir comment les stagiaires se comportent)
- Déplacement en traversée, descente en diagonale
- Glisser et se récupérer en « araignée »( départ sur le ventre ou sur le dos)
- Tailler des marches, des prises de main
- Descendre en ramasse
- Descendre en crampons dans la neige molle (débottage)

Pour les exercices destinés à rattraper des glissades, bien identifier les zones de prise de vitesse et les zones d'arrêt de manière à ce que la chute présente une véritable dynamique et que l'arrêt (dans une partie raide) relève d'un niveau de maîtrise suffisant du stagiaire et non pas de la moindre pente de la zone aval du terrain d'exercices. Pour cela, baliser le terrain au préalable.



## A préciser ou contrôler pendant la séance

Pour chaque exercice, penser à augmenter progressivement la pente

Vérifier la perception des risques dans le placement des participants par rapport aux dangers objectifs (pente, avalanche, coulée, chute de pierre,...) et entre eux (ligne de progression, ...). En fonction d'un point à atteindre indiqué par l'initiateur les stagiaires préciseront le choix de la trace (exposition aux dangers objectifs, itinéraire en lacets, ...).

Observer le positionnement du corps : équilibre par rapport aux appuis et sûreté des mouvements.

Souligner l'importance de la trace du premier pour les suivants ( distance et stabilité des marches, trous du piolet)

Rapidité de réaction et d'arrêt des glissades dans les diverses positions de départ

Stabilité dans le geste de débottage : taper le crampon à débouter sur l'autre crampon, en restant en appui sur ce crampon et sur le piolet, plutôt qu'en utilisant le piolet.



Attention aux brûlures de la corde sur les vêtements

## 5-3-2 Atelier Assurage sur pente de neige

### Objectifs pédagogiques

- Maîtrise des techniques d'assurage en neige avec corde
- Connaissances préalables
- Encordement sur la neige : un seul brin de corde à double, anneaux de buste
- Principes de l'assurage : rôle du piolet et de la corde, tenue de la corde, ...
- Configuration du site et matériels spécifique
- Une pente de neige suffisamment raide et glissante pour pouvoir prendre de la vitesse
- Sur un névé sans dangers objectifs et avec une bonne réception en pied de pente
- Un brin de corde à double (30 m au moins) pour 2 participants
- Corps-mort de secours, vieille veste

### Exercices proposés ou consignes

- Déplacement en cordée de deux et assurage en mouvement : chute du second
- Déplacement en cordée de deux et assurage en mouvement : chute du premier
- Faire les exercices en montée et en descente (descente face à la pente et en marche arrière (vision entre les jambes)).
- Déplacement en cordée de trois avec changement de sens
- Assurage avec relais sur corps-mort : enrayer une chute d'une manière dynamique
- Main courante sur champignon de neige, sac plein de neige, planchette, piolet éjectable (à tester en tirant dessus à plusieurs )

### A préciser ou contrôler pendant la séance

- Les exercices sont faits sans crampons aux pieds par mesure de sécurité, et :
  - dans un premier temps sans piolet,
  - dans un deuxième temps avec piolet.
- Expliquer comment s'encorder.
- Expliquer les anneaux de buste
- Expliquer les différentes possibilités d'ancrage en fonction de la neige.
- Tenue de la corde : quelques anneaux (2 ou 3 maxi) sur le piolet (main amont), et le second tenu très près en « petit chien » par la main aval.
- Tester l'autre méthode : piolet en amont et anneaux de corde en aval avec poignée de blocage
- Expliquer la tenue du piolet : pointe (lame) toujours vers la neige, en montée comme en descente
- Tester les différences entre manche droit et manche courbe

Le "petit chien" : le second peut faire sa trace plus bas que le leader dans les traversées

En pente raide, pour changer de direction ... le second s'arrête, le premier monte à bout de corde (tendue sur le baudrier) et piolet planté il passe ses pieds par dessus, puis la reprend, quand le second repart.

Le fonctionnement du corps-mort : sans recouvrir le piolet de neige, montrer l'importance de la profondeur de la tranchée où passe l'anneau de corde, et de la longueur de l'anneau, pour que le piolet s'enfonce dans la neige et ne s'éjecte pas .

Tester la solidité du relais, le positionnement de celui qui assure et les diverses méthodes d'assurage dynamique : sur soi à la taille, frein, demi-cabestan.

Veiller à éviter les brûlures avec la corde.

A corriger même si les exercices sont faits sans crampons :

**Attention aux anneaux de corde et dégaines placés sur le baudrier qui peuvent s'accrocher dans les crampons , RISQUE MORTEL (voir annexes)**



Le choix des pentes

Un jeu pour s'entraîner.....



Descente en marche arrière ....



## 5 - 4 - Ateliers glace

### 5-4-1 Organisation et principaux enseignements

#### 1 - Équipements

Casque, gants(2 paires), vêtements étanches, guêtres, crampons, piolet, marteau-piolet, broches à glace, anneaux de corde, mousquetons et dégaines, 3 mousquetons de sécurité dont un directionnel, frein d'assurage, corde (brin de 50 m X 8,5 mm), crochet à lunule.

Vérifier la tenue des crampons sur les chaussures avant de partir et l'affûtage (lime).

#### 2 - Configuration du site

L'apprentissage de la pratique sur la glace se fait le plus souvent sur les zones crevassées des glaciers, mais elle peut aussi bien se faire en hiver sur des cascades de glace en évoluant sur des pentes faibles, puis fortes.

Rechercher des pentes de glace variées, une hauteur de quelques mètres est suffisante, autant que possible au dessus d'un replat et sans crevasse à proximité.

Vérifier qu'il n'y a pas de risque de chutes de séracs, de pierres transportées par le glacier ou d'éboulement de la moraine.

S'équiper et s'encorder avant d'atteindre le glacier selon les risques (glacier enneigé ?) et les difficultés d'accès.

#### 3 - Exercices

Progression:

- Évolution sur la glace sans crampons et sans piolet ( faible pente ).
- Évolution avec crampons et sans piolet ( pente douce ) en montée et en descente.
- Évolution sur la glace avec crampons et piolet en montée et en descente.
- Taille de marches en montée et en descente, prises de main.
- Progression en pente raide.

Assurage:

- Pose de broches
- Mise en place d'un relais avec ou sans enchaînement du second.
- Lunule (Abalakov)

#### 4 - Notions de base

Perception des dangers (pente, exposition aux chutes de glace (séracs) ou de pierres, structure du glacier (crevasses) ou de la couche de glace ...)

Position du matériel sur le baudrier et resserrement des bas de pantalon (guêtres).

Position des pieds: pieds et genoux écartés, toutes les pointes dans la glace, taper du pied pour enfoncer les pointes,...

Équilibre du corps et choix de la position du piolet (il « monte » avec l'inclinaison de la pente ).



## 5-4-2 Atelier progression sur pente de glace

### Objectifs pédagogiques

Maîtrise individuelle de la progression sans encordement

### Choix du site et matériels spécifiques

Tous les exercices proposés seront faits :

- dans un premier temps sans matériel ( ni piolet ni crampons et sur pente très faible, sans exposition)
- dans un deuxième temps avec piolet
- dans un troisième temps avec piolet et crampons

### Exercices proposés ou consignes

Déplacement direct en montée et en descente :

- sans crampons avec les diverses positions du piolet (pente faible....)  
puis en taillant marches et prises (avec un seul piolet)
- en crampons : toutes les pointes, en latéral et en pointes avant, en mixte.

Dans une pente faible descendre en sautant pieds écartés en « 10 heures 10 »

Déplacement en traversée et rotation : assurage en moulinette ou en autoassurage sur une corde fixée sur broches.

### A préciser ou contrôler pendant la séance

Pour chaque exercice, penser à augmenter progressivement la pente

Eventuellement installer une moulinette ou une main courante de sécurité (avec longe et mousquetonnage au dessus pendant les traversées).

Veiller au positionnement respectif des participants relativement au risque de chute

Bien faire attention aux chutes possibles, à la zone de réception et à ceux qui s'y trouvent.....  
( un coup de crampon est si vite arrivé...)

Vérifier la longueur du matériel sur les baudriers, l'écart des jambes, la frappe et la position des crampons, la tenue (en bas du manche) et l'ancrage du piolet, la position d'équilibre du corps (centre de gravité à la verticale des appuis)

Taille des marches avec les poignets. Les bras sont collés au corps.

Tester les avantages et inconvénients des différents piolets : longueur, manche droit et manche courbe, lame classique et lame cascade.



### 5-4-3 Atelier assurage sur pente de glace

#### Objectifs pédagogiques

Maîtrise des techniques d'assurage en glace en progressant par longueur

#### Connaissances à acquérir préalablement

- Principes de l'assurage en paroi (cf atelier rocher § (5-1-3) :
- les nœuds usuels, la mise en place du baudrier et de l'encordement, assurer le premier
- principes de fonctionnement de l'assurage : les forces à absorber en premier et en second
- propriétés des cordes dynamiques
- force de choc et facteur de chute
- effet poulie
- impact du tirage et utilité du dédoublement des brins de corde
- caractéristiques, mise en place et résistance des broches
- risques accrus dans une chute en crampons

#### Choix du site et matériels spécifiques

Choisir une langue glaciaire protégée de tout risque objectif ou une zone de crevasses assez larges et profondes. Cordes, broches à glace, mousquetons, anneaux, crochet à lunule, cordelettes.

#### Exercices proposés ou consignes

Utilisation du matériel d'assurage : broches et « engins » de progression, confection des lunules, utilisation de colonnettes

Effectuer des longueurs de corde (courtes), et installer des relais en cordée réversible ou non-réversible.

Installer un ancrage de rappel sur lunule

#### A préciser ou contrôler pendant la séance

Positionnement des broches (emplacement et angle d'inclinaison) en relation avec la surface de la glace et sa qualité.

Enlever la glace friable avant de poser la broche. L'orienter perpendiculairement à la surface (quelques degrés vers le bas) et l'enfoncer au maximum.

Tester les lunules ( les 2 trous à l'horizontale ou à la verticale) en traction à plusieurs participants et en réduisant progressivement l'épaisseur de la lunule.

Installation du relais : emplacement à l'écart de la ligne de progression. Protection du relais par un point de renvoi nettement au dessus du relais, avant de faire venir le second : couplage de préférence sur le point de renvoi. Justification de la marche de repos (pas de mise en tension).

Réaliser des longueurs obliques et en traversée en surveillant le risque de chute sur obstacle.





## 5 - 5 - Ateliers glacier enneigé

### 5-5-1 Organisation et principaux enseignements

#### 1 - Équipement

Voir atelier glace, complété par les autobloquants textiles et mécaniques, pour mouflage et remontée de corde.

#### 2 - Configuration du site

Glacier à faible pente, crevasses contournables, à parois verticales et bouchées si possible.

#### 3 - Exercices

Assurance en progression ( au tiers central)

Installation d'un corps-mort sous tension de la corde et position d'assurance. Ancrage sur broches, s'il y a moins de 40 cm de neige.

Chute avec contre-assurance sur corps-mort. 3 stagiaires par cordée, attention aux risques d'accrochage, si la chute est effectuée crampons aux pieds et la paroi de la crevasse pas complètement verticale.

Remonter par soi-même.

Mouflages., la victime chute sans crampons (éviter les mouflages complexes peu utiles et faisant perdre beaucoup de temps...)

#### 4 - Notions de base

Assurance sur un brin de corde à double ou jumelée pour garder l'élasticité maximum (absorption du choc avec facteur de chute  $\leftarrow 1$ ) et coupure du rebord de la crevasse pour freiner la chute.

Importance de la distance d'encordement et cas de l'encordement à 3 ou 4.

Faire des nœuds de freinage, selon la composition de la cordée ou du groupe,

**Corde tendue** durant la progression pour diminuer le choc d'une chute éventuelle



Mais où sont donc les crevasses ? et quid de la corde ?.....

## 5-5-2 Atelier Auto-sauvetage sur glacier

### Objectifs pédagogiques

Diminuer les risques sur glacier par le choix de l'itinéraire et l'assurage

Justifier la méthode d'encordement sur glacier

Apprendre les techniques d'auto-sauvetage en cas de chute en crevasse

### Choix du site et matériels spécifiques

**La plupart des exercices peuvent être organisés en dehors des zones crevassées**, sur une corniche de neige,

bord d'avalanche, voire sous un balcon ? ... dans de meilleures conditions de sécurité et de confort pour les « victimes ».

Si les exercices sont effectués sur un glacier, choisir le secteur en concertation avec les participants : pente faible ou nulle, crevasses assez espacées, à l'écart d'un itinéraire fréquenté, ... . Prévoir des vêtements étanches pour celui qui sera la victime en crevasse.

Avoir de quoi réaliser des ancrages (piolet, broches, corps mort, planchette...) et des mouflages (cordelettes, poulies, autobloquants textiles et mécaniques, ...)

### Connaissances préalables

Encordement sur glacier à 2, 3, 4 personnes et justifications de la méthode d'assurage

Confection d'un corps-mort, des nœuds autobloquants, des nœuds de freinage

### Exercices proposés

Observer le glacier et examiner la carte pour repérer les zones les moins crevassées

S'encorder et disposer son matériel de récupération

S'exercer à arrêter une chute : prévoir des dispositifs de sécurité (cordée de 3, avec auto-assurage du dernier sur corps-mort par ex) pour éviter une chute trop importante, si l'arrêt est « raté »]

Effectuer les manœuvres de secours : installer un ancrage sur corps-mort, se libérer, et tester différentes méthodes de récupération. Tous ces exercices peuvent se faire encordés sur une faible pente de neige avec un second qui met la corde en tension.

Intervention d'une autre cordée pour tirer la victime plus rapidement hors de la crevasse, avec leur corde.

### A préciser ou contrôler pendant la séance

S'encorder avant de prendre pied sur le glacier

Vérifier la longueur d'encordement, la fiabilité des ancrages de sécurité (corps-mort de contre-assurage).

Auto-sauvetage : importance de la réserve de corde, de l'identification d'une corniche éventuelle et de la protection de la corde de secours en bordure de la crevasse pour éviter son enfouissement lors de la traction.

Équipement minimum à portée de main pour installer un corps-mort et fixer la corde d'assurage, pour la victime :

s'autoassurer sur une broche, remonter sur la corde ... dégager la corde, effectuer un mouflage.

La réserve de 15 m est sous forme d'anneaux de buste toujours prêts à être relâchés

Avant de commencer les manœuvres de remontée, enlever le sac à dos, s'il est chargé, et le fixer au baudrier.

Pour passer une zone crevassée « délicate », allonger l'encordement en restant assuré par un auto-bloquant.

Noter que l'expérimentation se fait sans crampons pour éviter les blessures, alors qu'en progression normale, ils sont fortement recommandés pour accroître le freinage et faciliter une sortie de crevasse par soi-même

## 5 - 6 - Ateliers de terrain varié

A la différence des ateliers de type rocher ou neige cet atelier est une application de l'ensemble de ces derniers, en situation de course.

### 1 - Objectif pédagogique

Perfectionner l'efficacité et la sûreté de progression de la cordée dans le terrain montagne, apprendre à ne pas perdre du temps et savoir adapter sa technique et son matériel au terrain quand celui-ci change ...

### 2 - Configuration du site

Course d'amplitude et d'horaire modestes permettant de "prendre son temps" . Choisir également, si c'est possible un terrain où les cadres peuvent facilement aller d'une cordée à l'autre.

Nota : les conditions (sac, chaussures....) doivent être celles d'une course normale en haute montagne.

Exercices ou consignes proposés

### 3 - Progression en cordée

- gestion de la corde, longueur d'encordement en fonction de la nature du terrain et des difficultés rencontrées, gestion des anneaux, progression corde tendue (savoir lâcher et reprendre la corde en mouvement)
- protection de la cordée, pose des protections ( coinceurs,...), utilisation des points naturels, becquets avec ou sans sangle.
- Progression en lacets, moins de fatigue, chute de pierre...

### 4 - Pose d'une main courante

petit couloir mixte, traversée, pose des points de départ, d'arrivée, boucle sur la corde

utilisation de la main courante, avec autobloquant ( avantage du Machard qui est bidirectionnel ), si le

raccordement de plusieurs cordes est nécessaire , fixation et passage des points intermédiaires

récupération de la main courante, assurage du bas ( avec points intermédiaires pour assurer le dernier, posés par l'avant dernier si nécessaire .

main courante de grande longueur (plusieurs cordes « bout à bout »)

ATTENTION : une main courante en traversée ne doit pas être tendue pour éviter d'amplifier les efforts sur les ancrages et le risque de les arracher.

### 5 - Pose d'un rappel en terrain incertain

risques de chutes de pierres, relais de départ, moulinage du premier, consignes...

passage d'une rimaye, relais à l'arrivée,

récupération de la corde ....

### A préciser ou contrôler pendant la séance

Il est important de vérifier ( et de corriger si besoin) les critères des choix techniques.

Les stagiaires doivent imaginer quels sont les problèmes « à venir » au moment de lancer une action.



En neige comme en "terrain à chamois" on tient la corde de la même façon..



## 5 - 7 Ateliers Cascade de glace

### 5-7-1 Organisation et principaux enseignements

#### Équipements

La maîtrise du DVA, de la sonde, de la pelle et de la méthode de recherche d'une victime sous avalanche est un impératif.

Voir liste du matériel spécifique de la cascade au § 5 – 7– 4

Avant le départ sur le site on vérifiera l'ajustement des crampons sur les chaussures, l'affûtage des pointes, et l'équipement vestimentaire.

Contrôler l'habillement de chaque personne (étanchéité, isolation thermique, guêtres), les conseiller sur les façons de se protéger contre le froid et aussi leur apprendre à gérer l'approche à vitesse bien réglée par le leader.

#### Configuration du site :

Eviter les sites nécessitant une longue marche d'approche, pour pouvoir passer le plus de temps possible sur la glace, mais aussi éviter les sites trop fréquentés.

La sécurité passe surtout par le choix de la cascade en fonction des conditions météo et nivologiques, ainsi que sa capacité à recevoir un nombre de personnes plus important que celui du groupe.

Elle doit être suffisamment large à la base pour faire tous les éducatifs prévus dans de bonnes conditions.

**Tenir compte de l'évolution de la température et de l'exposition éventuelle au soleil qui font perdre de la résistance aux points laissés en place.**

La cascade sera de préférence, de niveau technique 3 / 3+.

#### Exercices proposés :

Veiller en permanence à la sensibilisation au milieu de la haute montagne hivernale, avec les risques potentiels et objectifs, que comporte l'activité : inciter les participants à l'observation de la configuration du site et de la stabilité du manteau neigeux, de l'état de la glace et de la température ambiante.

Sur l'itinéraire d'approche et arrivés sur les lieux, faire un tour d'horizon des dangers objectifs et de l'environnement.

(Avalanches, stalactites au-dessus des têtes, coulées de neige possible, chute de pierres). Etudier le BE-RA et observer les conditions locales.

En cascade de glace, les approches sont souvent longues, le sac un peu lourd. Alors il est conseillé de se déplacer

avec un rythme pas trop élevé. Pouvoir parler sans être essoufflé pendant l'approche, assure la bonne forme physique des participants au pied de la cascade, et permet de préserver tous ses moyens pour apprécier la journée.

**Discuter avec les participants** fait baisser la pression, les rassurer sur l'activité qu'ils découvrent, et l'approche devient ainsi encore plus agréable.

Se mettre à un endroit hors de la trajectoire des chutes de glaçons qui tombent quand les personnes grimpent.

Pendant que les stagiaires s'équipent, il faut contrôler le montage des crampons, du baudrier, vérifier les nœuds

d'encordement, de chacun, le réglage des dragonnes de piolet, la position du casque et sa fixation, le positionnement du matériel sur le baudrier.

**Expliquer le déroulement de la journée**, avec des détails précis, le but de ce que l'on va faire, les types d'exercices et leur emplacement.

Les exercices visent successivement à maîtriser l'utilisation du matériel spécifique et la gestuelle pour la progression (crampons, piolets), puis du matériel pour l'assurage : broches, lunules, équipement de la longueur.

La confection des relais et l'enchaînement des longueurs seront réalisés dans un deuxième atelier.

## 5-7-2 - Atelier technique d'ascension et assurance dans les longueurs en cascade

### Objectifs pédagogiques

Maîtriser les techniques de progression et d'assurance

Savoir s'adapter aux conditions et à leur évolution.

### Connaissances préalables

- Utilisation du DVA
- Cramponnage sur pente de glace modérée (glacier, ruisseau gelé) et pente de neige
- Principes de l'assurance en paroi :
  - les nœuds usuels, la mise en place du baudrier et de l'encordement, assurer le premier
  - principes de fonctionnement de l'assurance : les forces à absorber en premier et en second
  - propriétés des cordes dynamiques
  - force de choc et facteur de chute
  - effet poulie
  - impact du tirage et utilité du dédoublement des brins de corde
- caractéristiques des broches, mode d'emploi et résistance

### Choix du site et équipements

Pied de cascade assez large pour pouvoir s'exercer en traversée sans assurance, et en cordées parallèles pour les exercices en moulinette sur une vingtaine de mètres au maximum.

### Exercices proposés

En petits groupes on effectue les exercices suivants :

- Ateliers de traversée : ce premier exercice se fera sans corde, ce qui permet à tous de participer sans perte de temps et de ne pas se refroidir.
- Escalade en moulinette (après équipement par l'encadrement)
- Atelier de brochage : principes de positionnement des points dans la longueur et au relais, protection du relais, couplages, lunules, choix du type d'équipement, en moulinette
- Escalade en tête dans des longueurs pré-équipées
- Escalade en tête , assurance du second, simulation du réversible,
- Descente en rappel avec contre-assurance à partir de la voie gravie

Possibilités de jeux d'escalade : avec deux piolets mais une seule frappe autorisée, avec un piolet sans limitation de frappe, sans piolet, exercice de rapidité chronométré, escalade difficile en moulinette .

## A préciser ou contrôler en séance

### Avec 2 piolets

Exercices de traversée, au ras du sol sur le socle de la cascade, au-dessus du cône de neige, dans une zone délimitée par des broches ou repères visuels, en tournant les uns derrière les autres. Dans ces conditions l'erreur

de cramponnage et d'ancrages défectueux, autorise la chute sans risque de se blesser. Pour les cobayes, les sensations n'arrivent pas tout de suite, il faut leur donner un maximum d'informations, et corriger le plus vite possible leurs défauts. Insister sur la précision des ancrages des piolets, le maintien des engins, le placement des pieds, la position du corps, leur faire ressentir les bons équilibres.

### Avec 1 piolet

Exercice intéressant pour les sensations d'équilibre, on compense moins sur les piolets, le placement des pieds n'est plus aléatoire, la traversée devient plus technique. Malgré les repères de l'exercice précédent, il vaut mieux regarder, anticiper ses mouvements et gérer son équilibre pour arriver au bout de la traversée.

### Sans piolet

C'est encore mieux, car on découvre toujours pour la même traversée, modifiée par les exercices précédents, une nouvelle gestuelle, une nouvelle façon de progresser. Il y a maintenant plus que les pieds pour tenir, l'équilibre doit être parfait, une gestuelle adaptée permet d'économiser son énergie.

La durée de l'exercice augmente, les critiques et conseils sont émis par tous, la dynamique du groupe a démarré

### Brochage / Relais

En parallèle aux autres exercices déjà en place, un cadre met en place avec des stagiaires un atelier spécifique de brochage. Comment brocher sans se fatiguer, conseils sur le positionnement des points d'assurage en fonction du facteur de chute et des difficultés, la façon de placer la broche par rapport au relief et l'épaisseur de glace, comment coupler les broches pour faire un relais. Faire le point sur le matériel mis en œuvre pour un relais (auto-assurage et point de renvoi) et la méthode pour faire un ancrage sur lunules (Abalakov) pour descendre en rappel.

### Escalade en moulinette

Les ateliers sont installés et équipés pendant les exercices de traversée. Une petite longueur de 20m, brochée normalement où les stagiaires s'assurent par cordée de 2 sur un brin de 50m.

