

LIVRET CANYON

Unité de Formation Terrain d'Aventure

niveau 4

l'esprit Club Alpin



fédération française
des clubs alpins
et de montagne



Détenteur DU LIVRET CANYON

MON IDENTITÉ

Nom :

Prénom :

CLUB

CAF :

MES COORDONNÉES

Adresse :

.....

Code postal :

Ville :

ME CONTACTER

Téléphone :

Mobile :

E-mail :

PERSONNE À PRÉVENIR en cas de nécessité ou d'accident

Nom :

Prénom :

Téléphone :

Mobile :

Organisation de l'activité

CANYON DE LA FFCAM