En fonction du nombre de stagiaires et d'encadrants, installer 3 ou 4 ateliers et équiper une longueur difficile, pour la fin de journée.

#### Brochages en moulinette

Sur les mêmes ateliers, une fois les rotations faites, les stagiaires brochent en grim pant.

Cet exercice de brochage prépare au prochain exercice.

#### Escalade en tête des stagiaires

Toujours sur les mêmes ateliers, les premières longueurs suréquippées, permettent aux cobayes de grimper en tête en sécurité.

L'ancrage de fin de longueur (couplage et mousqueton de sécurité) permet de redescendre en moulinette.

### Bilan complet de la journée (débriefing), cela

peut prendre 2 heures de temps, à prévoir pour les retours du soir



## 5-7-3 Atelier relais et enchaînement en cascade de glace

### Objectifs pédagogiques

- Maîtriser l'enchaînement des longueurs en ascension et en descente
- Perfectionner l'efficacité et la sûreté de progression de la cordée en cascade
- S'adapter aux conditions imposées par la nature du terrain, l'évolution de l'environnement et de l'engagement

### Connaissances préalables

Principes de l'assurage en paroi, notamment fonctionnement et confection des relais cf atelier 5-2-4

Utilisation du matériel spécifique de progression (piolets, crampons) et d'assurage (broches, lunules)

Utilisation d'autres moyens d'assurage en neige et en rocher (corps-mort, coinces, pitons, ...)

Descente en rappel auto-assuré

### Choix du site et équipement

Dans la mesure du possible privilégier un secteur peu fréquenté et/ou adopter un horaire décalé où il sera possible de prendre son temps sans s'exposer aux dangers liés à la fréquentation de certaines lignes.

Course d'amplitude modérée (2 ou 3 courtes longueurs) et d'horaire modestes permettant de "prendre son temps".

Matériel d'assurage à adapter aux caractéristiques de l'itinéraire pour que chaque cordée soit complètement autonome.

### Exercices proposés

Progression en cordée dans la cascade sur 2 ou 3 courtes longueurs

Pose de rappel sur lunule

### A préciser ou contrôler pendant la séance

- Progression lors de la marche d'approche : gestion du rythme, navigation/orientation, les risques objectifs
- le positionnement des relais et l'anticipation des trajectoires (ligne grimée, ligne de chute de la glace)
- gestion de la corde (du tirage, dédoublement,...)

protection de la cordée, pose des protections (broches,...), utilisation des points naturels arbres, ...

- Confection du relais : décalé de l'axe de progression, avec mise en place d'un point de renvoi pour protéger le début de la longueur suivante avant de faire relais, couplage (corde dynamique) - cf atelier 5,2,4 rocher
- Confection des ancrages de rappel : lunules, utilisation de colonnettes, ... couplages

Installation du rappel : contre-assurage par une broche pour tous sauf le dernier

Procédure de descente en rappel : poser l'autobloquant, mettre le frein, enlever la longe

#### **5-7-4 Liste du matériel et des équipements nécessaires**

Pour une cordée de 3 grimpeurs, escalade en flèche, pour un terrain inconnu.

Avoir pour le secteur choisi, topos, carte IGN et matériel d'orientation.

##### **Matériel de sécurité :**

DVA, sonde, pelle, couverture de survie, pharmacie, couteau, frontale, fusée détresse, sifflet ( Talkie-Walkie ), masque de ski et lunette de soleil, crème de protection

Vivres de courses, gourde, thermos, boisson chaude

Matériel personnel

Casque, masque de ski ou lunettes de glacier, visière

1 paire de piolets techniques

1 paire de crampons techniques

1 paire de chaussures , du type cuir avec isolation intérieure, semelles rigides cramponnables

##### **Matériel d'approche**

Adapté au terrain. Ski, raquette ou à pieds avec bâtons

##### **Matériel de progression en cascade par cordée.**

Corde à double de 100 m, 2X50 m (mousquetonnable un brin sur deux) diamètre 8,1 à 9 mm

Baudrier, mousqueton à vis directionnel + assureur-descendeur

Jeu de 10 broches à glace, comprenant 2 broches courtes et 1 longue, manivelle

Jeu de 6 dégaines dont au moins 2 absorbeurs de chocs

6 mousquetons de sécurité, dont 2 de type HMS, forme poire, pour les relais sur broches.

2 grandes sangles et 2 anneaux de corde ( 3 m en 8,1 mm en corde dynamique ) pour des couplages.

10 anneaux différents, cordelettes, sangles, cordes, pour les bidouilles

12 mousquetons simples droits

1 crochet à lunule et de la corde à laisser.

2 ou 3 pitons différents, éventuellement tamponnoir et spits, + piolet marteau 3°main

3 friends et coinçeurs 6 ou 7 différents

1 bloqueur type Ropeman ou Tibloc, pour remonter sur une corde

##### **Vêtements de haute montagne :**

Pantalon et veste de type goretex

Cagoule, bandeau, bonnet, tour de cou, casquette

2 ou 3 paires de gants dont 1 légère pour l'approche

1 paire de guêtres

1 fourrure polaire

Sous-vêtements chauds, collant et tee-shirt,

Divers.... N'oubliez pas votre carte CAF , vos papiers de voiture , carte bancaire.....



## 6 - LES COURSES

### 6 - 1 Choix des courses

Il est préférable :

- de demander aux stagiaires de préparer le choix et la conduite de la course en se documentant (carte, topos, gardien, ...)
- d'éviter les plus classiques,
- d'envisager une course alternative pour tenir compte de la fréquentation, des conditions sur le terrain et de la météo,
- d'avoir reconnu le début de l'itinéraire la veille

### 6 - 2 Préparation et conduite d'une course

- Etudier le topo, la météo, l'horaire, vérifier la compétence des participants et leur nombre,
- Le choix du matériel ;
- La course doit faire plaisir à l'initiateur, au débutant, aux participants....  
Importance de la concertation avec le/les stagiaire(s) ;
- Travailler la course d'autant plus qu'on ne la connaît pas ;
- Fixer un horaire par étapes . Tenir cet horaire ;

montée : 250 – 300 m/h ; 1 pause d'une ½ h toutes les 3 heures ( pensez qu'une course bien conduite est celle où tous arrivent au sommet et où le retour dans la vallée se passe sans problèmes ....

- Repérer (cartes, topos) les passages plus difficiles ou dangereux .

NOTA : le nombre des participants sera ajusté en fonction des compétences et des expériences , ainsi que de la voie envisagée .....mais le cadre dans tous les cas doit être capable une fois sur le terrain , soit de faire demi-tour, soit de changer d'objectif, si les choix de départ ne lui semblent pas convenir.... (rapidité, niveau technique, météo, itinéraire.....)



# Principes conditionnant l'encadrement et la pratique des activités d'alpinisme

## Caractéristiques de l'alpinisme

L'alpinisme est une discipline à caractère sportif. Son but est de réussir des ascensions par des itinéraires plus ou moins difficiles et présentant des dangers inhérents au milieu spécifique de la montagne. La difficulté de l'itinéraire, les capacités des pratiquants et les dangers (souvent aléatoires) sont très variables selon les saisons, les jours, les heures, les personnes ...

L'alpinisme exige donc une appréciation permanente des capacités de chacun, et de l'importance des risques encourus.

### Enjeux et évolution de la pratique associative

La pratique associative de l'alpinisme permet d'offrir un accès à cette activité dans des conditions plus sûres qu'une découverte individuelle et moins coûteuses que les services proposés par les agences et les guides. Elle crée des liens amicaux et sociaux entre les adhérents en les regroupant autour de valeurs communes, au premier rang desquelles la solidarité, la transmission d'un savoir par l'échange et la pratique partagée d'une activité. Les plus expérimentés enseignent aux plus « jeunes » ce qu'ils ont eux mêmes appris de la part de plus anciens, ce qui suppose aussi de la part des enseignés le respect des consignes données sur le terrain.

Par ailleurs cette activité apporte une contribution importante à l'économie montagnarde.

Cependant, l'évolution de la société où les individus réclament plus de liberté individuelle en même temps qu'une sécurité quasi absolue, tend en cas d'accident, à mettre en cause la responsabilité de l'encadrement.

Dans ce contexte la pratique associative de l'alpinisme ne peut exister qu'avec une définition de son fonctionnement connue et acceptée par ses adhérents, comme par la société.

## Faut-il des règles d'encadrement ?

C'est pourquoi il est nécessaire de préciser en quoi consistent le rôle et la responsabilité de celui ou de ceux qui acceptent d'encadrer une activité de club.

La diversité des aptitudes et des niveaux d'expérience des participants, comme celle des difficultés des itinéraires susceptibles d'être gravés ne permettent pas de définir a priori, des règles générales de nombre et de qualité de l'encadrement garantissant la sécurité d'une ascension en toutes circonstances. Celle-ci dépendra avant tout, de la bonne adaptation du groupe aux conditions rencontrées, lorsqu'il sera engagé dans l'ascension.

Cependant les objectifs à rechercher et les principes guidant les dispositions à prendre pour l'organisation et la conduite des activités d'alpinisme peuvent être définis et devraient être connus de tous.

## La gestion des risques dans la pratique associative

Le but des pratiques associatives n'est pas d'emmenner des adhérents en montagne, comme le font les guides emmenant leurs clients, mais de former des alpinistes autonomes et responsables, capables de réaliser des ascensions par eux-mêmes en évaluant les risques en permanence et au delà, de leur permettre de devenir à leur tour des formateurs. Ce renouvellement de l'encadrement est indispensable pour que l'association puisse poursuivre durablement son objectif d'initiation et de formation à l'alpinisme.

Un tel objectif ne peut être atteint qu'en développant chez les participants la capacité d'appréciation des risques encourus dans les ascensions et la capacité à prendre les décisions appropriées. Ainsi il est souhaitable qu'un débutant occupe, s'il l'admet, une position de premier de cordée, dès lors qu'il a suivi une formation permettant l'acquisition des techniques de base.

La sécurité résultera davantage du choix d'un itinéraire de difficulté adaptée aux capacités des participants, plutôt que du maintien des moins expérimentés en position de second ou d'une proportion donnée d'encadrants par rapport au nombre de participants.

En effet, comme le montrent les disparitions en montagne, l'expérience des plus confirmés n'est jamais suffisante pour pouvoir considérer que le parcours de tel ou tel itinéraire, si réputé accessible qu'il puisse être, soit sans risque. Chaque ascension, aboutie ou non, est l'occasion d'améliorer sa connaissance du milieu et sa maîtrise technique. Définir des critères autorisant une pratique en premier de cordée serait non seulement inefficace pour atteindre le but visé, mais risquerait de produire l'effet inverse, en accréditant l'idée que la sécurité recherchée résulterait du respect d'une norme, alors qu'elle est d'abord dans la vigilance permanente de chacun.

## Les responsabilités de l'association et de l'encadrant

La responsabilité du club est de garantir que l'encadrant a les compétences requises pour animer l'activité inscrite au programme d'alpinisme et d'en désigner le responsable, lorsqu'il y a plusieurs encadrants.

Le responsable a l'entière responsabilité du nombre de participants, de l'organisation des cordées et de l'adaptation de l'activité aux conditions rencontrées et aux capacités effectives des participants. Il devra s'assurer que ceux-ci ont acquis les techniques de base, les informer sur les difficultés attendues et les conseiller sur le choix de l'équipement à emporter ou des techniques à mettre en œuvre, les surveiller au cours de l'activité et intervenir, si nécessaire. Pour cela la position de l'encadrant la plus favorable n'est pas nécessairement en tête du groupe ou de cordée, et la détermination du nombre de participants et de cordées dans le groupe dépendra des aptitudes des participants, de la configuration du terrain, et des facilités de surveillance et d'intervention éventuelle.

De même, lorsqu'un professionnel participe à l'encadrement d'une activité d'alpinisme, il apporte un niveau de compétence plus élevé mais c'est d'abord à ses qualités de conseiller et de pédagogue, que l'association fait appel. Les fonctions attendues des professionnels et les relations entre bénévoles et professionnels sont à définir d'un commun accord avant le début de l'activité.

Le rôle du professionnel repose en général sur les mêmes principes que ceux définis cidessus .

**Les facteurs de sécurité : constance de l'attention portée à l'environnement et aux participants, et prudence dans les options**

**La réussite d'une course d'alpinisme** résulte de la maîtrise de ses trois composantes principales :

- **la difficulté de l'itinéraire** : état de la montagne, météo, horaire de jour ou nuit,...
- **les capacités des participants** : expérience, entraînement, acclimatation, équipement (matériel d'assurage et de progression, vêtements, alimentation...), fatigue, blessure éventuelle,... la manifestation des *risques naturels* : chutes de pierre ou de glace, coulée de neige, pluie, foudre, ...
- Le rôle de l'encadrant est d'évaluer les conditions de réalisation de l'ascension en fonction de l'évolution de ces différentes composantes et de décider de la conduite à adopter, poursuivre ou renoncer, tout en sachant qu'une fois la course engagée, la retraite n'est pas nécessairement la solution la plus facile. Le choix initial de l'itinéraire est donc particulièrement important.

## **6 -3 Recommandations pratiques pour les courses d'alpinisme**

La montagne est un milieu où les conditions varient beaucoup et il est difficile, voire impossible, de prévoir quel sera le niveau de difficulté exact qui sera rencontré. Il faudra donc sur le terrain être particulièrement attentif à l'environnement et adapter en permanence la conduite des cordées.

Avant de partir l'encadrant doit évaluer quel est le niveau des membres du groupe et définir sur lesquels il va s'appuyer lors de la course. Le nombre des participants sera fonction de la course, mais aussi des niveaux de chacun, une marge de sécurité devra être prévue pour l'ensemble du groupe.

La formation est là pour éviter que tous les incidents qui forment l'expérience, ne soient pas trop graves ; n'hésitez pas à participer aux stages et aux recyclages.

Un cadre fédéral doit tout en animant la sortie, tout faire pour que celle-ci permette à chacun d'apprécier ses capacités, et ainsi, d'accroître son autonomie.

### **Pour l'encadrant**

- Préparez soigneusement votre course avant de partir : connaissance de l'itinéraire d'ascension et de descente, repérage des difficultés et des dangers ( topos, reconnaissance, demandes aux amis, gardiens de refuge, gendarmerie... ) , de la météo, choix de votre matériel personnel, du matériel collectif et de l'équipement individuel des participants.
- Remplissez avec soin la fiche de sortie et sachez adapter en permanence, le programme prévu selon les capacités des participants et l'évolution des conditions en montagne. Faites connaître au Club ou au refuge... , toute modification de destination.
- Assurez-vous du port adéquat et effectif des équipements individuels de sécurité (casque, gants sur név et glacier, et bien sûr baudrier et encordement ...)
- Marchez très lentement durant les marches d'approche surtout la première heure, et arrêtez-vous le moins possible.
- Appréciez en permanence les dangers et le besoin de sécurité d'un ou des participants moins compétents. Veillez à la mise en place des assurages dans les passages pouvant présenter un risque, en mettant en application une ou différentes techniques maîtrisées par les participants.
- Ayez une vision du groupe la plus continue possible. Appréciez l'allure et la sécurité de la progression.
- Procédez à une évaluation des aptitudes de chacun des participants à la fin de la course

### **L'évaluation des risques dans l'organisation et la conduite des courses d'alpinisme et fiche d'aide à la décision**

La fiche a pour but d'aider les organisateurs et encadrants des sorties d'alpinisme à mieux évaluer les risques encourus, et ainsi à prendre les décisions les plus appropriées durant l'organisation et la conduite d'une course collective.

Ce document s'ajoute aux recommandations pour l'encadrement présentées dans la note sur les principes et la liste des conseils pratiques.

La fiche comprend deux tableaux d'analyse des principaux risques à prendre en considération dans les deux phases avant et pendant la course. Chacun des tableaux comprend huit critères d'évaluation.

Elle peut être utilisée en cas d'incident ou d'accident dans la sortie : on peut s'y référer pour identifier les facteurs qui ont pu intervenir et en tirer les enseignements.

cf. pages 70 et suivantes

## **Pour le participant**

Prenez connaissance des pré-requis. Faites part à l'organisateur de votre expérience et de vos aptitudes. Selon l'activité envisagée, votre inscription peut ne pas être acceptée.

- Renseignez-vous sur la course, même si vous êtes encadrés.
- Vérifiez votre matériel avant le départ et le soir au refuge.
- N'ayez pas un sac trop lourd rempli de choses inutiles, mais prévoyez des vêtements de protection en cas de mauvais temps.
- Mettez sur la poche supérieure les choses dont vous aurez besoin à tout moment (appareil photo, crème solaire, lunettes de soleil, une paire de gants ou une lampe frontale suivant le cas...).
- N'oubliez pas votre casque qui s'avère indispensable dans la plupart des courses qu'elles soient rocheuses, glaciaires ou en couloir neigeux, surtout si elles sont très fréquentées.
- Observez les consignes données par l'encadrant.
- Soyez rapides dans vos manœuvres. Tout le temps que vous perdrez à ouvrir et fermer votre sac pour chercher les lunettes qui sont au fond, à équiper ou déséquiper un relais, à remettre un crampon mal attaché, s'accumulera en fin de journée et augmentera les risques.
- Buvez beaucoup et souvent, et alimentez-vous régulièrement.
- Pensez aux autres en évitant de faire tomber des pierres.
- Ne vous attardez pas dans les zones exposées aux chutes de pierre, coulées de neige ou de glace
- Observez le terrain et la progression des autres participants, signalez l'apparition d'un danger et aidez-vous en cas de besoin.
- Ne vous décrochez jamais sans vérifier que l'assurage est inutile, au besoin demandez l'accord de l'encadrant.

## 6-4 TABLEAUX d'aide à la décision en alpinisme.

### 1 - Préparation et organisation

Le premier tableau correspond à la préparation de la sortie. Le cadre doit analyser les conditions prévisibles de réalisation de la course et veiller à ce que la composition du groupe permette de la réussir en toute sécurité. 8 critères sont indiqués et selon l'évaluation qu'il donnera à chacun de ces critères (très favorable en vert, favorable en bleu, défavorable en rouge, très défavorable en noir), l'organisateur est en mesure de vérifier que le choix de la course est suffisamment adapté aux capacités des participants ou éventuellement, de modifier son projet.

Les critères à envisager sont :

- Prévisions météo
- État de la montagne
- Connaissance des itinéraires de montée et de descente
- Niveau de pratique de l'encadrant / Niveau de difficulté et durée de la course
- Exposition de l'itinéraire aux risques naturels ( stabilité de la neige ou du rocher, passages sur glacier crevassé, en couloir ou sous chute de séracs,...)
- Engagement de la course
- Proportion de participants autonomes ( en fonction du niveau de difficulté de la course ) par rapport au nombre de participants non autonomes
- Entraînement et acclimatation des participants

### 2 - Approche et ascension

Le deuxième tableau correspond à la réalisation de l'ascension. Il comprend aussi 8 critères que l'encadrant doit évaluer au moins aux principales étapes de la sortie : approche, premières longueurs, à tout incident. Mais il est préférable que ce soit fait de façon continue en étant attentif au comportement des participants et à l'évolution de l'environnement. Lorsque l'un ou plusieurs des indicateurs deviennent défavorables, l'encadrant devra décider de l'option à prendre : modifier les cordées, abandonner, continuer, appeler les secours, ...

- État de l'itinéraire observé sur place ( y compris présence d'autres cordées)
- Équipement des participants
- Allure de la progression
- Maîtrise technique de la progression et de la sécurité des participants
- Évolution de la météo
- Facilité de suivi et de communication des cordées
- Ambiance du groupe

Conséquences d'un incident ( perte d'un piolet, chute sans gravité..) ou d'un accident ( blessure)

La fiche n'a pas pour ambition d'être exhaustive, ni directive. Elle doit être utilisée comme un cadre de réflexion pour inciter l'encadrant à la vigilance et à la prudence. Elle lui permet aussi de motiver ses décisions auprès des participants et en cela, de contribuer davantage à les faire progresser en autonomie.: Elle peut être utilisée en cas d'incident ou d'accident dans la sortie, elle pourra être utilisée pour identifier les facteurs qui ont pu intervenir et en tirer les enseignements.

Cette démarche d'évaluation exige la plus **grande objectivité** de la part de l'encadrant qui doit veiller à ne pas se laisser influencer par sa motivation personnelle.

## FICHE D'AIDE A LA DECISION (version de test en cours de mise au point)

		Très favorable	favorable	défavorable	Très défavorable
<b>AVANT LA COURSE</b>  <b>8 critères</b>	Météo prévue	Conditions très stables	Bonne mais changement annoncé	Risque d'orage Mauvais regel	Perturbation annoncée
	Conditions de course	Très bonnes avec infos	Bonnes avec informations	Moyennes ou peu d'informations	Mauvaises ou pas d'informations
	Connaissance de l'itinéraire	Plusieurs parcours dans des conditions différentes	Déjà parcouru	Non parcouru mais documentation disponible	Non parcouru et sans documentation
	Niveau encadrant et niveau course	2 degré d'écart ou plus	1 degré d'écart	Equivalence en toutes conditions	Equivalence en bonnes conditions
	Exposition de la course aux risques naturels	Très faible	Exposée par mauvaises conditions	Exposition permanente sur une petite portion	Très exposée
	Engagement de la course	Très faible Descente ou retour faciles, échappatoires	Course classique. Conditions de descente stable et demi-tour possible	Course longue, descente délicate dans certaines conditions	Descente et demi-tour dans la voie complexes et difficiles
	Proportion de participants autonomes	Tous autonomes	Moitié de non- autonomes	deux tiers de non-autonomes	Compagnons inconnus
	Entraînement et acclimatation	Fin de saison Plusieurs courses réussies	Quelques courses réalisées	Entraînement régulier mais pas de séjours en altitude	1 ère sortie de la saison

		Très favorable	favorable	défavorable	Très défavorable
<b>PENDANT LA COURSE</b>  <b>8 critères</b>	Etat de l'itinéraire, fréquentation du jour	Conditions aussi favorables que prévu, bonne trace	Proches de la prévision, pas d'autres cordées	Des passages délicats imprévus, autres cordées	Plus mauvais que prévu, difficultés accrues. Encombrement
	Equipement des participants	Matos complet progression, assurance, vêtements, frontale, ....	Possibilités de compensation dans le groupe	Incidence sur la progression	Mise en jeu de la sécurité
	Allure de la progression	Plus rapide que prévu	Conforme à la prévision	Lente	Très lente
	Maîtrise technique	Progression en sécurité	Manque d'aisance mais compatible avec horaire	Quelques défauts d'assurance	Techniques non maîtrisées
	Evolution de la météo	Stable	Quelques signes de détérioration	Légère dégradation	Nette dégradation
	Communications dans le groupe	Le groupe reste soudé et dispose de moyens de communication	Les cordées restent à portée de voix et de vue	Difficulté de communiquer avec tout le groupe	Perte de contact
	Ambiance du groupe	Excellente	Bonne	Quelques divergences sur la stratégie ou une décision	Mésentente marquée
	Conséquences d'un incident	Le matos reste suffisant, blessure très légère, ....	L'allure est ralentie mais sécurité et horaire acceptables	Blessure très pénalisante mais possibilité de retraite	Appel aux secours nécessaire

### Evaluation :

Dominante favorable (bleu) : niveau de risque acceptable

Dominante défavorable (rouge) : niveau de risque élevé, adaptation nécessaire

Dominante Très défavorable (noire) : risques exclus avant la course et à éviter dans le cadre d'une sortie de club

### Evaluation :

Dominante favorable (bleu) : niveau de risque acceptable

Dominante défavorable (rouge) : niveau de risque élevé, adaptation nécessaire

Dominante Très défavorable (noire) : risques exclus avant la course et à éviter dans le cadre d'une sortie de club

### **Quelques commentaires sur l'appréciation des risques**

## MISE EN ŒUVRE DE LA METHODE

### 1 - Préparation et organisation

Le choix de la course envisagée initialement par l'encadrant peut être remis en cause à tout moment jusqu'à l'attaque de la voie ( et ensuite il s'agira de décider de poursuivre ou d'effectuer une retraite ) en fonction d'une part, des informations recueillies sur l'état du terrain (de ses dangers et de ses difficultés) et d'autre part, sur les capacités du cadre et des participants.

Pour l'encadrant, la connaissance préalable de l'itinéraire n'est pas une nécessité mais la recherche de renseignements ( carte et topo-guide précisant l'ampleur de la course, prévisions météo, ...) et l'information des participants au moment de leur inscription sont indispensables pour que le groupe ne s'engage pas dans une ascension hors de portée pour l'encadrant lui-même ou pour les candidats.

Ceux-ci doivent pouvoir apprécier par eux-mêmes l'opportunité de leur participation en fonction de leur niveau de qualification et de préparation physique, mais la décision incombe à l'organisateur.

L'aptitude de chacun des participants à réussir la course envisagée est la première condition à leur inscription.

On leur indiquera la liste du matériel exigé pour la course envisagée en précisant que c'est une deuxième condition de leur participation à l'ascension. Rappeler la nécessité de vérifier réglage et bon fonctionnement.

L'identification et le repérage des risques naturels sont à présenter aux candidats, pour que, dès leur décision de s'inscrire, ils prennent en compte la présence des dangers ainsi que les exigences qui en découlent sur le plan des connaissances techniques et de la condition physique.

De préférence, il faudra chercher à équilibrer les cordées. Si les considérations d'affinité doivent primer, cela peut remettre en cause le choix de l'itinéraire ou la participation de certains.

L'acceptation de candidats de niveau faible peut conduire à un réexamen du choix de la voie et éventuellement à retenir un autre itinéraire plus accessible.



## 2 - Approche et ascension

L'observation visuelle de l'état de l'itinéraire projeté est à faire dès que l'approche le permet, et si c'est possible, interroger les interlocuteurs locaux (gardien de refuge, autres alpinistes, ...) sur les ascensions récentes ou envisagées.

La présence d'autres cordées peut être un élément positif, lorsqu'il s'agit de personnes qualifiées qui vont faciliter la recherche de l'itinéraire ou la réalisation de la trace. Mais elle peut être une raison pour renoncer au choix initial selon les risques encourus (chutes de pierre, ...) ou la perspective de l'allongement de la durée de l'ascension selon le nombre de cordées engagées.

On vérifiera que chacun dispose de l'équipement nécessaire pour la course. S'il n'est pas complet, le choix de la course est à confirmer ou la participation de certains peut être compromise

L'allure de la progression est l'un des indicateurs les plus significatifs de la capacité de réussite de la course. La comparaison du temps passé avec l'horaire prévu doit être effectuée au moins à la fin de la marche d'approche et dès les premières longueurs gravies dans la voie. Si l'ascension est poursuivie, un examen périodique est nécessaire.

L'encadrant doit veiller à être en mesure d'observer ou de rester en liaison avec l'ensemble des cordées. Pour cela il est souvent préférable qu'il ne soit pas dans la première cordée. Mais cela exige que la cordée de tête reste en contact, lorsque les derniers s'attardent. La sensibilisation préalable des participants à l'importance du maintien des communications entre cordées est un facteur de sécurité en permettant au groupe de s'entraider en cas de besoin.

A tout moment les circonstances peuvent nécessiter une retraite. C'est à l'encadrant de procéder à une appréciation permanente du temps passé, des risques et des difficultés, mais aussi à chacun des participants de procéder à l'évaluation de ses propres capacités à poursuivre et d'attirer à temps, l'attention sur les éventuelles difficultés qu'il ressent.

En cas de difficultés, l'ambiance du groupe peut se dégrader. L'encadrant doit veiller à ce que les décisions soient bien comprises par tous. En cas de divergence avec un ou plusieurs participants il formulera les consignes devant l'ensemble des participants et il fera constater leur non-respect éventuel.

Avant de s'engager dans la course, il sera utile que l'encadrant convienne avec les participants des dispositions à adopter en cas d'accident de façon à pouvoir compter sur chacun pour alerter les secours au plus tôt, quelle que soit la victime.

Pour cela on examinera les moyens de communication dont disposent les participants et on indiquera quelle est l'organisation locale des secours. En cas d'isolement du secteur visité, on incitera à la plus grande prudence.

Au cours de l'ascension, le processus d'évaluation doit être permanent et le plus objectif possible. En particulier, l'encadrant prendra du recul par rapport à sa motivation personnelle, de façon à ne pas sous-estimer les difficultés rencontrées par le groupe, lorsqu'il est personnellement très motivé par la réussite de la course. L'inverse est plus hypothétique, mais si le cadre n'est pas motivé par la poursuite de l'ascension, il faut qu'il s'en explique auprès des participants et examine les conditions éventuelles d'une retraite, sans chercher à mettre en cause les capacités de ses compagnons injustement.

L'encadrant devra veiller à ce que les critères défavorables (rouge) et très défavorables (noir) ne s'accumulent pas. Il s'efforcera de décider à temps des mesures (Changement d'objectif, retraite, poursuite ...) à adopter pour éviter que l'ascension prenne une dominante « noire ».

## **7- Comment organiser un stage ou une expédition**

### **7-1 Organiser un stage**

- Évaluer les besoins : le stage sera organisé en priorité pour ceux qui ont suivi les formations de base en week-end ou pour ceux qui ont déjà fait un stage et souhaitent se perfectionner.
- Composer une équipe d'encadrement en fonction des disponibilités des encadrants du club. Envisager la participation éventuelle d'un professionnel, qu'il soit déjà en relation avec le club, ou qu'il soit issu du massif visité pour apporter sa connaissance du terrain et des courses.
- Choix du site et de la période en fonction des objectifs de formation visés : neige, rocher, cascade de glace, découverte d'un massif lointain, ...
- Établir un programme et un budget de façon à définir le montant de la participation des stagiaires et les pré-requis
- Déclarer le projet sur l'extranet, s'il comprend une validation d'Unité de Formation et se procurer les livrets de validation Vers l'Autonomie. Pour cela, demander un code d'organisateur de stage (brevet d'initiateur obligatoire) au président du club.
- Enregistrer le projet sur le site du club, voire le site du comité départemental, si l'on veut élargir le recrutement.
- Examiner les candidatures et enregistrer les inscriptions
- Confirmer ou annuler le stage selon le remplissage
- Organiser le transport sur place et l'hébergement (réservation dans les centres alpins, les refuges, camping, gîtes, ...)
- Sur place, organiser une présentation des cadres et des participants, de leurs attentes, des ajustements éventuels du programme, ....
- Faire un bilan technique à la fin de chaque journée, tirer les enseignements, adapter le programme, formaliser la validation de l'UF (ou des UF), ... bilan de fin de stage avec les stagiaires (repas ?)
- Faire un compte rendu pour le club et enregistrer les validations dans l'extranet.

### **7-2 - Comment organiser une expédition lointaine**

#### **a - Constituer une équipe**

Les massifs lointains comportent des itinéraires de toutes difficultés et a priori rien ne s'oppose à l'organisation de stages de différents niveaux en expédition. Il faut cependant prendre en considération que le séjour est nécessairement plus long, que l'isolement et l'imprévu obligent à compter les uns sur les autres et que la mésentente entre les participants peut sérieusement compromettre le projet.

L'organisation est plus complexe. Elle impose une longue préparation qu'il est bien préférable de partager entre tous les participants.

Aussi, pour assurer le succès d'une expédition, il faut constituer une équipe ayant une très forte affinité et de préférence une pratique commune de l'alpinisme sur plusieurs saisons. Les expéditions organisées par les cadres des activités, et pour eux-mêmes, sont le moyen de souder une équipe d'animation et par l'appui que l'association leur apporte, l'occasion de reconnaître les services rendus.

#### ***Partir à deux, c'est possible mais il vaut mieux élargir le groupe :***

- avec 6 participants de niveau homogène, on peut alléger la tâche de chacun, surveiller ses affaires en voyage ou au camp, se porter secours en cas d'accident en montagne ...,
- avec 10 participants, on bénéficie de tarifs avantageux sur les transports aériens,
- au-delà, l'organisation s'alourdit...

## **b - Concevoir un projet**

### **La première tâche à réaliser est la définition de l'objectif de l'expédition :**

choisir un massif, le secteur à visiter, les sommets et les itinéraires d'ascension projetés, les sites de camp ... Le Centre National de Documentation Lucien DEVIES fournira une liste bibliographique très utile pour exploiter tous les renseignements disponibles dans les publications.

La concertation entre participants sur le choix de l'objectif est très importante pour s'assurer de la cohérence des motivations de chacun." Une fois le projet défini, un dossier de présentation sera établi pour accompagner les demandes d'aide. Il comprendra les renseignements suivants :

- dénomination de l'expédition,
- désignation de l'objectif (cartes et photos éventuelles),
- période et durée de l'expédition,
- description des difficultés attendues, style d'ascension,
- origine de l'équipe et association de parrainage,
- composition de l'équipe et références des participants,
- budget prévisionnel,
- soutien moral et financier déjà acquis. La composition de l'équipe précisera le **partage des principales responsabilités** :

- chef d'expédition : responsable administratif,      - trésorier : tenue des comptes.
- conseiller technique : organisation des ascensions (choix des itinéraires, composition des cordées, techniques et moyens utilisés),

Le dossier devra être mis en forme dans un délai minimum de six mois avant le départ de l'expédition car il reste encore de nombreuses démarches à réaliser.

### **c - Organiser la préparation de l'expédition en répartissant aussi équitablement que possible les différentes tâches préparatoires et l'organisation sur place :**

- demande d'agrément fédéral (indispensable pour l'autorisation d'achat en franchise de T.V.A. et l'accès à certains massifs),
- inventaire des besoins en matériel (alpinisme, camps, secours, vêtements,...),
- achats et contacts avec les fournisseurs,
- recherche de subventions,
- obtention de l'accord des services fiscaux pour la franchise de T.V.A., et validation des formulaires correspondant à chaque achat
- autorisation d'accès, visa des pays visités,
- voyage aérien : groupe et fret,
- transports sur place, hébergement, gardien - cuisinier ...,
- alimentation : approche, camp de base, altitude,
- assurance,
- secours, soins, pharmacie,
- documentation détaillée sur le massif,
- géographie, tourisme, langue,
- rencontres préparatoires, et entraînement des participants,
- compte-rendu de l'expédition.

L'importance de ces différentes tâches est variable selon le massif visité, l'expérience et la qualification des participants. Il est intéressant de rencontrer ceux qui ont récemment parcouru le même secteur. Pour cela, on peut demander à la FFCAM et à la F.F.M.E. les coordonnées des responsables d'expéditions antérieures.

Ne pas se laisser rebuter par ces obstacles administratifs. Seuls restent ensuite d'excellents souvenirs des ascensions et aussi de très bons amis !

## 8 Organisation des stages de cadres

### 8 - 1 Organisation des stages initiateurs – rôles de l'instructeur et du guide

L'organisation des stages diplômants relève des comités régionaux, et généralement c'est un instructeur qui les organise et en a la responsabilité. Une note spécifique a été établie par la CNA pour détailler les tâches à effectuer. Elle est disponible sur le « bureau virtuel ».

Les courses présentant le maximum de manipulations (techniques d'assurage en terrain peu difficile) sont les plus adaptées, l'objectif étant d'être à l'aise en terrain montagne varié .

**Niveau : F/ PD, AD maxi .**

Les conseils donnés par l'instructeur et le guide sont les mêmes que ceux qui devront être donnés lors d'une collective future... encadrée par un initiateur.

Rôle de l'instructeur dans cette course :

- **avant** : poser les questions : topos, météo, horaire, passages difficiles, nombre de participants
- **pendant** : surveillance, n'intervient pas sauf si sécurité en jeu ;
- **après** : analyse critique de la course.

L'instructeur a un rôle de formation, et d'évaluation, en prenant plus particulièrement en compte la fonction et le comportement de l'initiateur dans les activités de club. C'est la décision du guide qui prime, mais l'instructeur doit participer à l'évaluation, en particulier pour s'assurer que l'ensemble des critères est bien pris en considération : maîtrise technique, expérience, confiance en soi, organisation, attention aux autres, sens des responsabilités, sociabilité, animation, connaissance de l'association, motivation .

### 8 - 2 L'évaluation des stagiaires

Le problème récurrent de toutes formations, et notamment des formations d'adultes, réside dans l'évaluation des stagiaires.

Cette action relève du jugement de valeur et ne peut se faire qu'à partir d'une échelle commune préalablement définie.

chaque participant à une formation , quelle qu'elle soit , est d'abord évalué :

Par rapport au groupe dans lequel il évolue.

Par rapport à la sensibilité de celui qui porte le jugement.

Ensuite on se pose la question de la limite inférieure, de savoir si elle est atteinte par rapport à l'échelle nationale définie. La notation peut, si la limite est atteinte, se révéler éliminatoire.

Dans toutes évaluations techniques d'un savoir-faire, la première impression que l'on aura d'un individu sera obtenue par observation (- s'il sort du groupe par le haut ou par le bas - il est bon ou mauvais - le meilleur ou le plus mauvais-). Le jugement est porté par rapport à la connaissance et à la capacité d'observation du formateur qui porte le jugement, car ça en est bien un.

Que l'individu soit noyé ou non dans le groupe il y aura lieu d'évaluer, en même temps, le groupe dans son ensemble, par rapport à l'échelle définie et ensuite de porter une évaluation personnelle de chaque individu qui le compose, car c'est finalement l'individu que l'on diplôme et pas le groupe.

Très rapidement l'équipe d'encadrement doit être capable de savoir où se situe le groupe par rapport à la norme d'évaluation définie. Pour ce faire, il est important que l'équipe soit capable de se positionner par rapport à cette norme. Faute de satisfaire à ce premier critère on risque de voir diplômer des stagiaires "mauvais" dans une région et ne pas diplômer les "bons" dans une autre.

#### **Principes généraux**

Dans la réalisation d'un exercice ( simple comme un atelier de sauvetage par exemple ) ou plus compliqué (comme la conduite d'une course en montagne ) l'évaluateur va d'abord avoir un jugement d'ensemble quant au stagiaire, si ce dernier semble très à l'aise et domine son sujet, l'impression sera bonne. A contrario si la prestation est brouillonne, hésitante l'impression sera mauvaise. Il y aura lieu dans ce deuxième cas de juger si les limites inférieures ont été atteintes, si, notamment, la sécurité des participants à l'exercice a été mise en cause. Toutefois si le groupe a été mis en danger, le formateur aura arrêté l'exercice ou sera intervenu en appui et correction.

Dans tous les cas l'évaluation particulièrement quant elle est éliminatoire, doit se référer à une échelle de valeur définie collectivement. C'est pour cela que des fiches d'évaluation sont données avec les contenus de stage.

Ces principes sont valables d'une manière générale quel que soit le mode d'évaluation. Cette méthode est bien évidemment inutile quand la réponse au problème posé ne propose qu'une alternative « bon ou mauvais ». Le cas le plus simple, connu de tous, est  $1+1=2$ , il n'y a aucune discussion possible, le problème n'est plus d'évaluer mais de constater que le formé a répondu correctement ou non.

### 8-3-1 l'évaluation en formation d'adultes.

Les formations en brevets fédéraux entrent de plein droit dans la formation d'adultes. Elles s'adressent à des publics d'âges variés, un groupe jeune ou un groupe plus âgé mais parfois aussi très hétérogène, quand on retrouve dans le même stage une grande diversité dans l'âge des participants. Les formateurs peuvent, parfois être plus jeunes que les formés, qu'ils auront à évaluer, ce qui peut compliquer l'évaluation quand l'échec est constaté.

Quel que soit le résultat de la problématique ci dessus posée, les cadres doivent être clairs vis à vis des stagiaires quant aux méthodes d'évaluation mises en œuvre dans le stage.

La plus mauvaise méthode en formation d'adultes, mais sans doute aussi dans tout autre type de formation, consiste à réaliser le stage sans rien dire et à laisser tomber ex abrupto en fin de stage la sentence de réussite ou d'échec. Ce que nous avons à évaluer, en alpinisme notamment, est tellement complexe qu'il est quasiment illusoire aussi de vouloir organiser un "examen" en fin de stage. Il n'y a rien de pire qu'un stagiaire qui n'a pas compris pourquoi il était constaté en situation de réussite ou d'échec, ce sera dès lors l'autorité et la compétence des formateurs qui seront mises en cause.

On n'a pas le droit de "jeter" devant son club, sa famille, ses amis un stagiaire, sans qu'il ait compris pourquoi il était en situation d'échec, pourquoi il ne répondait pas aux critères minimums requis. On s'exposera à une remise en cause des formations et de leur sérieux par le stagiaire lui-même, mais aussi ce qui est plus grave par l'institution, dès lors qu'elle « remet » en cause le résultat. Cela ne veut pas dire non plus, que l'on doit diplômer tout le monde pour être gentils.

Il y a lieu par conséquent d'être précis quant au respect des pré-requis obligatoires en début de stage ainsi que de celui des compétences à maîtriser à la fin. On le voit, de la manière dont on compose le groupe au départ, dépend le déroulement du stage. Etre clair sur ce que l'on veut faire, ne prendre que des adhérents qui répondent aux critères définis est la clef de la réussite pour l'organisateur, pour le stage, et pour les participants. Toute attitude de "petits chefs" est à proscrire, les formateurs ne sont pas là pour se venger sur les stagiaires de leur incompétence ou de ce qu'on leur a fait.



## 8-3-2 De l'évaluation participative

On l'a vu, il faut se prémunir des évaluations qui apparaissent arbitraires, relevant de la seule équipe d'animation, elles ne seront pas comprises des participants, même si en final c'est bien le professionnel et le cadre fédéral qui proposent au brevet et qui engagent en cela leur responsabilité.

Un cadre bien formé, est un cadre conscient de son niveau technique et de ses compétences, qui est capable de jugement sur les pratiquants qu'il emmène, qui choisira la course proposée en conséquence, tout en étant capable tout au long de l'activité de réviser son jugement et s'il le faut, de faire demi-tour.

Dés lors, on conçoit que l'évaluation prenne une deuxième dimension, qui est celle que le cadre porte sur lui-même et sur la manière dont il a réalisé l'exercice quel qu'il soit.

L'équipe de formation ne va plus seulement porter un jugement technique sur le stagiaire évalué, mais va devoir maintenant à la lumière de cette première opinion, porter un jugement sur ce que le stagiaire lui-même pense lui, de ce qu'il a proposé, et de la manière dont cela s'est déroulé.

Ce qui est donc intéressant, c'est un peu moins de savoir si le stagiaire a ou non réussi la totalité de l'exercice, que d'évaluer l'analyse qu'il fait a posteriori de son action, des enseignements qu'il tire d'un échec, de la manière dont en cours d'exercice il aura corrigé la donne, en s'apercevant des erreurs en train de se commettre et des risques d'erreurs prévisibles.

La montagne ne peut être mise en fiche comme une recette de cuisine, et si les bons alpinistes meurent dans leur lit c'est aussi parce que par moment ils ont peut être eu de la chance.

"L'expérience, nom dont les hommes baptisent leurs erreurs" disait Oscar Wilde

Comme il ne peut pas être question non plus de mettre un cadre derrière chaque stagiaire, ce qui ne permettrait pas d'atteindre le but poursuivi, il faut bien à un moment donné faire confiance à un individu et le laisser emmener seul des pratiquants et les former. Les formateurs ne détiennent ni la science infuse de l'alpinisme, ni un dogme et il est impossible de diplômé seulement les très bons et de « jeter » tous les autres. Il faut d'autre part se méfier de l'adhérent très fort techniquement, mais qui sûr de sa force, sera incapable de discernement et de jugement, et emmènera n'importe qui n'importe où.

Ce que nous devons mettre en avant dans nos stages, c'est la sécurité. Nous devons par conséquent tout mettre en œuvre pour que les stagiaires aient toujours et constamment cela présent à l'esprit chaque fois qu'ils feront un choix et prendront une décision.

Pour se faire une opinion juste sur chaque stagiaire et se prémunir des retours de bâton quand nos décisions tomberont une seule solution : être clair et procéder à l'évaluation permanente des formés. Pour cela une seule méthode, procéder quotidiennement avec l'ensemble à la construction des différents exercices proposés, procéder avec le professionnel aux ajustements nécessaires de programmation si besoin.

### **Avant l'exercice :**

Une réunion préparatoire présente l'exercice, les buts poursuivis, les moyens mis en œuvre

On définira la participation de chacun et dans les stages Initiateur, en distinguant les deux groupes, technique et validation

Cette phase préparatoire comportera la préparation du matériel à emporter pour réaliser l'exercice (avoir tout mais pas trop)

### **Pendant l'exercice**

Les encadrants montent l'exercice. Dans un stage Initiateur, ce sont les stagiaires en validation qui montent l'exercice et dirigent sous le regard attentif de l'équipe d'encadrement.

Les stagiaires (stagiaires en technique dans le stage Initiateur) apprennent les gestes et les manœuvres.

## Après l'exercice

- Retour à la base rangement du matériel et remise en état s'il y a lieu, cela fait partie des apprentissages, il faut savoir finir une action.
- Une réunion bilan tire les enseignements de l'exercice tant au niveau des acquis de connaissances qu'au niveau de l'apport de l'exercice et de la manière dont il a été mené.
- Chaque stagiaire peut être amené à s'exprimer, en tout premier lieu ceux qui ont dirigé l'exercice.
- L'équipe d'encadrement tempère et émet un avis sur l'analyse qu'en font les stagiaires, on veille tout particulièrement à ce que cet exercice ne tourne pas en règlement de compte " la critique est facile mais l'art est difficile"

Sans pousser à la "réunionnisme" il est important pendant le stage de tenir les réunions de briefing et de débriefing à trois niveaux.

Avant l'exercice dans un ordre croissant :

L'équipe d'encadrement

L'équipe d'encadrement avec les stagiaires en validation (stage Initiateur)

L'ensemble du groupe

Après l'exercice dans un ordre décroissant :

L'ensemble du groupe

L'équipe d'encadrement avec les stagiaires en validation (stage Initiateur)

L'équipe d'encadrement

Il faut tout au moins écouter et faire participer tout le monde, et après chaque phase importante du stage (2 ou trois sur 7 jours) faire le point collectivement afin de permettre à chacun de se situer. Profiter de temps improvisés (une attente, une descente de refuge etc.) pour faire un point individuel avec l'un ou avec l'autre stagiaire, surtout ceux qui sont en difficulté.

Il faut être très strict au début sur la participation des stagiaires à la préparation des activités et au respect des horaires. Pour être efficace cette méthode requiert beaucoup de mini-réunions.

C'est le stagiaire qui doit s'évaluer et comme dans un entretien d'embauche, il doit mettre en avant ses points forts, prendre conscience de ses points faibles et définir une méthodologie pour combler ses manques.

En cas de difficultés avec un stagiaire particulier, le rencontrer (un cadre seul ou l'encadrement au complet) afin de faire le point avec lui.

Dans les stages Initiateur, ne pas hésiter, si l'on perçoit une difficulté, à associer à la réflexion les stagiaires en phase de validation. Le stagiaire s'est-il confié au groupe ?, Les autres stagiaires ont ils perçu le malaise ? (cas de stagiaire taciturne qui ne participe pas à la vie du groupe).

L'image que l'on donnera de la conduite d'un groupe déterminera toujours sur la manière dont le futur cadre mènera les formations qu'il organisera par la suite. Les initiateurs accompagneront des adhérents dans des situations de loisirs.

Rappel :

On ne vient pas au club pour retrouver les petits chefs que l'on fréquente éventuellement dans sa vie professionnelle, ce n'est pas une raison non plus, pour faire les choses à la légère et s'affranchir des règles de sécurité.



### 8-3-3 La décision finale

Elle appartient à l'équipe d'encadrement, qui doit en son âme et conscience proposer ou non au brevet.

Il y a lieu de tenir compte pour cette décision des différents paramètres qui vont de l'âge du stagiaire, de son implication dans son club et de ce qu'il compte faire de son brevet, mais à ses qualités techniques doivent s'ajouter les qualités humaines que le stagiaire a montrées pendant les quelques jours passés ensemble. La réponse finale réside dans la question : « Est-ce que je lui confierais mes enfants afin qu'il les emmène en montagne ? »

L'important est que chaque stagiaire, comprenne la décision qui sera prise vis à vis de lui. L'entretien individuel avec chacun, où on peut lui faire part plus intimement de la décision de l'équipe d'encadrement est un bon principe. On peut dire entre quatre yeux ce que l'on doit s'interdire de dire devant tout le groupe. Cette règle d'entretien individuel de quelques minutes, devrait être de base dans tous les stages. C'est la finalité dans la clarté de l'évaluation participative.

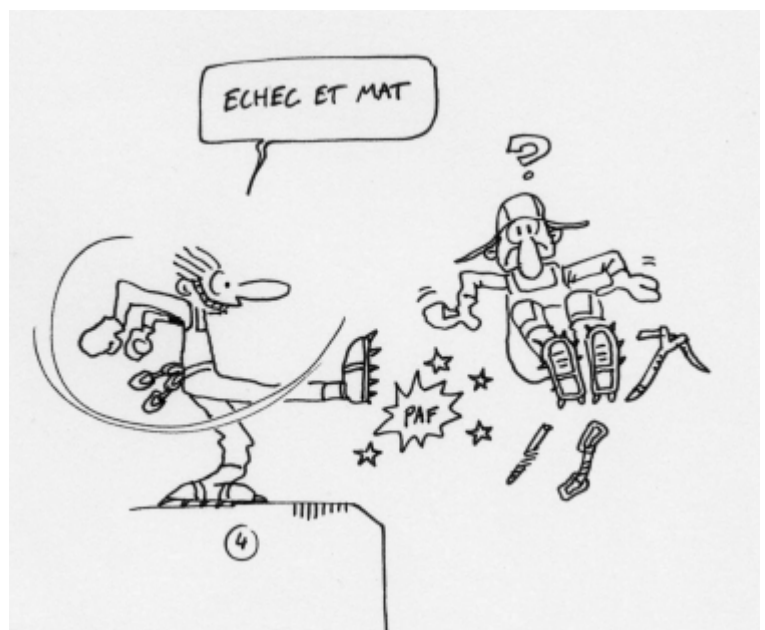
La décision de diplômer, assortie d'un avertissement sur un point que le stagiaire devra impérativement améliorer par la suite, a souvent plus de poids qu'un refus de diplômer annoncé collectivement qui ne sera pas compris. Le cas par exemple d'un stagiaire un peu tête en l'air, à qui l'on signifiera en tête-à-tête que son attitude pourrait être lourde de conséquences s'il poursuit dans cette voie est souvent très positive, à condition bien sûr que le stagiaire ait démontré par ailleurs des qualités techniques et relationnelles cohérentes.

Enfin si la réunion d'accueil est importante, la réunion de clôture du stage l'est tout autant. Il faudra y expliquer brièvement et mettre en relation chaque décision finale que l'on a prise et préalablement exposée individuellement à chaque participant. C'est un moyen pour l'équipe d'encadrement de vérifier qu'elle a été comprise dans son action de formation et d'évaluation.

L'évaluation de l'action globale du groupe n'est finalement que la compilation des décisions individuelles. Il y a un diplôme sur mesure par stagiaire et pas un moule type dans lequel le stagiaire doit rentrer à tout prix.

Cette réunion de clôture est enfin l'occasion pour l'équipe d'animation de s'évaluer et d'améliorer sa technique d'animation et sa méthodologie de transmission du savoir, surtout si elle est constituée pour la première fois. Mais soyez sûrs, que quoi que vous fassiez, vous rencontrerez des groupes faciles et d'autres qui le seront moins. Cela tiendra autant aux niveaux techniques individuels des participants qui composent le groupe, qu'aux conditions météorologiques du stage qui vous auront obligés à jongler avec le programme, qu'aux caractères des participants (le responsable du stage y compris) qui s'affrontent, qu'aux conditions d'hébergement etc. etc.

Pour conclure cela ressemble furieusement à la conduite d'une course en montagne.





# **Partie III: Recommandations** **règlements**

## 9 – Protection du milieu et préservation du TA

### Position de la FFCAM sur l'équipement des sites naturels d'escalade et la préservation des terrains d'aventure. (4 Novembre 2011 )

L'équipement des falaises s'étend de plus en plus au gré d'initiatives individuelles, et le plus souvent sans concertation, ni autorisation des propriétaires ou des gestionnaires des espaces concernés. Aussi la FFCAM s'est-elle positionnée sur les initiatives récentes qui paraissent ignorer les enjeux de protection du milieu naturel, comme ceux de préservation des différentes pratiques sportives.

Le maintien en « Terrain d'Aventure »(TA) des sites naturels est plus respectueux du milieu naturel, en limitant le nombre de voies d'escalade et la fréquentation qui en résulte. C'est aussi un enjeu culturel et sportif : c'est indispensable pour former et entraîner les alpinistes de tout niveau, que ce soit pour ceux qui parcourent les courses les plus abordables F ou PD, ou pour de nombreux jeunes grimpeurs de plus haut niveau, attirés par l'engagement exigé par la pratique de l'escalade en terrain d'aventure.

Les nouvelles possibilités offertes par les moyens de protection amovibles (coinceurs à câble ou à cames) permettent d'améliorer sensiblement la sécurité des ascensions, sans laisser de trace. La règle du jeu spécifique à cette pratique est alors d'accepter les limites que la nature impose à la progression et à la protection du grimpeur. Elle impose à chacun de savoir renoncer à poursuivre l'ascension, lorsque la difficulté et l'exposition dépassent ses capacités. Le grimpeur est responsable de sa sécurité et entièrement libre du choix de son itinéraire, comme l'ont été ses prédécesseurs. Ainsi nous préférons l'appellation d' « escalade d'aventure » (adventure climbing ? », à celle d' « escalade traditionnelle » (traditional climbing).

Dans les sites naturels d'escalade, là où c'est encore possible (Caroux, Pic Saint-Loup, ...) il faut définir des secteurs de terrain d'aventure, où la perforation du rocher est exclue. La sécurité du grimpeur est alors assurée sous sa propre responsabilité uniquement avec du matériel amovible. Il est préférable que dans les grands espaces naturels, les parcs naturels nationaux en particulier, ce soit l'ensemble du massif qui soit considéré comme terrain d'aventure, et que, par exception, on délimite les sites sportifs où l'utilisation du perforateur est autorisée (exemple : Montagne Sainte-Victoire).

Dans les secteurs reconnus comme terrain d'aventure, l'ouverture de voies équipées dans le voisinage de voies en TA n'est ni respectueux de la nature, ni de la pratique en TA. Avec la présence des scellements, l'aspect naturel du site disparaît et on prive des grimpeurs de plus haut niveau de possibilités ultérieures d'ouverture sans utilisation d'un perforateur.

Le rééquipement de voies en style TA (Parc du Mercantour, Caroux, ...) qui consiste à supprimer les pitons pour les remplacer par des scellements, seulement là où les protections amovibles ne sont pas utilisables, peut être accepté dans certains secteurs dédiés à l'apprentissage de la progression avec des protections placées par le grimpeur de tête. Ces secteurs constituent des écoles de "TA", Cependant le gain en sécurité, invoqué pour justifier de tels équipements, est faible : ce terrain exige de maîtriser l'utilisation des protections amovibles.

D'autre part, ce type d'équipement doit demeurer exceptionnel et mérite d'être soumis à la concertation des instances locales représentatives des grimpeurs et à l'autorisation préalable des autorités chargées de la police des espaces concernés, tout particulièrement lorsqu'il s'agit d'espaces protégés (Parcs nationaux ou régionaux).

Avec l'extension de l'équipement placé à demeure, il est très improbable que la multitude de scellements déjà mis en place dans les falaises et les grands massifs puissent faire l'objet d'un suivi et d'une surveillance suffisante pour en garantir la fiabilité. ! Hors des sites faisant l'objet d'une convention entre le propriétaire et une association ou un organisme qui prend la charge de l'équipement et de sa maintenance, le droit français donne la responsabilité de la fiabilité des équipements aux communes, ce dont nombre d'entre elles ne peuvent assurer la charge.

Il ne s'agit pas de condamner le développement de « l'escalade sportive » mais de reconnaître qu'il ne faut pas transformer toutes les parois en mur d'escalade, afin de contribuer à la protection des espaces naturels et préserver la diversité des formes de pratique.

## PROTECTION DU MILIEU d'une manière générale...

La Fédération des clubs alpins et de montagne n'est pas seulement une fédération sportive. C'est aussi une association agréée par le Ministère de l'Environnement depuis 1978 au titre de protection de la nature. C'est parce que la montagne est au cœur de nos pratiques et aussi parce qu'elle fait partie de notre patrimoine qu'il nous tient à cœur de la préserver, d'éduquer et de sensibiliser nos adhérents et tous ses pratiquants en général.

La montagne est un milieu riche, changeant, extrême, mais ses limites sont repoussées chaque jour un peu plus par l'activité humaine. Les conflits d'usage s'y font plus fréquents, la pression des activités humaines y est de plus en plus forte. Sa fragilité est désormais reconnue et il convient d'être plus vigilant que jamais quant à sa protection.

Cette sensibilité à l'environnement a été matérialisée par la création en 1976 d'une entité qui lui est entièrement dévolue : la Commission Nationale de Protection de la Montagne. Elle est composée de délégués régionaux qui se réunissent 4 fois par an afin de rendre compte de la situation sur le terrain, de discuter des problèmes qu'ils ont pu rencontrer.

### Elle est investie de plusieurs missions

- Informer et sensibiliser les membres et les instances dirigeantes de la FFCAM afin de les rendre attentifs aux problèmes existants
- Faire des propositions de prises de positions au comité directeur fédéral en vue de la conservation d'un patrimoine naturel, humain et culturel précieux en prenant en compte l'intérêt des populations locales
- Dialoguer, collaborer et échanger des expériences avec d'autres associations et institutions à propos de l'aménagement et de la protection de la montagne en France et à l'étranger
- Mettre en place des projets et des actions, représenter la FFCAM auprès des pouvoirs publics, des instances juridiques, des ONG, des associations des médias
- Se coordonner avec les commissions d'activités afin d'intégrer dans la formation des cadres et des pratiquants un volet « connaissance du milieu ».
- Promouvoir les actions de préservation du milieu montagnard
- Apporter son soutien aux clubs qui la sollicitent
- Financer tout ou partie dans le cadre de contrat d'objectifs des stages, sorties ou actions en faveur de l'environnement (sorties éducatives, opérations de réhabilitation ou de nettoyage de sites) proposés par les clubs.

Elle permet ainsi de perpétuer la tradition de respect du milieu naturel exposée dans la « Charte Montagne, pour un développement respectueux de l'environnement » et de la matérialiser par des démarches concrètes.

Les alpinistes sont particulièrement concernés par les problèmes que pose l'extension de l'équipement des voies rocheuses en moyenne et haute montagnes. La préservation d'espaces de pratique en terrain d'aventure dans tous les sites naturels, y compris dans les falaises les plus accessibles, doit être revendiquée par respect pour la nature et pour pouvoir disposer de sites de formation pour les futurs alpinistes. La charte de l'escalade adoptée sur la montagne Sainte-Victoire peut servir de référence pour définir

les conditions de pratique des différentes formes d'escalade et en particulier pour délimiter les secteurs équipés et ceux qui doivent rester terrain d'aventure. On trouvera le texte de la charte en consultant le site du syndicat de gestion du massif : [www.grandsitesaintevictoire.com](http://www.grandsitesaintevictoire.com)

Voir aussi la rubrique environnement sur le site de la FFCAM



# 10 - CONTRÔLE des E.P.I.

(Recommandations fédérales pour la gestion du matériel dans les clubs )

Vous pouvez trouver ce texte à l'adresse suivante :<http://extranet-clubalpin.com/>

## Généralités

La plupart des équipements de sécurité utilisés dans les activités proposées par les clubs de notre fédération sont des Équipements de Protection Individuel ( EPI). La définition, le classement et les caractéristiques de ces EPI sont décrits dans une Directive Européenne complétée par des dispositions du Code du Travail.

Ces dispositions réglementaires créées pour la protection des travailleurs évoluant dans des milieux à risques, s'appliquaient aussi dans le domaine sportif et interdisaient, entre autres choses, le prêt et la location de ces équipements.

Ces dispositions, ont été considérablement assouplies en 2004. Dans le cadre spécifique des activités physiques, sportives, éducatives et de loisirs., le prêt et de la location des EPI est à nouveau possible.

Cette nouvelle situation s'accompagne néanmoins d'une obligation de gestion rigoureuse des stocks de matériel EPI prêtés ou loués aux adhérents. Il s'agit essentiellement d'une check-list des vérifications à effectuer sur ces matériels. Cette gestion conforme à la norme XP S 72-701, dont ces recommandations détaillent la mise en œuvre, fait partie de l'obligation générale de sécurité des dirigeants des clubs.

## Recommandations générales

### **1) Désignation du ou des responsables des contrôles**

Listes des personnes habilitées :

Titulaire BE alpinisme, escalade, spéléo

Titulaire de qualifications fédérales FFME et FFS

Titulaire d'un breveté fédéral délivré par une fédération agréée concernée les activités utilisant ces matériels

Liste des responsables matériels FFCAM (2 ans de pratique avant le 31 /12/05)

Titulaire de qualification ou ayant suivi un recyclage FFCAM à compter du 01/01/06

### **2) Identification et marquage du matériel**

Listes des matériels concernés :

Absorbeurs d'énergie alpinisme et via ferrata	Crampons
Broches à glace	Harnais
Casques	Longes
Coinceurs	Piolet (ou assimilés)
Coinceurs mécaniques	Pitons
Mousquetons	Poulies
Maillons rapides	Cordes et cordelettes

#### **Remarques :**

**Les ARVA ne sont pas pris en compte dans la norme nous recommandons néanmoins de les gérer comme un EPI**

**Pour permettre le suivi de ces matériels, ils doivent posséder un marquage qui les identifie individuellement. Il est toutefois possible de les identifier par lot pour des matériels dont la durée de vie est illimitée, de même modèle et ayant la même date de 1ère utilisation (ex : lot de mousquetons).**

Pour certain matériel, un marquage individuel est prévu par le fabricant (mesure récente). Si ce n'est le cas il faut le réaliser à l'aide des produits de marquage disponibles dans le commerce ou par des moyens plus artisanaux :

- marquage à chaud pour les cordes
- peinture ou gravure pour les pièces métalliques
- couture pour les sangles, harnais, dégaines...

Attention de ne pas modifier les caractéristiques du matériel

### 3) Tenue du registre :

La norme précise l'obligation de tenue d'un registre constitué de l'ensemble des fiches de vie, ainsi que des notices d'information correspondantes fournies par le fabricant.

Chaque matériel ou lot fait l'objet d'une fiche de vie.

Les événements exceptionnels subis par le matériel, les contrôles occasionnés par ces éléments, les contrôles annuels doivent être consignés sur la fiche de vie. En cas de dédoublement d'un matériel (coupure d'une corde) 2 fiches de vie doivent être créées

### 4) Informations des utilisateurs

Si le club fournit du matériel aux participants d'une sortie, le club a la charge de fournir aux utilisateurs les informations concernant ce matériel. C'est-à-dire :

- les sensibiliser à la bonne utilisation de ce matériel
- les informer de l'existence et de la possibilité de consultation du répertoire des notices d'information
- les sensibiliser au bon réglage du matériel, en particulier :
- les crampons (type de chaussure, essai préalable)
- les harnais
- les casques
- les inviter à signaler au retour ce qui constitue un événement exceptionnel (chute...)

## Stockage et entretien

Les opérations de maintenance et de stockage doivent être réalisées conformément à la notice d'information du fabricant. Les matériaux synthétiques doivent être stockés à l'abri du soleil et ne pas être en contact avec des agents chimiques ou des hydrocarbures. Les matériaux métalliques mécaniques régulièrement lubrifiés

## Contrôle des matériels

### 1) Contrôle de routine

Un contrôle de routine doit être effectué avant et après chaque mise à disposition. Si le matériel présente un défaut, il est retiré jusqu'à ce que le responsable du matériel décide de le réparer (ou de le mettre au rebut) et mette à jour sa fiche de vie.

### 2) Contrôle complet

Chaque contrôle complet doit être consigné sur la fiche de vie

Contrôle complet

- **Un contrôle complet doit être effectué au moins tous les 12 mois par le contrôleur.** La fréquence du contrôle peut être augmentée, au gré du responsable de la mise à disposition ou du propriétaire ; Un contrôle complet doit être effectué sur un matériel retiré suite à un contrôle de routine.

Contrôle suite à un événement exceptionnel :

On entend par événement exceptionnel :

- d'une chute importante susceptible d'avoir créé une déformation permanente du matériel ou une détérioration
- d'une modification de l'équipement de protection individuelle ;
- d'une exposition en dehors de la plage de température préconisée par le fabricant ;
- d'un contact avec des agents chimiques :

les acides, les huiles et les solvants pour les matériels textiles (possibilité de destruction des fibres non visibles)

les outils à glace (assemblage par collage) et les casques,

les produits corrosifs pour les pièces métalliques.

### 3) Calcul de la durée de vie et date de mise au rebut

Un des éléments les plus importants de cette gestion, est le respect de la durée de vie des matériels.

La durée de vie à prendre en compte est celle indiquée par le constructeur ou, à défaut celle indiquée dans la norme AFNOR XP S 72-701 ou dans ce document.

Cette période est comptabilisée en année pleine. Elle arrive à échéance au 31/12 de l'année de mise au rebut.

Année de mise au rebut = année de fabrication + durée de vie

Exemple : une corde fabriquée en 2005 d'une durée de vie de 5 ans sera mise au rebut le 31/12/2010 (2005 + 5ans)

**Tout initiateur doit rendre compte des incidents survenus lors de sa sortie et signaler toute répercussion sur l'état et donc sur la fiabilité du matériel collectif.**

**De plus il doit prendre en charge ou participer aux révisions périodiques permettant de garantir le bon état et d'éliminer les équipements détériorés ou ayant dépassé « leur durée de vie ».**

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
Les absorbeurs d'énergie pour l'alpinisme et l'escalade	5 ans dont 3 ans maximum d'utilisation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Corrosion visible.</li><li>• Présence de coupure et/ou de brûlure sur la sangle.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Contact avec des agents chimiques</li><li>• Corrosion affectant gravement l'état de surface (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li><li>• Présence de coupure et/ou de brûlure sur les coutures.</li><li>• Présence de fissure sur le corps métallique de l'absorbeur.</li><li>• Déformation permanente du corps métallique de l'absorbeur.</li></ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Les absorbeurs d'énergie pour l'alpinisme et l'escalade</b>	5 ans dont 3 ans maximum d'utilisation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Présence de coupure et/ou de brûlure sur la sangle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des agents chimiques</li> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Présence de coupure et/ou de brûlure sur les coutures.</li> <li>Présence de fissure sur le corps métallique de l'absorbeur.</li> <li>Déformation permanente du corps métallique de l'absorbeur.</li> </ul>
<b>Absorbeurs d'énergie pour via ferrata</b>	5 ans dont 3 ans maximum d'utilisation	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Une partie de l'âme de la corde est apparente.</li> <li>L'âme et la gaine de la corde ne sont plus solidaires aux extrémités ;</li> <li>La longueur de la corde de réserve est inférieure (&lt;) à 1 m (si un ajustement est possible).</li> <li>Présence de coupure et/ou de brûlure sur la sangle ou la corde.</li> <li>Pour les absorbeurs à déchirement : rupture au niveau de la sangle à déchirement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des agents chimiques</li> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>La longueur de la corde de réserve est inférieure (&lt;) à 1 m (si un ajustement est impossible).</li> <li>Présence de coupure et/ou de brûlure sur les coutures.</li> <li>Présence, sur une partie de la gaine, d'une brûlure rigidifiant la corde.</li> <li>Présence de fissure sur le corps métallique de l'absorbeur.</li> <li>Déformation permanente du corps métallique de l'absorbeur.</li> </ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Bloqueurs</b>	Illimitée	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Mauvais fonctionnement</li> <li>La came ou la partie en contact avec la corde, présente une usure anormale (dents cassées, entailles profondes) susceptible d'endommager gravement la corde.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Présence de fissure.</li> <li>Déformation permanente.</li> </ul>
<b>Broches à glace</b>	Illimitée pour la partie métallique. 5 ans dont 3 ans maximum d'utilisation pour les sangles des broches avec sangles captives.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Dent(s) cassée(s) ou fortement tordue(s).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des agents chimiques</li> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Présence de fissure.</li> <li>Déformation permanente du tube ou de la patte d'accrochage.</li> <li>Blocage de la patte d'accrochage sur le tube.</li> <li>Jeu trop important de la patte d'accrochage (risque de desserrage).</li> </ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Casques</b>	10 ans dont 5 ans maximum d'utilisation.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Déformation locale permanente au niveau de la calotte.</li> <li>• Non-fonctionnement du système de fermeture de la jugulaire.</li> <li>• Absence du rembourrage.</li> <li>• Présence de coupures et/ou de brûlures sur les sangles.</li> <li>• Présence de coupures et/ou de brûlures sur les coutures.</li> <li>• Mauvais fonctionnement des systèmes de réglage : le réglage n'est plus possible sur la totalité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contact avec des agents chimiques</li> <li>• Présence de fissure sur la surface extérieure et/ou intérieure de la calotte.</li> </ul>
<b>Coinceurs</b>	Illimitée pour la partie métallique ; 10 ans dont 5 ans maximum d'utilisation pour les cordelettes ; 5 ans dont 3 ans maximum d'utilisation pour les sangles.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrosion visible. • Câble effiloché.</li> <li>• Glissement du câble dans le sertissage (les extrémités doivent être visibles de part et d'autre du sertissage).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contact avec des agents chimiques</li> <li>• Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>• Présence de fissure.</li> <li>• Déformation permanente du corps du coinqueur ou du câble (pincement, angle, écrasement, etc.).</li> <li>• Jeu dans le sertissage du câble.</li> <li>• Déformation importante aux passages des cordelettes ou câbles</li> </ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Coinceurs mécaniques</b>	Idem coinceurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrosion visible ;</li> <li>• Grippage d'au moins une came ;</li> <li>• Un ou les ressorts de rappel ne ramènent plus les cames dans la position d'écartement maximum.</li> <li>• Fonctionnement asymétrique des cames</li> <li>• Mauvais fonctionnement du mécanisme pour quelque raison que ce soit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contact avec des agents chimiques</li> <li>• Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>• Présence de fissure.</li> <li>• Déformation permanente d'un élément (en particulier, axe de rotation des cames, corps du coinqueur mécanique).</li> <li>• Câble effiloché.</li> <li>• Glissement du câble dans le sertissage.</li> <li>• Jeu dans le sertissage du câble et jeu excessif sur les</li> </ul>
<b>Mousquetons</b>	Illimitée ; 5 ans dont 3 ans maximum d'utilisation pour la sangle d'un connecteur avec sangle captive.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrosion visible ;</li> <li>• Non-retour du doigt contre le corps lors de la fermeture. Lors de ce contrôle, le doigt doit être relâché lentement pour neutraliser l'effet du ressort</li> <li>• Mauvais fonctionnement du dispositif complet de verrouillage du doigt. Pour un verrouillage manuel avis, il faut pouvoir visser et dévisser à fond. Un verrouillage partiel n'est pas acceptable. Dans un rappel automatique, le verrouillage doit fonctionner sans aide extérieure.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre) ;</li> <li>• Jeu ou dessertissage du rivetage du doigt ;</li> <li>• mauvaise accroche du doigt sur le corps ;</li> <li>• jeu ou dessertissage de l'axe de rotation du doigt ;</li> <li>• Toute usure du corps du connecteur entraînant une diminution sensible de la section (gorge), la présence d'entaille sur le corps, si la profondeur de l'entaille ou de la gorge est estimée supérieure à 1 mm ;</li> <li>• Présence de fissure notamment au niveau de l'axe du doigt ou sur les bagues de verrouillage.</li> </ul>



Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
Maillons rapides	Illimité	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Difficulté de fermeture manuelle complète de l'écrou.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Toute usure du corps du connecteur entraînant une diminution sensible de la section (gorge), la présence d'entaille sur le corps, si la profondeur de l'entaille ou de la gorge est estimée supérieure à 1 mm.</li> <li>Présence de fissure notamment au niveau de l'écrou.</li> <li>Non-blocage de l'écrou en fin de course.</li> <li>Corrosion visible.</li> <li>Difficulté de fermeture manuelle complète de l'écrou</li> </ul>
Cordes et cordelettes	Indiquée par le fabricant sur la notice.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Une partie de l'âme est apparente.</li> <li>L'âme et la gaine ne sont plus solidaires aux extrémités.</li> </ul> <p><i>Toutefois, après avoir éliminé les défauts par coupage de la cordelette de part et d'autre de ceux-ci, les parties restantes peuvent de nouveau être mises à disposition.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Absence de l'un des marquages de type et de longueur de la corde.</li> <li>Les brins ne sont pas de même longueur (corde bicolore ou ayant un marquage du milieu).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des agents chimiques</li> <li>Une partie de la gaine présente une brûlure rigidifiant la cordelette.</li> <li>Présence de zones de souplesse différentes ou grosseur ponctuelle formant une hernie.</li> <li><i>Pour déceler de telles zones, imposer sur toute la longueur de la cordelette un rayon de courbure régulier de quelques centimètres. Tout changement de ce rayon de courbure permet de déceler de telles zones soit des zones de souplesse différente, soit une grosseur ponctuelle formant une hernie.</i></li> </ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Crampons</b> <i>Dans le cas où le crampon doit être utilisé sur la neige, il est recommandé de le mettre à disposition avec un système d'antibottage.</i>	Illimitée pour la partie métallique.  Indiquée par le fabricant sur la notice pour la sangle	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Pointe usée inférieure à 10 mm ;</li> <li>Pointe frontale à structure verticale usée jusqu'à la première dent.</li> <li>Présence de coupure sur le système d'attache.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des agents chimiques</li> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Impossibilité de réglage des systèmes réglables.</li> <li>Présence de fissure sur les parties plastiques ou métalliques en particulier au niveau des structures horizontales.</li> <li>Modification apportée au crampon (soudure, perçage...).</li> <li>Non-blocage des systèmes de fixation.</li> <li>Impossibilité de réglage des systèmes réglables.</li> </ul>
Descendeurs et freins d'assurage	Illimitée.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Déformation permanente</li> <li>Mauvais fonctionnement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Présence de fissure.</li> <li>Usure très prononcée.</li> </ul>
Hamais	Indiquée par le fabricant sur la notice..	<ul style="list-style-type: none"> <li>Présence de coupures et/ou de brûlures sur le (ou les) point(s) d'encordement</li> <li>Mauvais blocage des sangles dans la ou les boucle(s) de réglage.</li> <li>Absence de l'une des parties du hamais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des agents chimiques</li> <li>Présence de coupures et/ou de brûlures sur les sangles porteuses.</li> <li>Présence de coupures et/ou de brûlures sur les coutures de sécurité.</li> <li>Présence de déformations et/ou de fissures sur la bouderie de sécurité.</li> <li>Difficulté de coulissement des sangles dans la boucle de réglage.</li> <li>Mauvaise fermeture des boucles.</li> </ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Longes</b>	Indiquée par le fabricant sur la notice..	<ul style="list-style-type: none"> <li>Présence de coupures et/ou de brûlures sur la sangle ou la corde.</li> <li>Une partie de l'âme de la corde est apparente.</li> <li>L'âme et la gaine de la corde ne sont plus solidaires aux extrémités.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Présence de coupures et/ou de brûlures sur les coutures.</li> <li>Une partie de la gaine présente une brûlure rigidifiant la corde.</li> </ul>
<b>Outils à glace</b> <i>La dragonne n'est pas un EPI mais doit être vérifiée comme une sangle.</i>	Illimitée.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Usure de la lame atteignant la première dent.</li> <li>Usure de la pique (pointe en bout de manche) ne permettant plus un affûtage.</li> <li>Modification(s) apportée(s) à l'outil à glace (par exemple : trou dans le manche ou la tête, soudures, etc.).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec des solvants</li> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Présence de fissure(s) notamment sur la lame et sur l'emmanchement</li> <li>Présence de jeu entre les différentes parties de l'outil à glace.</li> <li>Déformation permanente de la lame ou du manche.</li> <li>Usure de la lame ne permettant plus un ancrage efficace</li> </ul>
<b>Pitons</b>	Illimitée	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Présence de fissure.</li> <li>Déformation permanente, pour les pitons en acier trempé uniquement.</li> </ul>

Matériel	Durée de vie	Défaut nécessitant le retrait pour réparation	Défaut imposant la mise au rebut
<b>Poules</b>	Illimitée.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Corrosion visible.</li> <li>Mauvais fonctionnement du réa (le réa ne tourne pas normalement).</li> <li>Le cas échéant, mauvais fonctionnement des autres systèmes mobiles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contact avec produits corrosifs</li> <li>Corrosion affectant gravement l'état de surface de l'acier (ne disparaît pas après un ponçage manuel léger au papier de verre).</li> <li>Déformation permanente.</li> <li>Présence de fissure.</li> </ul>
<b>Sangles et anneaux de sangle</b>	Indiquée par le fabricant sur la notice..	<ul style="list-style-type: none"> <li>Présence de coupure et/ou de brûlure sur la sangle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Présence de coupure et/ou de brûlure sur les coutures.</li> </ul>

## Modèle de fiche de vie

### FICHE DE VIE

	NOM	ADRESSE
PROPRIETAIRE		
GESTIONNAIRE		

MATERIEL				DUREE DE VIE		
Lot n°:	Nb de pièces:			Date de 1ère utilisation	Date de mise au rebut théorique	Date de mise au rebut
Type de matériel	Fabricant	Modèle	Référence			
Taille, longueur, diamètre		Signes distinctifs		Référence du marquage	Emplac. Marquage	

Référence classement de la notice du fabricant:

### CONTROLES COMPLETS

Date	Observations et résultat du contrôle : rebut, maintenance, réparation	Nom du contrôleur	Signature

## **11- ANNEXES**

### **Règlements :**

- initiateur TM (UV1 et UV2)
- Initiateur TA (UV1 et UV2)
- Initiateur d 'alpinisme
- Initiateur cascade
- Instructeur
- Recyclages
- 

### **Propositions de programmes pour les UFs**

**Le relais**

**Quelque rappels**

**Principe d'encordement**

**Prévention sécurité**

**Bibliographie**

## Règlement de formation initiateur terrain montagne (TM)

### Art 1 : Objet

La Fédération française des clubs alpins et de montagne délivre un **brevet fédéral d'Initiateur Terrain Montagne**

### Art 2 : Compétences attestées

L'attribution du brevet fédéral atteste des **compétences d'initiateur de Terrain Montagne** à son titulaire pour organiser, encadrer et enseigner bénévolement **l'activité Alpinisme en Terrain Montagne**.

Il est reconnu **apte à gérer** un groupe en neige, glace, rocher et terrain mixte dans des courses de haute montagne d'un niveau **minimum PD**, cotation UIAA.

### Art 3 : Conditions d'entrée en formation pédagogique du Stage Initiateur

Pour entrer en formation le candidat doit :

Présenter une liste de 15 courses de niveau PD minimum donc 5 de niveau AD réalisées sur les deux années précédant le stage

Réussite de la session de formation UV 1 « Terrain Montagne » ou validation des 3 UF « vers l'autonomie en alpinisme, neige, assurage en mouvement et progression sur glacier »

### Art 4: Composition du dossier d'entrée en formation

La fiche d'inscription signée par le président de l'association comportant le numéro de licence du candidat avec le numéro de livret de formation le cas échéant

La liste de courses demandées

L'attestation de réussite de l'UV1 Technique Terrain Montagne ou photocopie du livret portant mention des UF « Vers l'autonomie » validées

### Art 5 : Durée de la formation

La formation spécifique à ce stage de validation pédagogique d'initiateur comprend un volume horaire global minimum de 56 heures réparties sur 7 jours.

### Art 6 : Modalités d'évaluation

L'évaluation est organisée par l'équipe pédagogique. Elle vise à s'assurer que le candidat possède les compétences en situation réelle sur les critères suivants:

Qualités techniques : condition physique

niveau technique

maîtrise des techniques de progression, d'orientation, de sécurité et de secours

connaissance de la montagne et du terrain

gestion du matériel et des EPI

Qualités pédagogiques: capacité d'écoute, d'observation et d'évaluation

clarté dans les explications et les justifications des choix

intégration dans le cadre associatif

Qualités comportementales

attention à soi et au groupe

gestion des décisions : préparation et conduite de course

animation du groupe

calme, confiance en soi, modestie, auto-critique

### **Art 7 : Test d'aptitude**

Le brevet mentionné à l'article 1 est accessible par test d'aptitude: le candidat doit faire la preuve devant un jury qu'il maîtrise les compétences décrites à l'article 2. Pour que le dossier de d'inscription soit recevable, il faut justifier de compétences en rapport avec le brevet fédéral d'initiateur Terrain Montagne : liste de courses en pratique individuelle et collective.

### **Art 8 : Composition de l'équipe d'encadrement**

Elle se compose au minimum d'un instructeur fédéral alpinisme ou d'un initiateur agréé par la commission Alpinisme et d'un guide de haute montagne.

### **Art 9 : Conditions d'attribution du brevet**

Le candidat doit satisfaire aux conditions d'entrée et aux exigences des évaluations de la formation dans les conditions prévues aux articles 4 et 6. Le brevet est attribué par le Vice-Président aux activités, sur proposition de l'équipe pédagogique.

Il doit également :

- Avoir été jugé apte par l'équipe d'encadrement
- Avoir suivi l'UFCA
- Posséder un diplôme de secourisme de niveau 1 ou équivalent

### **Art 10 : Modalités de mise en œuvre**

Les modalités de mise en œuvre du présent règlement sont précisées en dossiers annexes. Ces annexes sont accessibles depuis l'extranet de la FFCAM : « Pack formation »/bureau virtuel/5-formation/pack formation alpinisme avec tous types de codes d'accès.

### **Art 11 : Abrogation des anciens textes :**

Ce règlement de formation du Brevet fédéral d'initiateur Terrain Montagne abroge et remplace tous les règlements antérieurs.

# Règlement de formation Initiateur terrain d'aventure (TA)

## Art 1 : Objet

La Fédération française des clubs alpins et de montagne délivre un **brevet fédéral d'Initiateur Terrain d'Aventure**

## Art 2 : Compétences attestées

L'attribution du brevet fédéral atteste des **compétences d'initiateur de Terrain d'Aventure** à son titulaire pour organiser, encadrer et enseigner bénévolement **l'activité Alpinisme en Terrain d'Aventure**.

Il est reconnu **apte à gérer** un groupe dans des voies de terrain d'aventure d'un niveau technique **minimum** de IV , cotation UIAA (4b cotation française)

## Art 3 : Conditions d'entrée en formation pédagogique du Stage Initiateur

Pour entrer en formation le candidat doit :

Présenter une liste de 15 courses « Terrain d'Aventure » supérieures ou égales à D+ de plus de 4 longueurs en tête ou en réversible réalisées sur les deux années précédant le stage

Réussite de la session de formation UV 1 « Terrain d' Aventure » ou validation de l'UF « vers l'autonomie en terrain d'aventure »

## Art 4: Composition du dossier d'entrée en formation

La fiche d'inscription signée par le président de l'association comportant le numéro de licence du candidat avec le numéro de livret de formation le cas échéant

La liste de courses demandées

L'attestation de réussite de l'UV1 Technique Terrain d'Aventure ou photocopie du livret portant mention de l'UF validée

## Art 5 : Durée de la formation

La formation spécifique à ce stage de validation pédagogique d'initiateur comprend un volume horaire global minimum de 32 heures réparties sur 4 jours.

## Art 6 : Modalités d'évaluation

L'évaluation est organisée par l'équipe pédagogique. Elle vise à s'assurer que le candidat possède les compétences en situation réelle sur les critères suivants:

Qualités techniques :

condition physique

niveau technique

maîtrise des techniques de progression, d'orientation, de sécurité et de secours

connaissance de la montagne et du terrain

gestion du matériel et des EPI

Qualités pédagogiques:

capacité d'écoute, d'observation et d'évaluation

clarté dans les explications et les justifications des choix

intégration dans le cadre associatif

Qualités comportementales

attention à soi et au groupe

gestion des décisions : préparation et conduite de course

animation du groupe

calme, confiance en soi, modestie, auto-critique

### **Art 7 : Test d'aptitude**

Le brevet mentionné à l'article 1 est accessible par test d'aptitude: le candidat doit faire la preuve devant un jury qu'il maîtrise les compétences décrites à l'article 2. Pour que le dossier de d'inscription soit recevable, il faut justifier de compétences en rapport avec le brevet fédéral d'initiateur Terrain Montagne : liste de courses en pratique individuelle et collective.

### **Art 8 : Composition de l'équipe d'encadrement**

Elle se compose au minimum d'un instructeur fédéral alpinisme ou d'un initiateur agréé par la commission Alpinisme et d'un guide de haute montagne.

### **Art 9 : Conditions d'attribution du brevet**

Le candidat doit satisfaire aux conditions d'entrée et aux exigences des évaluations de la formation dans les conditions prévues aux articles 4 et 6. Le brevet est attribué par le Vice-Président aux activités, sur proposition de l'équipe pédagogique.

Il doit également : Avoir été jugé apte par l'équipe d'encadrement

Avoir suivi l'UFCA

Posséder un diplôme de secourisme de niveau 1 ou équivalent

### **Art 10 : Modalités de mise en œuvre**

Les modalités de mise en œuvre du présent règlement sont précisées en dossiers annexes. Ces annexes sont accessibles depuis l'extranet de la FFCAM : « Pack formation »/bureau virtuel/5-formation/pack formation alpinisme avec tous types de codes d'accès.

### **Art 11 : Abrogation des anciens textes :**

Ce règlement de formation du Brevet fédéral d'initiateur Terrain d'aventure abroge et remplace tous les règlements antérieurs.



## **Règlement de formation d'initiateur alpinisme**

Le brevet d'initiateur Alpinisme est délivré automatiquement à l'initiateur qui a obtenu les deux brevets d'initiateur TA et TM, sans incidence de l'ordre et du délai dans lesquels ils ont été obtenus.

# Règlement UV Technique Cascade de glace

## Art 1 : Définition du brevet - Champ d'intervention

La Fédération Française des Clubs Alpains Français délivre une «UV Technique Cascade de glace» sanctionnant les aptitudes pédagogiques et techniques pour co-encadrer bénévolement l'activité cascade de glace, sous la responsabilité d'un initiateur Alpinisme ou Initiateur Cascade de Glace.

Cette formation est indépendante du cursus et brevet de formation d'initiateur alpinisme.

## Art 2 : Champ d'intervention

Le titulaire de l'UV cascade de glace est reconnu capable de co-encadrer l'activité cascade de glace dans les clubs de la FFCAM sous la responsabilité d'un cadre breveté, et seulement cette activité.

## Art 3 : Rôle de la CNA

La CNA a en charge l'application du présent règlement, l'organisation de la formation et l'inscription au fichier des cadres fédéraux.

La CNA est la seule habilitée à agréer les stages de formation de cadres fédéraux.

## Art 4 : Conditions d'entrée en formation

Pour entrer en formation, le candidat doit :

- posséder une licence de l'année en cours d'une association affiliée FFCAM,
- avoir 17 ans révolus à la date d'entrée en formation,
- avoir suivi les formations UFCA et Prévention et Secours Civiques niveau 1 (anciennement AFPS) \*
- s'engager auprès de son association qui le présente, à co-encadrer pendant 2 saisons au moins,
- posséder le niveau technique demandé dans l'activité (voir article 5).

Les candidatures sont proposées par un Club. Elles sont à adresser à l'organisateur d'un stage de formation de cadres agréé par la Commission Nationale Alpinisme.

\* Conditions pour valider l'attestation de suivi de stage. Le stage peut être suivi sans ces diplômes.

## Art 5 : Composition du dossier

- un formulaire d'inscription national revêtu de l'avis et de la signature du président de l'association,
- une photocopie de la licence FFCAM de l'année en cours,
- une liste d'au moins 15 cascades ou goulottes de niveau 3 minimum, dont la moitié réalisée en tête ou réversible
- une photocopie du Livret de formation le cas échéant.

Pour les stagiaires n'ayant pas encore de Livret de formation, ils doivent fournir en plus :

- une photo d'identité
- une photocopie de l'AFPS ou du diplôme Prévention et Secours Civiques niveau 1 (PSC1)\* -
- une photocopie de l'attestation de suivi de l'UFCA\* Le dossier d'inscription doit parvenir au responsable du stage (et pour avis au délégué technique régional Alpinisme) au plus tard 2 semaines avant le début du stage.

\* Conditions pour valider l'attestation de suivi de stage. Le stage peut être suivi sans ces diplômes.

## Art 6 : Durée de la formation

La formation «UV Technique Cascade de glace» se déroule sur une session de 4 jours.

Elle est suivie d'un stage de 2 jours de validation du niveau d'initiateur cascade de glace.

Un stage ne doit pas comporter plus de 10 candidats.

## Art 7 : Contenu de la formation

Voir référentiel de compétence «UV Technique et Initiateur Cascade de glace ».

### **Art 8 : Modalités d'évaluation de l'UV Technique Cascade de glace**

Pour obtenir l'UV Technique en fin du stage de 4 jours, le candidat devra faire preuve de:

- Son aisance lors de l'évolution en cascade de glace niveau 4 minimum à la fin du stage.
- Sa maîtrise dans l'utilisation des techniques de progression, de sécurité et de secours.
- Son esprit de décision et sa connaissance du milieu montagnard hivernal.

Un stagiaire ne satisfaisant pas à ces critères à la fin du stage de 4 jours pourra demander à suivre les 2 jours d'initiateur afin d'obtenir cette «UV Technique Cascade de glace» au bout des 6 jours.

Il pourra ainsi se présenter en validation initiateur l'année suivante si il le souhaite.

### **Art 9 : Modalités de passage en Validation d'Initiateur Cascade de glace**

Un stagiaire satisfaisant aux critères de l'UV Technique Cascade au cours du stage pourra demander à être inscrit en validation de l'initiateur cascade de glace pour les 2 jours restants.

Il devra alors présenter une attestation de suivi de Neige et Avalanche niveau 2\*\*.

\*\* Conditions pour valider le diplôme, mais la participation au stage est possible sans ces diplômes.

### **Art 10 : Composition de l'équipe d'encadrement**

Le stage sera organisé par un instructeur Alpinisme ou un initiateur agréé par la commission, et un responsable administratif (l'instructeur peut être responsable administratif).

L'équipe d'encadrement devra être composée d'un guide professionnel et d'au moins un instructeur ou initiateur agréé.

### **Art 11 : Mode d'attribution de l'UV Technique de cascade de glace**

L'UV Technique Cascade de glace est une Unité de Formation délivrée par la Fédération Française des Clubs Alpains Français, sur proposition de l'encadrement.

Elle sera enregistrée dans le fichier des adhérents géré par la FFCAM (comme l'UFCA).

# Règlement brevet fédéral - Initiateur Cascade de glace

## Art 1 : Définition du brevet

La Fédération Française des Clubs Alpins Français délivre un Brevet Fédéral d'initiateur cascade de glace sanctionnant les aptitudes pédagogiques et techniques pour encadrer, enseigner, animer ou entraîner bénévolement dans l'activité cascade de glace.

Cette formation est indépendante du cursus et brevet de formation d'initiateur alpinisme.

## Art 2 : Champ d'intervention

L'initiateur cascade de glace est capable d'organiser et d'encadrer l'activité cascade de glace dans les clubs de la FFCAM, et seulement cette activité.

## Art 3 : Rôle de la CNA

La CNA a en charge l'application du présent règlement, l'organisation de la formation et l'inscription au fichier des cadres fédéraux.

La CNA est la seule habilitée à agréer les stages de formation de cadres fédéraux.

## Art 4 : Conditions d'entrée en formation

Pour entrer en formation, le candidat doit :

- posséder une licence de l'année en cours d'une association affiliée FFCAM,
- avoir 17 ans révolus à la date d'entrée en formation,\*
- avoir suivi les formations UFCA et Prévention et Secours Civiques niveau 1 (anciennement AFPS) \*
- présenter une attestation de suivi de Neige et Avalanche niveau 2\*\* ou un brevet d'initiateur d'alpinisme,
- posséder une expérience de co-encadrement dans une pratique en club,
- s'engager auprès de son association qui le présente, à exercer comme initiateur pendant 2 saisons au moins,
- posséder le niveau technique demandé dans l'activité (voir article 5).

Les candidatures sont proposées par un Club. Elles sont à adresser à l'organisateur d'un stage de formation de cadres agréé par la Commission Nationale Alpinisme.

## Art 5 : Composition du dossier

- un formulaire d'inscription national revêtu de l'avis et de la signature du président de l'association,
- une photocopie de la licence FFCAM de l'année en cours,
- une photocopie du Livret de formation le cas échéant,
- une liste d'au moins 15 cascades ou goulottes de niveau 4 minimum, dont la moitié réalisée en tête ou réversible
- une photocopie d'un brevet d'initiateur d'alpinisme (FFCAM, FFCAM TM, FFME ou équivalent)

ou

- une attestation d'obtention de « l'UV Technique Cascade Glace » ou « Qualification Cascade de glace (cursus post 2013) ».

+ une attestation de suivi de Neige et Avalanche niveau 2\*\*.

Pour les stagiaires n'ayant pas encore de Livret de formation, ils doivent fournir en plus:

- une photo d'identité
- une photocopie de l'AFPS ou du brevet Prévention et Secours Civiques niveau 1 (PSC1)
- une photocopie de l'attestation de suivi de l'UFCA.

Le dossier d'inscription doit parvenir au responsable du stage (et pour avis au délégué technique régional) au plus tard 2 semaines avant le début du stage. Tout dossier incomplet ou parvenu après les délais sera refusé.

### **Art 6 : Durée de la formation**

La formation se compose d'un stage de validation de 2 jours.

Elle est obligatoirement précédée du stage de 4 jours de l'UV Technique de Cascade de glace.

Un stage ne doit pas comporter plus de 10 candidats.

### **Art 7 : Contenu de la formation**

Voir référentiel de compétence «UV Technique et Initiateur Cascade de glace ».

### **Art 8 : Modalités d'évaluation**

Le candidat devra faire preuve de :

- son aisance lors de l'évolution en cascade de glace niveau 4 minimum.
- sa maîtrise dans l'utilisation des techniques de progression, de sécurité et de secours.
- sa capacité à gérer une séance d'initiation et l'évolution d'un groupe, en sachant apprécier ses propres limites et celles des membres de ce groupe.
- son esprit de décision et sa connaissance du milieu montagnard hivernal.

Chaque stagiaire sera mis en situation réelle d'encadrement.

### **Art 9 : Composition de l'équipe d'encadrement :**

Le stage sera organisé par un instructeur Alpinisme ou un initiateur agréé par la commission, et un responsable administratif (l'instructeur peut être responsable administratif).

L'équipe d'encadrement devra être composée d'un guide professionnel et d'au moins un instructeur ou initiateur agréé.

### **Art 10 : Mode d'attribution du brevet**

Le Brevet Fédéral d'initiateur cascade de glace est délivré par la Fédération Française des Clubs Alpains Français, sur proposition de l'encadrement.

Il est matérialisé par une " vignette Brevet " à coller sur le Livret de Formation.

L'obtention de ce brevet déclenche l'inscription automatique du candidat au fichier national des cadres fédéraux pour une durée limitée à 5 ans.

### **Art 11 : Recyclage**

Avant l'échéance de 5 ans, l'initiateur souhaitant maintenir son inscription au fichier national des cadres fédéraux devra suivre une session de recyclage qui consiste à co-encadrer un stage d'Initiateur Cascade de Glace ou un stage d'UV Technique de Cascade de Glace.

### **Art 12 : Retrait du brevet**

Après enquête, le brevet sera retiré à son titulaire, par décision de la Commission de discipline de la FFCAM, dans le cas où ce dernier :

- ne répond plus aux conditions du présent règlement.
- a commis une faute dont la fédération aura apprécié la gravité.

L'intéressé sera invité à se faire entendre avant la décision de la Fédération.

Validation CD du 16-03-2013

\* Brevet délivré à 18 ans.

\*\* Conditions pour valider le brevet, mais la participation au stage est possible sans ces diplômes.

# Règlement Instructeur

## 11 – 1 Règlement

### Validation fédérale FFCAM d'Instructeur d'alpinisme

#### Règlement

##### Article 1

La FFCAM délivre une **validation fédérale FFCAM d'instructeur d'Alpinisme**, sanctionnant l'aptitude à organiser la formation des cadres d'alpinisme au sein d'une collectivité.

##### Article 2

La commission nationale de l'alpinisme est chargée de l'application du présent règlement, de l'organisation de la formation et de la gestion du fichier national des instructeurs.

##### Article 3

Les candidatures à la formation d'instructeur sont présentées par les DTR en fonction des critères suivants:

Etre titulaire du brevet d'initiateur d'alpinisme FFCAM, FFME ou équivalent.

Avoir une expérience d'encadrement d'alpinisme en club dans les 5 années précédentes (attestation par le président du club).

Présenter une liste de courses au titre de sa pratique personnelle comprenant au moins 10 courses de niveau supérieur ou égal à D dont au moins 5 en glace ou mixte.

S'engager à encadrer au minimum deux stages d'initiateur.

##### Article 4

Le stage national monté à l'initiative exclusive de la CNA s'opérera sous le contrôle :

du Conseiller Technique National Alpinisme ou Formation (ou son délégué ), en tant que professionnel.

d'un des membres de la Commission, instructeur déjà validé, en tant que cadre fédéral.

##### Article 5

**La formation des instructeurs est organisée en deux étapes:**

- co-encadrement d'un stage initiateur TM avec un instructeur,

puis sur avis positif du guide et de l'instructeur (avis reporté sur fiche inscription):

- participation à un week-end de validation: révision des techniques, des procédures d'organisation des stages, des méthodes d'évaluation..

Durant ce week-end, le candidat aura à traiter un thème défini préalablement (*présentation et organisation d'un atelier, travail personnel de rédaction pour contribuer à la mise à jour du mémento de formation Alpinisme FFCAM*).

##### Article 6

**La validation sanctionne**

- la sûreté,

- les aptitudes techniques et pédagogiques,

- le sens des responsabilités et d'animation ainsi que les capacités d'évaluation en vue de la délivrance des autres brevets.

##### Article 7: Champs d'application.

La **validation d'instructeur Fédéral FFCAM d'Alpinisme**. permet l'organisation et l'encadrement de stages d'initiateur fédéraux FFCAM.

##### Article 8 : Validité du diplôme

Cette qualification est délivrée pour une durée de 5 années, avec inscription au fichier des cadres fédéraux.

Elle ne sera reconduite, pour une période quinquennale, qu'à la condition expresse:

- d'avoir l'encadré effectivement au moins 2 stages de cadres sur cette période (initiateur ou recyclage de cadre alpinisme)

- et d'avoir participé sur cette période aux journées techniques de la CNA (journées de recyclage Instructeur)

## Règlement général des recyclages

Tous les cadres bénévoles et professionnels inscrits dans la base de données des cadres fédéraux de la fédération sont soumis à un recyclage tous les 5 ans.

En absence de recyclage à l'issue de leur 6ème année d'inscription :

- Les brevetés bénévoles d'autres fédérations disparaissent de la base des cadres fédéraux. Pour être inscrits pour une période supplémentaire de 5 ans dans la base de données, ils doivent à nouveau envoyer une copie de leur diplôme au service des activités.

- les brevetés fédéraux FFCAM, ne bénéficient plus des avantages liés à cette qualité : carte de gratuité, équivalence, encadrement de formation qualifiante, mais leur inscription demeure dans la liste des diplômés. Ils peuvent à tout moment revenir dans la base des cadres fédéraux en suivant un recyclage.

Les cadres en possession de plusieurs brevets doivent se recycler dans toutes les activités qu'ils encadrent régulièrement. Mais ils retrouvent les avantages liés au statut de cadre fédéral, en particulier la carte de gratuité dans les refuges, dès qu'un de leur brevet est recyclé.

Un cadre valide son recyclage en participant à l'ensemble d'un stage de recyclage et des activités proposées par l'encadrement. Il peut également recycler son brevet en participant à l'encadrement d'un stage de formation initiateur. Certaines manifestations (rassemblements, grands parcours) peuvent servir de support à des stages de recyclage.

Le Président du club a la charge d'informer annuellement les cadres qui doivent suivre un recyclage.

Les Comités Régionaux, sous la responsabilité du Président et du vice Président activités et formation, ont la charge d'organiser les stages de recyclage nécessaires pour leur région.

Les commissions nationales et le service activités définissent annuellement les contenus des stages recyclage, attribuent les agréments, vérifient les contenus pédagogiques du stage.

Le module activités d'Extranet permet à tous les Présidents de clubs, de Comités, de commissions ainsi qu'aux DTR, d'éditer un état des brevetés comportant les dates d'obtention et de recyclage

## Règlement général des équivalences

*La FFCAM, fédération multisport, reconnaît les compétences des brevetés fédéraux des fédérations délégataires uniquement dans les cadres des prérogatives définies par la fédération ayant délivrée le diplôme.*

### Cas général :

Pour bénéficier d'une équivalence de diplôme ou d'un allègement de formation, il est nécessaire d'en faire la demande aux services des activités. Cette demande doit être attestée par le Président du club d'adhésion du demandeur. La réponse est donnée par le service formation après avis de la commission d'activité concernée

### Cas particuliers :

#### 1 Brevets FFME et Brevets de fédération sous convention

Enregistrement des brevetés FFME, d'autres fédérations délégataires ou de fédérations et d'associations sous convention avec la FFCAM.. Une demande accompagnée de la photocopie du diplôme est envoyée au Service des activités pour inscription dans la base de données des diplômés. L'inscription prend effet après suivi par le demandeur d'une cession d'UFCA. L'inscription est valable 6 ans non renouvelable après la date de délivrance du diplôme ou du dernier recyclage avant inscription dans la base des cadres fédéraux.

Pour obtenir le statut de breveté fédéral FFCAM, le demandeur devra remplir une demande d'équivalence (et une photo d'identité s'il n'est pas titulaire d'un livret de formation FFCAM)

2 Brevets d'état d'alpinisme (guide et AEM), d'escalade, de spéléo de cyclisme et de parapente: L'inscription au fichier des diplômés s'effectue sur demande au Service formation. Le demandeur fournit de sa carte professionnelle Jeunesse et Sports.

#### 3 Autres diplômes et brevets : Pas d'enregistrement automatique.

L'enregistrement est lié à l'obtention d'une équivalence (ou reconnaissance de compétences) Une demande accompagnée de la photocopie du diplôme est envoyée au Service des activités pour inscription dans la base de données des diplômés. La réponse est donnée par le service formation après avis de la commission d'activité concernée. Si réponse favorable du service des activités, le demandeur devra fournir une attestation d'UFCA, de recyclage FFCAM dans la discipline (diplôme ou recyclage du diplôme datant de plus de 5 ans) et une photo d'identité pour création du livret de formation FFCAM. En cas de réponse défavorable le Service des Activités pourra néanmoins accordé des allègements de formation sur avis de la commission concernée.

4 Equivalence ou allègement de formation entre brevets FFCAM : Les diplômes reconnus en équivalence directe sont enregistrés dans le module équivalence de l'extranet, les vignettes correspondantes sont éditées et envoyées automatiquement sans en faire la demande.

Dans tous les autres cas : nécessité de faire une UF, un recyclage, fournir une liste de course..., une demande est nécessaire.

Cette demande doit être attestée par le Président du club d'adhésion du demandeur. La réponse est donnée par le service formation après avis de la commission d'activité concernée

# TABLEAU RECAPITULATIF DES EQUIVALENCES EXISTANTES OU POSSIBLES

Cases bleues Le brevet de la colonne A donne compétence à encadrer dans le champ du brevet de la colonne B si la case est remplie.

sens de lecture Autres cases



Pour que le brevet de la colonne A donne droit à encadrer dans le champ de compétence du brevet de la ligne B, il faut obtenir le

	ESCALADE					ALPINISME					RANDONNEE					SPORTS DE NEIGE					
	SAE	Bloc	Sites sportifs	Terrain d'aventure	Terrain Montagne	cascade	Alpinisme	Randonnée	Randonnée Montagne	Randonnée Alpine	Via Ferrata	Ski Alpin	Surf	Ski Alpinisme	Raquettes à neige	Raquette Terrain nordique	Ski de fond	Ski de Randonnée Nordique	Télémark	Surf Alpinisme	
<b>A</b>																					<b>B</b>
E SAE			UV Péda																		
C Bloc																					
L Sites sportifs				UV TA																	
D Moniteur				UV TA																	
A Terrain d'aventure								carto 2								UF 2 carto UF 2 NA					
L Terrain Montagne																UF 2 Na					
I cascade de glace					UV péda TM			carto 2								UF 2 carto UF 2 NA					
N Alpinisme																initiateur SA UF 2 Na					
S Randonnée Montagne																					
E Randonnée Alpine																					
Ski Alpinisme																					
Raquettes à neige																					
Ski de Randonnée Nordique																					
Surf Alpinisme																					
Vélo de Montagne																					
initiateur canyon								carto 2													
moniteur canyon								carto 2													
C																					



# Programmes-types des formations « Vers l'Autonomie en Alpinisme »

## Principes d'organisation et de pédagogie

A partir des travaux des candidats au brevet d'instructeur en 2016 et d'une contribution des instructeurs de la région PACA, une proposition de programmes-types de formation a été établie.

Le but de ces programmes est d'amener les débutants à un niveau de connaissance et de maîtrise technique qui peut être validé selon les critères définis dans le livret Vers l'Autonomie en Alpinisme.

Pour la mise en œuvre de ces programmes, les principes d'organisation et les contenus de formation sont détaillés dans le mémento de la formation en alpinisme. On précise ici quelques recommandations pédagogiques applicables à chacune des 5 UF.

## Inscriptions

En amont, sélection des candidats, présentation et explication du cycle, pré-requis (bonne condition physique, équipement, formation à l'escalade en SAE ou paroi rocheuse en site équipé, et à la sécurité en paroi pour les UF 2, 3, 5..., calendrier des sorties prévues.

## Journée théorique

Le calendrier de la formation est nécessairement très dépendant de la proximité du club et des sites de pratique. Cette formation peut se faire en salle au siège du club ou la veille d'un stage dans un local proche de l'hébergement, voire faire l'objet d'un week-end spécifique neige et avalanche (UF 1 et UF 5)

Selon le niveau des participants, cela peut se limiter à une séance de deux heures, deux séances de deux heures, ou s'étendre sur une seule demi-journée veille du stage. Dans les premières journées de formation, les niveaux de connaissance des débutants peuvent être très hétérogènes. Il est préférable de l'observer dans ces séances préparatoires, plutôt que de le découvrir sur le terrain, et faire perdre beaucoup de temps à tout le groupe.

Au niveau pédagogique, l'encadrant expose le sujet, et commence par demander aux participants s'ils ont déjà des connaissances. Le cas échéant, il complète ou corrige. Lorsqu'un participant pose une question, il sollicite d'abord une réponse parmi les participants avant de répondre.

## Journées d'exercices en atelier

Au niveau sécurité, on choisira un site ne présentant pas de danger (coulée de neige, chute de pierres, chutes de séracs, glissades exposées aux chocs sur rocher, aux chutes en crevasse, ponts de neige...)

Au niveau pédagogique, l'encadrant fait pratiquer, en corrigeant si besoin.

## Courses d'application

Le choix des cordées et la préparation de la course se fera la veille, en fonction des affinités exprimées par les participants et des observations faites par les encadrants pour confirmer ou repositionner les premiers de cordée.

Autant que possible les cordées devront être réversibles.

Au niveau pédagogique, l'ensemble de la course est gérée par les participants dès la préparation. Les encadrants n'interviennent que si la sécurité est menacée. En cas d'erreur ne présentant pas de conséquence au niveau sécurité, les encadrants laissent le groupe gérer la situation.

Le programme proposé s'étend sur 5 journées incluant une journée théorique, un week-end d'initiation et un week-end de validation AFIAL1. Il est destiné à donner aux débutants la capacité de s'engager en autonomie dans les courses de neige de niveau PD au moins.

Entre ces deux week-ends, d'autres sorties peuvent être proposées avant la validation.

Ce cycle aura lieu de préférence au printemps pour trouver des conditions de neige adaptées à la formation. Il sera encadré par un initiateur Terrain Montagne ou Alpinisme référent qui encadre autant que possible, la totalité du cycle, assisté d'un co-encadrant qui peut changer d'une journée à l'autre.

# UF1 Vers l'autonomie sur la neige

## Programme-type de formation

### Jour 1 atelier théorique, peut se faire en salle

Nivologie : types de flocons, constitution et évolution d'un manteau neigeux en fonction de la météo et du terrain. (Support DVD Anena)  
Risques d'avalanches, types, déclenchement  
Mesure d'une pente (sur carte et sur le terrain)  
Principes de déplacement en cordée de 2  
Matériel perso et collectif  
Présentation du kit DVA/sonde/pelle et principes de fonctionnement, organisation d'une recherche de victime(s)

### Week-end d'initiation

### Jour 2 Atelier de neige : technique individuelle et en cordée

Faire la trace et réchappe seul (sans crampons)  
Encordement (sur un brin de corde à double) et progression anneaux à la main en cordée de 2  
Glissades (insister sur la difficulté d'enrayer une glissade et l'absolue nécessité de la corde tendue et du piolet planté)  
Analyse du manteau neigeux, mesure de pente  
Progression avec cramponnage sur pente de neige dure et glace, si glacier à proximité  
Débriefing  
Préparation de la course du lendemain

### Jour 3 course d'application

Parcours facile sur des pentes < 40° pour se familiariser avec la progression. On privilégiera un parcours avec différents types de neige, voire des passages sur rocher.

Lecture et analyse du terrain  
Choix de la trace  
Gestion de la course (horaire, ajustement du parcours prévu par rapport aux conditions rencontrées sur le terrain)  
Débriefing

*Incitation à participer à d'autres sorties du club encadrées avant le week-end de validation.*

### Week-end de validation

### Jour 4 Atelier de neige : progression et assurage

Organisation du matériel sur le baudrier  
Encordement, anneaux de buste, à la main  
Assurage en mouvement et cas de progression à plusieurs cordées  
Mise en place d'un ancrage (corps mort, ancre à neige, champignon)  
Mise en place d'un relais et adaptation suivant le nombre de personnes  
Enchaînement des longueurs, avec une ou plusieurs cordées  
Approche de la sécurité (notion de risques et d'erreurs, facteurs humains)  
Débriefing et préparation de la course du lendemain

### Jour 5 course d'application

Niveau de la course F à PD, parcours mixte :

pente de neige avec passages nécessitant la confection de relais sur neige et la pose de points d'assurage sur rocher.  
franchissement à la descente d'un ressaut ou rimaye nécessitant la mise en place d'un rappel  
Debriefing de la journée  
Évaluations croisées (participant/encadrant)

# UF 3 Terrain d'Aventure

## UF 2 Terrain Montagne / rocher

### Programme type de formation

Le programme proposé s'étend sur 5 à 6 journées incluant une formation théorique, des journées d'atelier et d'ascension en site peu ou pas équipé et un week-end de validation AFIAL 2 ou AFIAL 3. Il est destiné à donner aux débutants la capacité de s'engager en autonomie dans les courses de rocher de niveau PD au moins pour l'UF 2, et de niveau AD au moins pour l'UF 3.

Une fois les connaissances de base et les techniques d'assurage acquises, d'autres sorties peuvent être proposées pour renforcer la maîtrise technique des stagiaires avant la validation.

Pour les clubs situés à proximité d'un site de terrain d'aventure présentant des itinéraires de niveau PD ou AD, le cycle peut s'étendre sur plusieurs mois avec des sorties d'une journée en week-end. Pour les clubs plus éloignés des sites de terrain d'aventure ou de terrain montagne, il conviendra de grouper les sorties sur des week-ends complets, des stages de 3 jours, un seul stage d'une semaine.

Il sera encadré par un initiateur Terrain d'Aventure, Terrain Montagne ou Alpinisme référent qui encadre autant que possible, la totalité du cycle, assisté d'un co-encadrant qui peut changer d'une journée à l'autre.

En amont, sélection des candidats, présentation et explication du cycle, pré-requis (bonne condition physique, escalade en tête sur site équipé de niveau 3c pour le TM, et de niveau 4 c pour le TA, équipement, ...), calendrier des sorties prévues.

#### **Jour 1 : atelier théorique** - une demi-journée ou deux fois 2 heures en soirée

les nœuds et leurs utilisations : manips avec corde d'assurage, anneaux de corde et cordelette

la sécurité en paroi et les principes de l'assurage : les dangers, les cordes d'alpinisme, la force de choc, configuration des relais, positionnement des points dans les longueurs, dédoublement des cordes, fiabilité des dégaines et mousquetons

#### **Jours 2 à 6 : formations en TA** - 5 à 6 sorties d'une journée, avec un thème fixé à l'avance

utilisation du matériel d'assurage (sangles, coinces à câble et à cames, pitons), couplage, le relais, le rappel  
assurage : exercices pratiques en pied de falaise de faible hauteur, facteur de chute, effet poulie, configuration des relais, positionnement des points d'assurage dans les longueurs, test d'assurage du premier...

escalade en terrain montagne : encordement, assurage en mouvement, petites longueurs, ...

recherche de l'itinéraire en paroi non équipée (utilisation du topo)

retraite et auto-sauvetage en paroi (confection des ancrages, mouflage, remontée de corde, ...)

descente en terrain raide (désescalade, pose de main courante, rappel sur plusieurs longueurs)

## Week-end de validation Vers l'Autonomie

### Pré-requis :

Bonne condition physique, sûreté et maîtrise des techniques d'assurage en paroi (cf livret pages 18-19)

Escalade en tête en site équipé : 3c en TM et 4c en TA

### Programme :

**1° jour atelier :** \_ exercices en pied de paroi

gestuelle / sûreté : quelques mètres en montée et descente, sans assurage encordements court et long, assurage en mouvement, assurage (dynamique)

les différentes configurations du relais (avec du matériel amovible)

Positionnement des points d'assurage dans une longueur (15 – 20 m itinéraire sinueux)

Le rappel : ancrage et prise en main

**2° jour ascension d'un itinéraire d'application, et descente avec désescalade**

course d'arête de **niveau PD pour l'UF2**, comprenant des secteurs d'assurage en mouvement et des passages avec relais + itinéraire de descente avec assurage et rappel

voie de **niveau AD pour l'UF 3**, de plusieurs longueurs + petite arête avec assurage en mouvement + descente avec assurage et rappel

# UF4 Vers l'autonomie progression sur terrain glaciaire

## Programme-type de formation

Le programme proposé s'étend sur 5 journées incluant une journée théorique, un week-end d'initiation et un week-end de validation AFIAL4. Il est destiné à donner aux débutants la capacité de s'engager en autonomie sur un parcours glaciaire enneigé ou non, et pouvant comporter des pentes inférieures à 30°. Ce cycle aura lieu de préférence en fin de printemps ou début d'été pour trouver des conditions de neige et de glace adaptées. Il sera encadré par un initiateur Terrain Montagne ou Alpinisme, référent qui, autant que possible, encadre la totalité du cycle, assisté d'un co-encadrant qui peut changer d'une journée à l'autre.

En amont, sélection des candidats, présentation et explication du cycle, pré-requis, calendrier des sorties prévues.

Ceux qui ont suffisamment d'expérience peuvent s'inscrire directement en validation.

### **Jour 1 atelier théorique, peut se faire en salle avant la sortie en montagne**

Structure et l'évolution d'un glacier, lecture de la carte  
Dangers potentiels (crevasses, ponts de neige, séracs, chutes pierres)  
Quelques notions de météo, nivologie, physiologie  
Principes de déplacement en cordée de 2, 3, 4 et plus  
Matériel perso et collectif  
Encordements et anneaux de buste sur glacier et pente de neige  
Essai de crampons

**Week-end d'initiation sur terrain facile, du type Mer de Glace, nuit en refuge**

### **Jour 2 Atelier de glace : progression sur neige et sur glace**

Atelier neige (sans crampons), réchappe sans corde, ligne de progression et assurage encordement court, corps-mort sur pente de neige faible  
Cramponnage : pentes de neige, puis de glace  
Différentes utilisation du piolet (canne, rampe, ancre, ramasse) et brochage  
Assurage en progression sur glacier, cordées de 2, 3, 4 et plus...  
Confection d'un ancrage sous tension, selon épaisseur de neige (corps-mort ou broches)  
Debriefing

- Préparation de la course du lendemain

### **Jour 3 course d'application en randonnée glaciaire**

Exemples : parcours glaciaire Couvercle-Leschaux et retour au Montanvers, Glacier Blanc - Col des Ecrins, ...

Lecture et analyse du terrain  
Choix de la trace  
Gestion de la course (horaire, ajustement du parcours prévu par rapport aux conditions de terrain rencontrées)  
Debriefing

**Incitation à participer à d'autres sorties club encadrées avant le week-end de validation**

## Week-end de validation

### Jour 4 Atelier glace : sécurité

- Pose de broche
- Organisation du matériel sur le baudrier
- Encordement et noeuds de freinage : avantages et inconvénients
- Stopper une chute en crevasse
- Mise en place d'un ancrage sous tension et transfert de charge (corps-mort ou broches)
- Auto-sécurisation dans une crevasse
- Observation de la victime et déclenchement des secours
- Pour info, mise en place d'un mouflage, soit Mariner double, soit double N
- Approche de la sécurité en introduisant la notion de risques et d'erreurs (facteurs humains)
- Debriefing et préparation de la course du lendemain

### Jour 5 course d'application

Le niveau de la course sera facile à peu difficile, on choisira toutefois une course qui présente un relief varié nécessitant différents types de progression : franchissement de ponts de neige en cordée de 3, passages raides à la montée et à la descente, traversées.

- Debriefing de la journée
- Évaluations croisées (participant/encadrant)

## UF 5 Vers l'autonomie en cascade de glace

Programme-type de formation

Le programme proposé s'étend sur 5 journées incluant une journée théorique, un week-end d'initiation avec ascension d'une cascade facile et un week-end de progression et assurance en cascade peu difficile grade 3. Ce programme est destiné à donner aux débutants la capacité de s'engager en autonomie dans des cascades de glace de niveau grade 3 au moins.

A la suite de ces deux week-ends, d'autres sorties peuvent être proposées pour renforcer l'acquisition des connaissances et des techniques spécifiques.

Le cycle de formation sera conclu par l'organisation d'un week-end de validation AFIAL 5.

Ce cycle aura lieu en hiver en s'assurant des conditions de stabilité de la glace et de la neige pour chaque sortie. Il faudra éviter de choisir les sites très fréquentés, et de ne pas occuper complètement une cascade pour les exercices. Il sera encadré par un initiateur Cascade de Glace, Terrain Montagne ou Alpinisme référent qui encadre autant que possible, la totalité du cycle, assisté d'un co-encadrant qui peut changer d'une journée à l'autre.

En amont, sélection des candidats, présentation et explication du cycle, pré-requis (bonne condition physique, équipement, maîtrise des techniques de progression et d'assurance en paroi, cf livret pages 18-19), calendrier des sorties prévues.

### Jour 1: Atelier théorique : connaissance du milieu et du matériel (en salle)

- Différents types de glace
- Influence des gels/dégels sur la structure
- Risques d'avalanche, méthode de recherche DVA
- Choix du matériel d'approche et de cascade, vêtements

### Week-end d'initiation

### Jour 2 Gestuelle et technique (sur cascade de faible hauteur et assez large)

- Préparation le matin avant de partir
- Météo
- Check vêtements, matériel, boisson/aliments

## **Choix de la zone « sécurisée » (pose des sacs, pique-nique...)**

Présentation du matériel (utilisation, réglage, crampons, piolet, corde, dégaine explose...)

- Progression en crampon seul à la base des cascade (petit parcours ludique)
  - Progression en crampon + piolet à la base des cascade (petit parcours ludique)
- Gestuelle de progression (verticale)

## **Répartition en ateliers**

- Disposition du matériel sur le baudrier et encordement  
Progression verticale sans piolet (en moulinette)  
Progression en moulinette en limitant les frappes (crochetage) – jeu concours  
Pose de broches, lunules et abalakov  
Installation d'un relais (rappel des notions de facteur de chute et poulie)  
Progression en tête (niveau 3 max) et descente en rappel  
Construction d'un corps mort, utilisation d'ancre à neige (suivant configuration du site)
- Éventuellement initiation au dry-tooling
- Exercice de recherche de DVA (ou le lendemain)

**Le soir : Bilan de la journée et préparation par cordée de la course du lendemain**

## **Jour 3 Ascension d'une cascade facile (enchaînement de petits ressauts, ruisseling)**

- Le matin : Check du matériel

Au pied de la cascade : discussion : quels sont les facteurs de « go or no go »?

Ascension d'une cascade facile de 2 ou 3 longueurs max, niveau : grade 2

- Si possible, avec un relais sur broches

Descente en rappel si possible

Débriefing en fin de journée : difficultés rencontrées, analyse des choix faits, retour d'expérience

## **Jour 4 Equipement d'une longueur**

- Le matin : Check du matériel

Au pied de la cascade : discussion : quels sont les facteurs de « go or no go »?

- Equipement d'une longueur avec assurage en moulinette
- Optimisation du brochage (placement du grimpeur)
- Ascension d'une longueur équipée
- Installation d'un rappel

## **Jour 5 Ascension d'une cascade peu difficile – grade 3**

- Le matin : Check du matériel

Au pied de la cascade : discussion : quels sont les facteurs de « go or no go »?

Ascension d'une cascade peu difficile de 2 ou 3 longueurs max, niveau : grade 3

Descente en rappel

## **Participation à d'autres sorties encadrées**

### **Week-end de validation**

**Pré-requis** : Bonnes conditions physiques

et maîtrise des techniques de sécurité en paroi (cf Livret pages 18 et 19)

**Jour 1** : Connaissance du milieu et ateliers techniques (cf Livret pages 16-17)

**Jour 2** : Course de niveau grade 3, 2 longueurs au minimum et descente en rappel

## ARGUMENTATIONS pour un bon relais

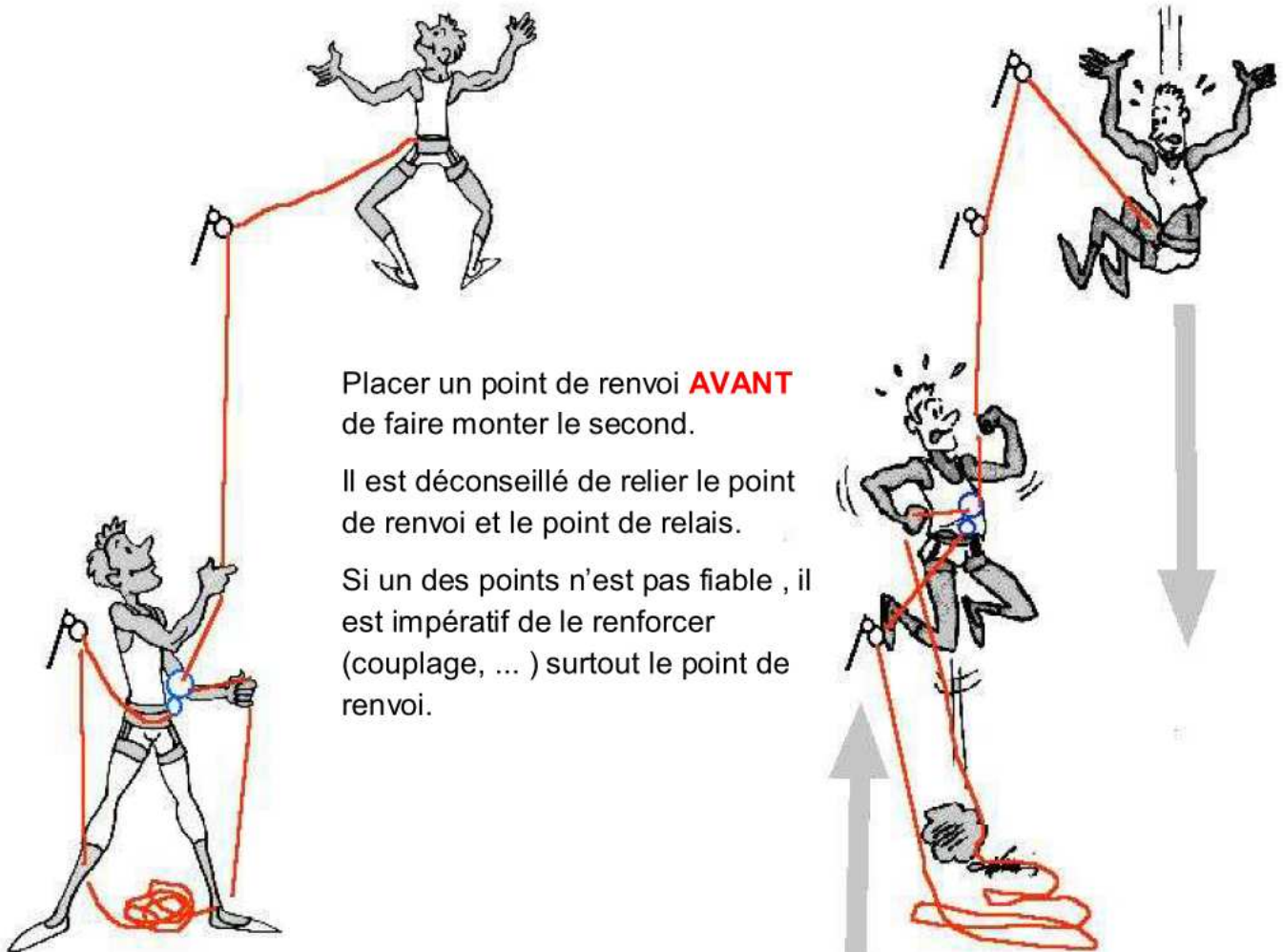
Principes du relais ... ( rocher, glace, neige...il n'y a aucune raison pour que les principes physiques soient différents selon le milieu...)

Ce qu'il faut bien comprendre... **et expliquer** ...

- Efforts en cas de chute ( second ou leader.....
- Chute du second: effort sur le relais : maxi le poids des 2 grimpeurs ( normalement pas de choc) soit moins de 200 daN.
- Chute du leader sur le point de renvoi : celui-ci encaisse 2 fois la force d'interception de la corde à cause de l'effet poulie (avec une FI de 700 daN, ce sera 1400 daN), alors que le relais risque fort d'encaisser une force négative (vers le haut).

Il paraît donc évident, que si il faut renforcer quelque part ... **ce sera le point de renvoi.**

- Ne pas oublier que le point de renvoi ne doit pas être relié directement au point de relais. En fait la liaison existe par l'intermédiaire de la corde et de celui qui assure, ce qui ajoute un effet dynamique en cas de rupture du point de renvoi.
- Ne pas oublier que l'effort sur le point de renvoi dépend du facteur de chute : la force de choc sera d'autant plus faible pour une même hauteur de chute, qu'il y a plus de longueur de corde pour absorber la chute. Mais attention la force de choc n'est pas proportionnelle au facteur de chute (cf page 106).





## ARGUMENTATION pour un bon relais

Votre relais, pour être "bon", doit répondre à un certain nombre de critères .  
Le plus simple pour l'évaluer est de vous poser les questions ci-dessous, et si les réponses sont **oui...** pas de problème, par contre si vous avez un doute, ou que le non ressort... à une ou plusieurs reprises ... cherchez des solutions pour l'améliorer et si ce n'est pas possible, faire **extrêmement** attention au départ du relais.

***Les questions à se poser : (il n'y a pas d'ordre cela marche dans tous les sens)***

***-Si le leader tombe en quittant le relais risque-t-il de tomber sur le second ?***

*Solution: décaler le point de renvoi ou le relais*

***-Le facteur x2 est-il bien géré ? ( distance entre assureur et point de renvoi)***

*Solution: placer un point de renvoi plus haut ou descendre sous le relais*

***-L'effet "poulie" est-il bien pris en compte ? (solidité du point de renvoi)***

*Solution: renforcer le point de renvoi plutôt que le relais qui va travailler vers le haut!!!!*

***-De combien le second va-t-il pouvoir remonter pour amortir le leader ?***

*Solution: régler votre auto-assurance pour remonter de 1m ... 2m sans rien toucher et pouvoir se déplacer latéralement pour éviter la chute d'un objet ou du premier de cordée.*

***-En remontant, tiré par la chute du leader, y a-t-il un risque de passer des doigts dans le renvoi ?***

*( distance entre le relais et le point de renvoi. Attention le relais doit résister à... une traction vers le haut, éviter les coinçeurs ou les anneaux sans point opposé)*

*Solution: éloigner le point de renvoi ou descendre en dessous du relais!!*

***-Le relais est-il confortable ? et "net" (pied sur du plat, assis, l'ombre..et pas de cordes dans tous les sens)***

*Solution: ouvrez l'œil et choisissez bien l'endroit avant de vous installer et cela avant d'être en bout de corde!!!*

***-Le renvoi est-il du bon côté pour le départ ... et l'arrivée ?***

*( pour éviter de croiser les cordes au passage du relais)*

*Solution: revoir la position de votre longe et /ou la position du renvoi ou du relais*

***-Y a-t-il de la place pour l'arrivée d'une deuxième cordée ( si une cordée suit)***

*Solution: raison de plus pour placer un point de renvoi assez haut, choisir des relais confortables et pas en bout de corde, se placer le plus haut possible mais surtout imaginer ...*

### Norme force choc

L'unité de mesure de la force de choc est le kiloNewton (kN), 1 kN correspond à 100 kg force, (1 daN ~ 1 kg)

- Test sur une corde à simple : 12 kN max, lors de la première chute, facteur 1.77 avec une masse de 80 kg.

- Test sur une corde à double : la force de choc doit être inférieure à 8 kN lors de la première chute, facteur 1.77 avec une masse de 55 kg seulement !(test sur un brin).

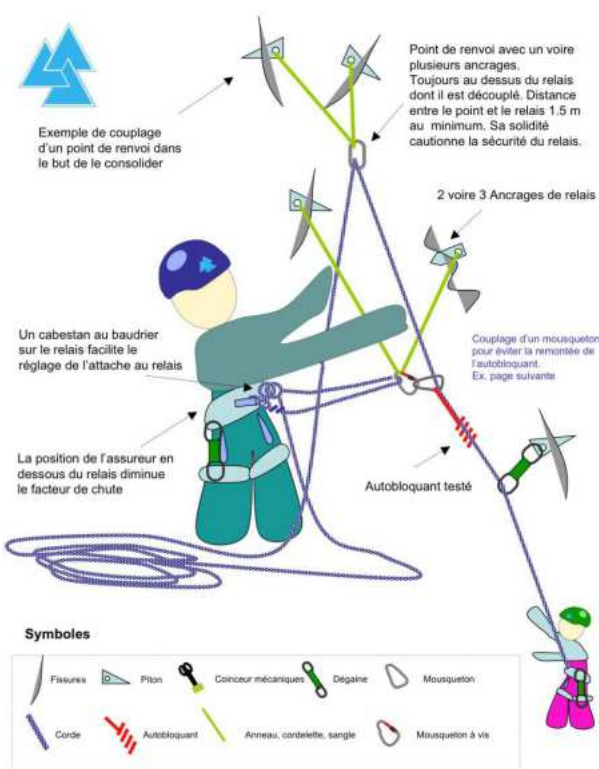
## Conseils pour un bon relais

- Comment diminuer la force à l'impact sur le point de renvoi:  
Par exemple placer une dégaine en corde dynamique sur le point de renvoi (voir image ci-dessous) (ce n'est pas un anneau !),  
confectionner un couplage sur le point de renvoi avec un anneau de corde dynamique , ...

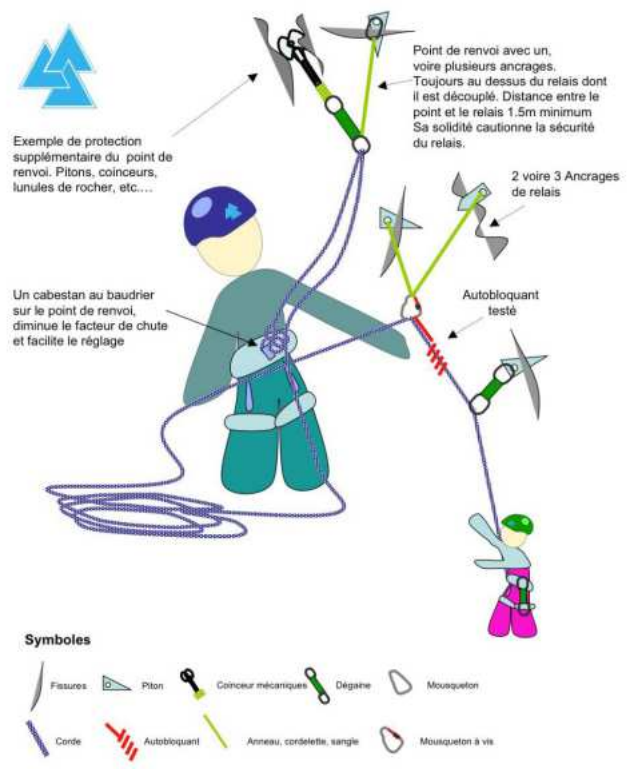


Cette « dégaine ne transmet que la force choc d'un brin de corde et de plus le serrage des nœuds provoque un amortissement sensible... Selon la qualité de la corde, possibilité d'éviter le glissement du nœud principal en ajoutant des nœuds d'arrêt. Versions possibles avec nœuds différents (queue de vache ou huit pour plus d'amortissement !!!!) Exemple en corde de 8.2 mm ( peut être plus ou moins long , compter 1.5m minimum)

- Comment s'organiser pour une cordée qui grimpe en réversible ou pas ( voir schémas ci-dessous)  
A noter : le second en cordée réversible peut être assuré directement dans le point de renvoi, ce qui fait gagner pas mal de temps... au passage du relais.



23/09/08 Relais assurance pour cordée réversible



23/09/08 Relais assurance sur cordée non réversible

## Quelques questions / réponses

### Où mettre le descendeur au dessus ou dessous du Machard

Le mettre au dessus a plus d'avantages que l'inverse ( maintien de la corde avec les 2 mains, passage des vrilles dans le descendeur si on bloque la corde en rotation, possibilité de repartir facilement si on a lâché l'autobloquant....).

### Comment descendre en rappel avec une corde coupée

On fait une boucle en huit au milieu de la corde. Ce nœud ne doit pas passer dans le relais. Pour plus de sécurité, on le relie avec un mousqueton à vis à l'autre brin de corde.

On descend sur un brin (la moitié de corde en bon état). On utilise la moitié de corde abîmée pour rappeler le rappel.

Avant de se dévacher, on vérifie que l'on descend bien sur le bon brin de corde.

### Comment assurer dans une traversée « délicate »

Mettre en place un téléphérique ( le second est assuré des 2 cotés ) attention le leader donne du mou sur un brin et avale l'autre...

### Comment lancer un rappel

Lancer d'abord le milieu du rappel ... puis le bout avec 1 ou 2 nœuds de sécurité aux extrémités ,( on peut le lancer en 4 fois en jetant les 2 brins un après l'autre)

### Quels anneaux ... et de quelle longueur ?

5 mètres en cordelette de 7 mm donnent : 3 anneaux simples (60 cm en sangle)

3 mètres en corde de 8 mm donnent :1 anneau double (120 cm en sangle)

### Comment changer de direction sur neige pentue

Au moment de virer le leader arête le second puis monte verticalement pour tendre la corde sur son baudrier, puis les 2 mains sur son piolet planté il passe ses pieds au dessus de la corde et redémarre en reprenant le mou. ( pour cela il faut que l'encordement soit court...entre 2.5 et 3.5m)

### Comment s'encorder à trois sur glacier

Celui du milieu s'encorde sur un prusik ( dia 8/8.5mm ) pouvant coulisser sur la corde avec environ 50cm de potence. Pour éviter que la corde touche le neige , la placer sur l'épaule.

Avantages de ce système : dans une zone à risque le premier peut aller à bout de corde sans que le second se déplace, puis celui-ci suit la corde en faisant coulisser le prusik et ensuite le dernier peut être assuré par les 2 pour les rejoindre. De la même façon si une pente raide se présente , le premier l'escalade , puis il assure le second et le troisième en même temps ( ceux-ci étant espacés de qq. mètres seulement )

### Comment débotter sans déséquilibre

Frapper le pied posé avec l'autre et conserver le piolet planté....

### Comment tenir son piolet

Le piolet est d'abord une canne sur laquelle on s'appuie fortement de façon à ce qu'elle s'enfonce suffisamment pour retenir la cordée.

La panne présente une surface d'appui qui facilite cet enfoncement (surtout si le manche est droit!). Cependant en descente, on peut envisager de retourner le piolet pour être en position de freiner plus vite en cas de glissade. ( la pointe du piolet est donc dirigée vers l'arrière à la descente)

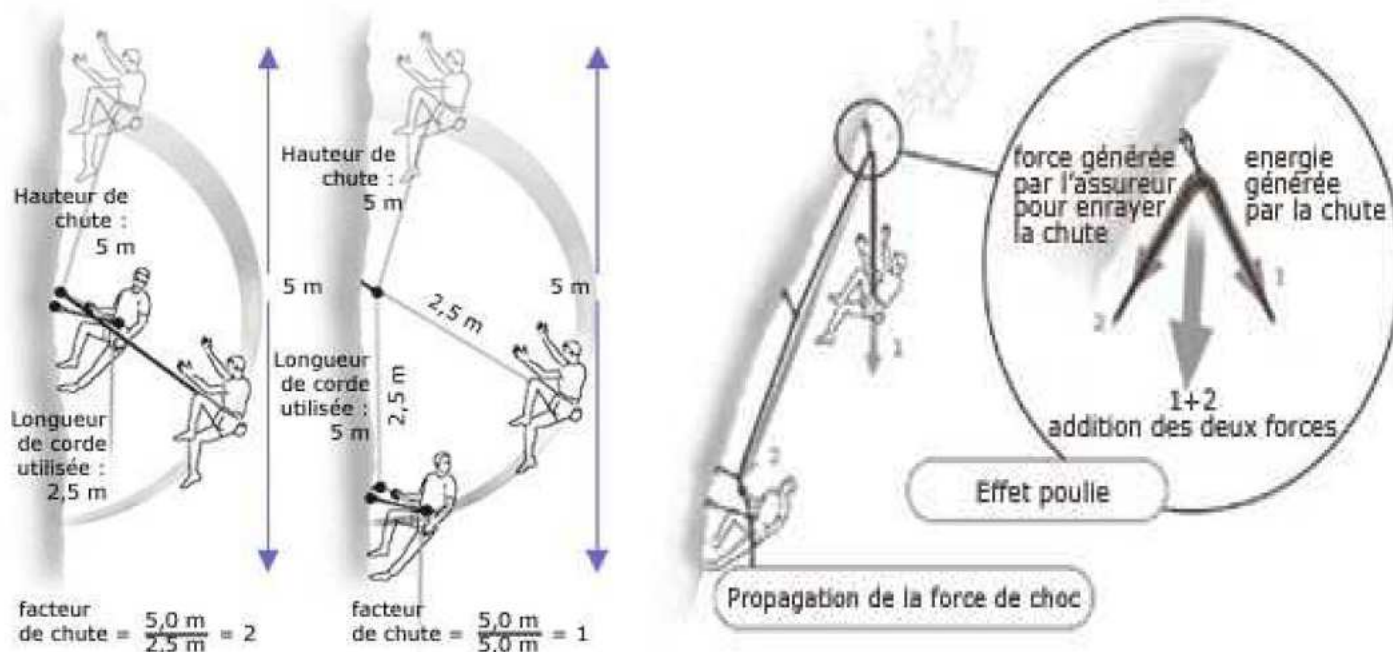
### Comment assurer 2 seconds en flèche...

A l'aide de 2 machards placés sur le point de relais (plus pratique qu'avec une plaquette )

### Quand et pourquoi dédoubler les cordes

Seulement en itinéraire très sinueux et point d'assurage à faible résistance. Trop de grimpeurs ont tendance à considérer que c'est à généraliser. Attention de bien démarrer la séparation au départ du relais ..... ( le faire en cours de longueur c'est le blocage assuré...)

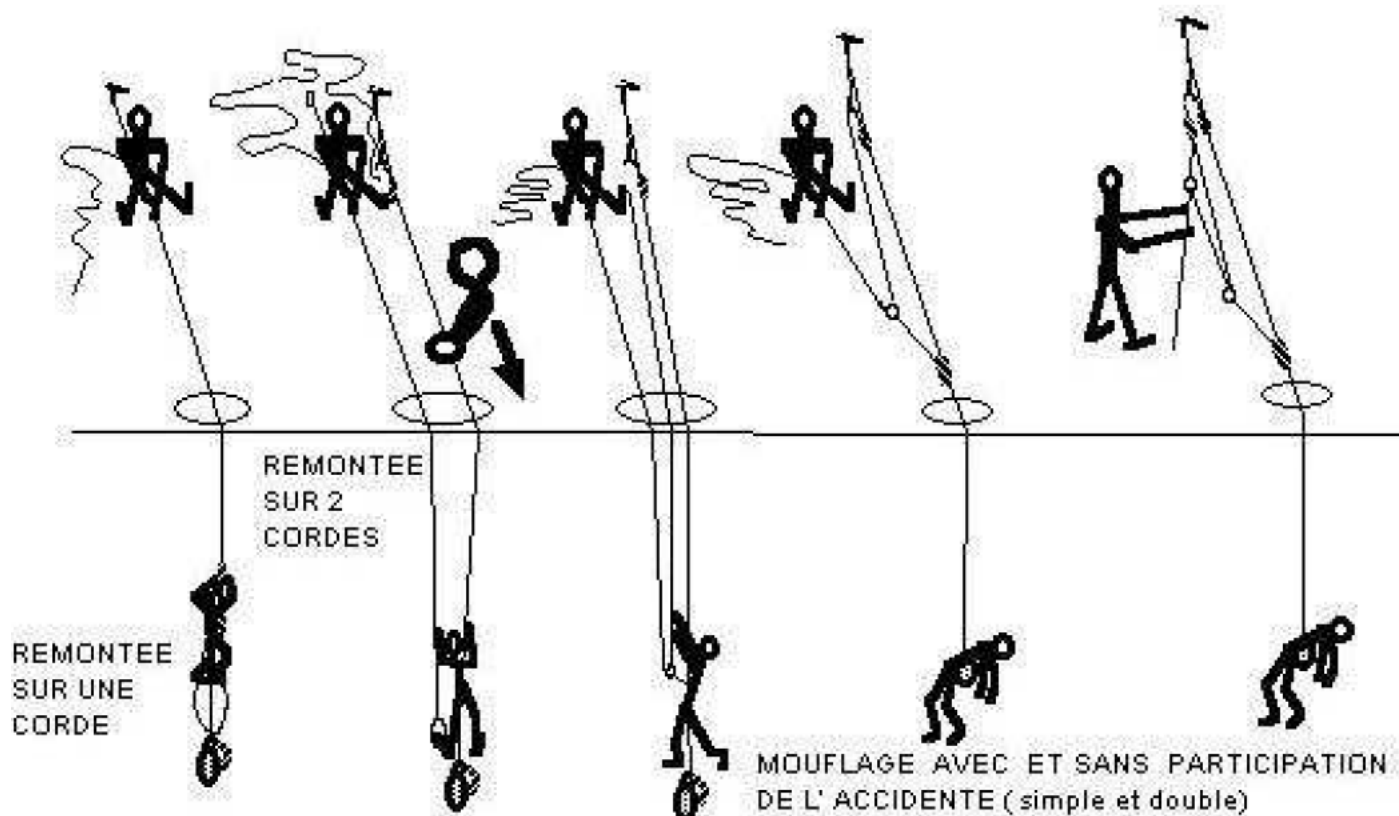
## Quelques « rappels » et techniques...



**Attention la force de choc ne diminue pas en proportion du facteur de chute !**

La force de choc en facteur 1 représente les  $\frac{3}{4}$  de la force de choc max en facteur 2.

Pour la diminuer de moitié, il faut réduire le facteur de chute à 0,5.



# Principes de l'encordement

## 1 ) En bout de corde

A l'aide d'un nœud de huit ou d'un nœud de chaise arrêté par un double pêcheur ( sur le huit bien tirer les 4 brins)

## 2) Avec des anneaux de buste

A ) classique : Arrêt par un double pêcheur , 2 étages d'anneaux peuvent être utiles

B ) avec anneaux de bras (utilisation d'un



mousqueton directionnel ou de 2 mousquetons inversés , 1 à vis et 1 normal)

## 3 ) A trois sur glacier

Celui du milieu s'encorde avec un anneau en corde ( 8mm ) faisant un prussik sur la corde d'attache ( nb de tour à tester pour avoir un bon blocage ) et par un demi pêcheur sur le baudrier ( ou un mousqueton directionnel )

Il peut donc se déplacer entre le leader et le dernier.



**Attention il est impératif qu' en cas de chute la corde tire sur le baudrier uniquement**

## 4 ) Sans baudrier ....

Pour se dépanner en randonnée par ex

Attention il est impératif qu' en cas de chute la corde tire sur le baudrier uniquement Attention il est impératif qu' en cas de chute la corde tire sur le baudrier uniquement Attention il est impératif qu' en cas de chute la corde tire sur le baudrier uniquement Attention il est impératif qu' en cas de chute la corde tire sur le baudrier uniquement



## **La sécurité et la prévention des accidents**

Voir et traiter les presque accidents

Rechercher les vraies causes

Attention aux bonnes raisons et aux vraies raisons....

**Ces points peuvent faire l'objet de débats lors des débriefings....**



## L'auto-évacuation

### Dispositif et matériels spécifiques

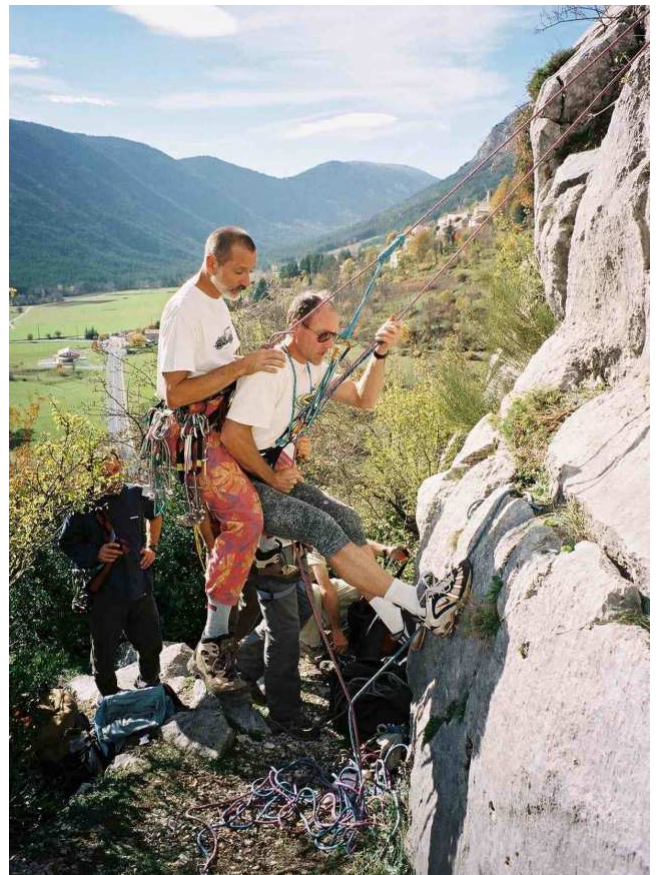
Casque, baudrier, 3 mousquetons de sécurité, 4 mousquetons ordinaires, descendeur, Avoir au moins par participant un jeu d'anneaux de corde : 3 simples en 6 mm ( total 5 m) , 3 simples en 7 mm ( total 5m), 1 double en 8 mm ( = 3m), 1 double en 8,5 mm ou en sangle ( = 3 m) si possible : coinçeurs, pitons et marteau, corde à double

### Exercices proposés ou consignes

Distribuer auparavant la liste des situations et demander aux participants de préparer un ou plusieurs des manœuvres envisagées.

Sur le terrain, en pied de falaise rechercher une vire d'accès facile au dessus d'un ressaut raide d'une dizaine de mètres avec possibilités d'installation de relais.

Faire installer un relais par cordée ( le second enlève tous les points posés par le premier et les replace pour s'assurer de leur fiabilité) Chaque cordée présente sa solution et la réalise sous contrôle de l'encadrement.



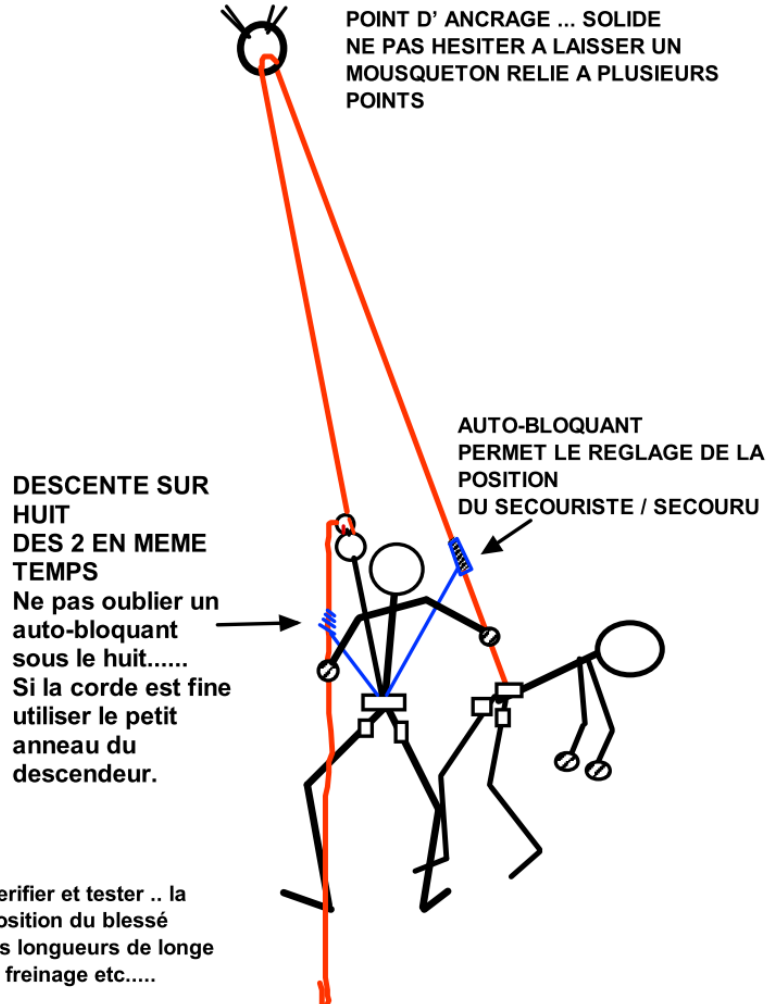
### L' AUTO-EVACUATION

#### A préciser ou contrôler pendant la séance

on est jamais décordé en paroi..

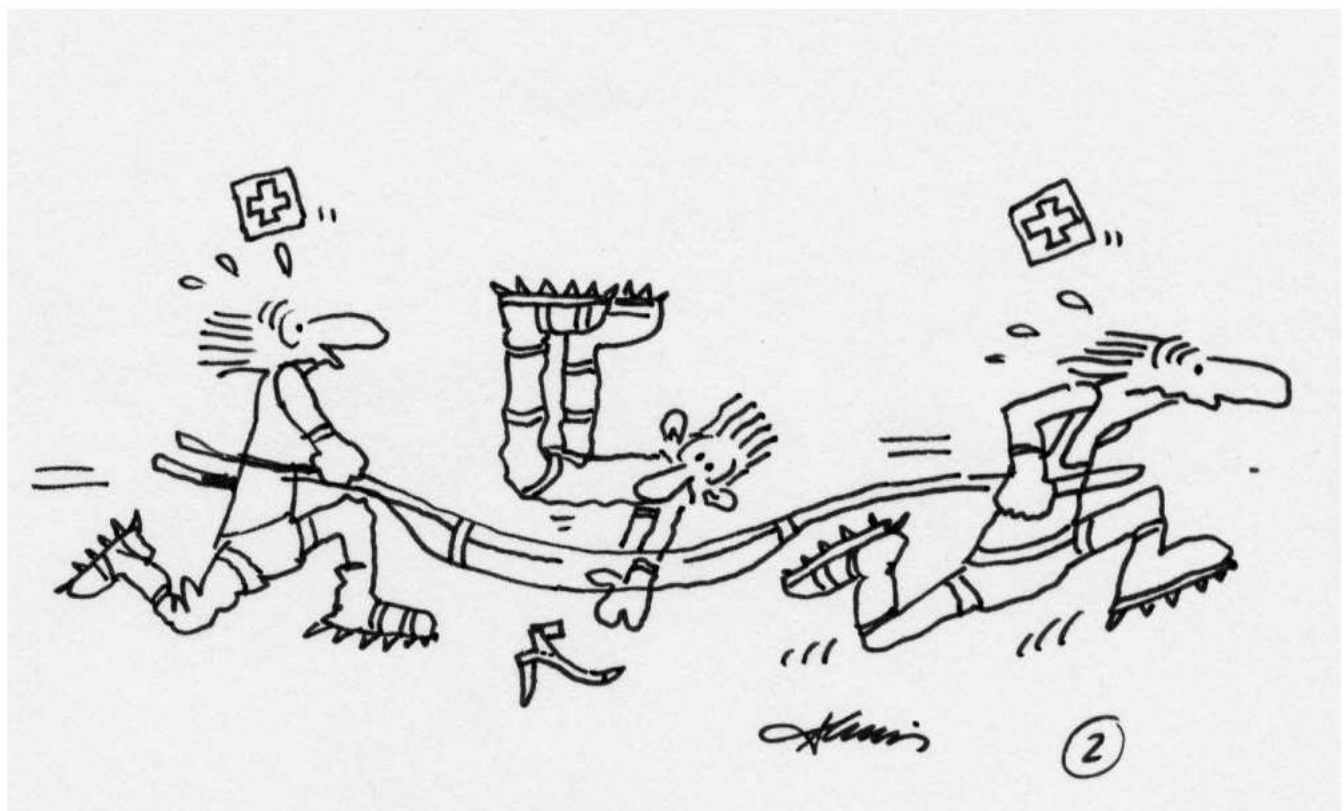
le matériel doit être au point...

**on doit toujours ...tout .....anticiper.**



## Le médical , le secours, .....

Apprenez à fabriquer un brancard de secours avec 3 sacs à dos.....





## **Pense bête du secours en montagne / CONDUITE A TENIR LORS D'UN ACCIDENT.**

**EVALUER** Précisément la situation : Nombre de blessés et leurs gravités (effectuer un bilan sur chaque blessé)

Lieu de l'accident et accessibilité

Recensement des personnes ressources (médicales et techniques)

Qu'elle évacuation?

**INTERVENIR** Sur le blessé en effectuant les premiers gestes d'urgence (si la situation le nécessite). Voir le 2° paragraphe.

**ALERTER Ou FAIRE ALERTE** les secours (en précisant le lieu exact, les circonstances, le nombre de blessés et leurs gravité, les accès possibles, le temps et conditions aérologiques).

Si l'alerte est donnée à pied, envoyer deux personnes ensemble si possible.

### **PREMIERS SOINS**

Commun à tous les blessés : Couvrir le blessé et l'isoler du sol.

Libérer la bouche (prothèse dentaire, aliment, vomissement) et la maintenir ouverte

Mettre en position latérale de sécurité si il est inconscient.

Le débarrasser de tout ce qui peut l'encombrer (sac, crampons, etc...)

l'amarrer à la paroi si le lieu est abrupt.

Compléter le bilan.

Ne pas le mobiliser si ce n'est pas nécessaire.

Protéger et emballer la blessure par des compresses ou linge propre.

**L'ATTENTE** En attendant les secours, il faut lui parler, le rassurer.

### **LES SECOURS**

Prévoir l'arrivée des secours et notamment si une évacuation par hélicoptère est prévue (lieux dégagés, affaires au sol maintenues, baliser l'approche ).

#### **CONDITIONS PARTICULIERES DEMANDANT UNE INTERVENTION URGENTE.**

**LE BLESSE INCONSCIENT** : Position latérale de sécurité.

**ARRET CARDIO-RESPIRATOIRE** : (Absence de pouls et de mouvements respiratoires) Pratiquer massage cardiaque externe et bouche à bouche.

**CHOC TRAUMATIQUE** : Eviter de déplacer le blessé, ne pas le faire boire, l'installer confortablement et bien surveiller ses constantes (pouls, respiration, pupilles, conjonctives, saignements secondaires).

**SAIGNEMENT HEMORRAGIQUE** : Sur une artère : (membre sectionné ou délabré, coupure profonde) point de compression ou garrot (en dernier recours).

Sur plaie large ou saignement abondant : compression locale ou pansement compressif (si l'hémorragie ne s'arrête pas, effectuer un point de compression ).

**LA METEO TEMPERATURE FROIDE** : la température est accentuée par le vent et brouillard. Le risque c'est la gelure locale ou la mort par hypothermie.

Il faut évacuer le blessé vers un abri sur un brancard de fortune. Le faire boire. Le couvrir. Attention aux obstacles de la circulation sanguine (sangles de crampons, chaussures trop serrées, etc...).

**GRANDE CHALEUR, SOLEIL** : Le risque principal est la déshydratation. Mettre à l'abri (tente de fortune) et faire boire.

**BROUILLARD** : L'évacuation par hélicoptère est impossible.

### **LIEU DE L'ACCIDENT**

**PAROI VERTICALE** : Ramener le blessé dans un endroit plus confortable (vire, grotte, etc...) et le sécuriser en l'amarrant à la paroi.

**CREVASSE** : Le sortir de la crevasse par traction directe ou mouflage .(ou descendre pour l'aider)

**AVALANCHE** : Si vous êtes équipé d'ARVA, les mettre tous sur réception. Rechercher les victimes de surface ensuite les victimes ensevelies . Les évacuer du lieu de l'avalanche et réchauffer.

**FORET** : Pas d'approche de l'hélicoptère

**Dans tous les cas d'un accident, il faut éviter le sur-accident et se mettre dans une zone sécurisée (attention aux éboulements et avalanches secondaires )**

# La montagne nous réserve des surprises ... le froid

**La météo annonçait du vent (54km/h) et un « grand beau soleil ».** Le soleil semblait être là au départ et en basse altitude,

..... au dessus et en peu de temps le jour blanc, la neige et un vent violent régnaient en maître dans un « enfer blanc » Tout s'envole : les peaux, les bonnets... les rafales atteindraient 100Km/h pour une température de -5°C. Ce qui équivaut à une température ressentie de -18°C à -30°C selon les auteurs.

**Le Bulletin Risque Avalanche annonçait un risque 3 au dessus de 2000m,** en pentes raides O, N et E, .....et nos randonneurs rencontrent effectivement une « très belle collection» de plaques à vent, des surcharges de neige fraîche en limite de rupture.

Progressivement tout le monde renonce : la sécurité a permis que la sortie reste « l'histoire à raconter au coin du feu » car elle se termine sans accident.

A noter quand même quelques incidents puisqu'il y a eu des gelures bénignes.

## **Comment se rendre compte qu'on gèle ?**

Il y a perte de la sensibilité. La peau est blanche, livide, et froide. Mais il est impossible de s'en rendre compte dans une situation comme celle de ce jour là.

## **Que faire dès que l'on s'en rend compte ?**

Sur le terrain : Agiter les doigts (faire le pingouin), les masser, les mettre sous les aisselles. Difficile quand il faut progresser ainsi que pour les pieds, les oreilles, les joues.

Si le sang et la sensibilité reviennent c'est une gelure stade 1, si non il faut rapidement trouver un abri.

Une fois au chaud : les agiter, les masser. Le meilleur moyen de réchauffer les doigts et les pieds est de les immerger dans une bassine d'eau chaude maintenue pendant une heure à 38°C / 40°C.

## **Traitement**

### **Stade 1**

Le sang revient par mobilisation ou bain : la peau est rose.

Acide Acétyl salicylique (aspirine) : 250mg par jour pendant 5 jours, si vous n'avez pas de contre indication médicale. A mettre dans votre trousse de secours pour les raids itinérants exposés au froid.

Guérison en 10 jours

### **Stade 2**

La perte de sensibilité persiste et la peau reste bleue violacée sur une toute petite surface

Il faut absolument arrêter l'exposition au froid et demander un avis médical

Si des phlyctènes apparaissent : les soigner comme une brûlure.

Acide Acétyl salicylique (aspirine) : 250mg par jour pendant 5 jours, si vous n'avez pas de contre indication médicale.

Guérison en 10 jours

### **Stade 3 et 4**

La perte de sensibilité persiste et la peau reste bleue violacée remontent au dessus de la première phalange, voir au dessus

Il faut absolument arrêter l'exposition au froid et rejoindre un hôpital

Acide Acétyl salicylique, Buflomédil, voir antibiotiques

Pansement stériles.

## **Prévention**

Bien s'hydrater avec des boissons chaudes ou se forcer à boire de l'eau froide, si on n'a que ça à disposition (une gelure est souvent le début d'une hypothermie, mais aussi le signe d'une déshydratation).

Choisir des bonnets qui couvrent les oreilles et ne s'envolent pas !

Eviter le contact avec les parties métalliques

Desserrer les sangles du sac à dos, du baudrier, des crampons. Utiliser des gants, chaussettes, chaussures pas trop serrés

Ne pas frotter la peau avec de la neige, ne pas fumer, ne pas boire d'alcool

Mettre des vêtements secs dès que possible.

# Quelques éléments de sécurité.... pour tous

## Rangement du matériel sur le baudrier pendant la course

Dans les causes d'accidents il s'en trouve une qui pour certains semble liée à leurs habitudes de «grimpeurs», ou pour les autres est peut-être une non évaluation du risque.

C'est la gestion du matériel (dégaines, anneaux..) aux passants de charge du baudrier.

En effet si cela est nécessaire en escalade, cette pratique est source de chutes en alpinisme, surtout lors des déplacements avec crampons.



Ci-contre : des anneaux pendent... et ci-dessous : au moment de se plier pour descendre, les anneaux se rapprochent des crampons et le risque «d' accrocher» une pointe de crampon. (pointe arrière en général) n'est pas négligeable ...

ATTENTION ce risque peut être

**MORTEL**

( Les **habitudes** de l'escalade font que souvent on peut oublier de délester son baudrier...et l'on peut se retrouver dans cette configuration dangereuse sans qu' aucune alerte nous le rappelle.

Pour votre réflexion, imaginez que l'un de vos anneaux s'accroche dans une des pointes arrières de vos crampons sur une pente à 30°/ 35° sur neige dure et le piolet juste posé !!!! )

Donc essayez de changer vos habitudes, ou inventer un moyen pour y penser au bon moment .

**La prévention** : elle passe par un baudrier ne comportant que le strict nécessaire et surtout aucune cordelette ou sangle ou vache susceptible de s'accrocher dans les crampons.



## Utilisation des bâtons.

D'une manière générale l'utilisation des dragonnes n'est pas une bonne chose ( sauf en ski de fond bien sûr) car le fait d'avoir le poignet emprisonné peut vous attirer quelques désagréments ( voire plus).

En ski de rando et de piste , les dragonnes sont responsables de pas mal d'épaules démisées quand la rondelle se bloque dans un obstacle... ou lors d'une chute.

De la même façon quand vous marchez sur des pentes ... si vous glissez, vous risquez fort de ne pas pouvoir vous arrêter car vos bâtons liés à vos mains vous empêcheront de vous récupérer.

Donc un bon conseil : n'utilisez pas les dragonnes...

Et si vous avez peur de perdre vos bâtons ... remplacez les dragonnes par une longue élastique ( de petit diamètre ) avec une boucle à passer autour du poignet.

- Sur des pentes raides en neige ou en herbe , il est souvent préférable de tenir les 2 bâtons en « piolet ramasse » selon le schéma ci-dessous :



Pour vous convaincre ... imaginez que vous grimpez une pente de neige dure de 35° , avec vos bâtons les mains dans les dragonnes, crampons aux pieds et skis sur le sac, malencontreusement vous vous accrochez les crampons et vous plongez en avant ..... Comment vous arrêtez vous ? Et pensez vous pouvoir y arriver ?.... ( à tester pour voir...)

Donc 1) pas de dragonnes

2) plutôt un piolet que des bâtons

3) et on ne déplace qu'un point à la fois.

Et pensez toujours à préparer votre piolet au cas où ( sur le sac il ne sert à rien)



# Fiche d'Alerte

Renseignements à rassembler avant une demande de secours  
La personne qui appelle les secours, doit être en possession de cette fiche renseignée

Numéros : **15, 112, 18**

Nom du responsable du groupe : ..... N° de téléphone appelant : .....

Localisation du besoin de secours : massif : ..... Commune ..... Lieu-dit .....

Altitude .....m Versant ..... Point caractéristique ..... GPS x..... y.....

## Circonstances de l'accident :

Chute de	Chute de hau-	Chute de	Chutes de
Accident pa- rapente	Disparition	Avalanche	DVA
Noyade			

## Heure de l'accident :

Victime(s) : nombre : ..... sexe : ..... âge : .....

## L'accidenté :

Saignement abondant	Etouffement	Répond	Respire,
Plaies graves abdomen, thorax,		Ne répond pas	Ne respire pas
Troubles respiratoires	Malaise	Maladie connue	Traitement habituel
Entorse/fracture supposée	Douleur	Piqûre/morsure	

Soins dispensés : .....

Conditions météo sur le lieu où se trouve l'accidenté : .....

## Proposition de contenu de la trousse de premiers secours pour une activité de la journée/WE

Des compresses en sachets individuels :

5 sachets de petites compresses de 20x20, pour désinfection et pansements

5 sachets de grandes compresses de 40x40 pour pansements

Une bande cohésive (type Cohéban®), de 5 cm de large

Une bande Elastoplaste®, de 5cm de large

Désinfectant à base de chlorexydrine en dose unique

Deux pochettes de tulle gras, pour les plaies par abrasion (glissade sur névé ou pierrier)

Une pochette de Steri Strip pour plaie profonde afin d'en rapprocher les bords

Un rouleau de Sparadrap ou de Micropore

Des pansements prédécoupés ou à découper pour les petites blessures

Quelques Compeed® ou des pansements type Duoderm ultramine® pour les ampoules

Une paire de petits ciseaux

Une paire de gants stériles à usage unique, pour ne pas se souiller et se protéger du sang du blessé

Une pochette de Coalgan® pour les saignements de nez

Un tire tique

Une cigarette et de quoi l'allumer, pour les piqûres d'abeille ou de guêpe par chauffage de la zone piquée

Une pince à écharde

Une couverture de survie, pour éviter le refroidissement du blessé

## **BIBLIOGRAPHIE:**

- Mémento Petzl
-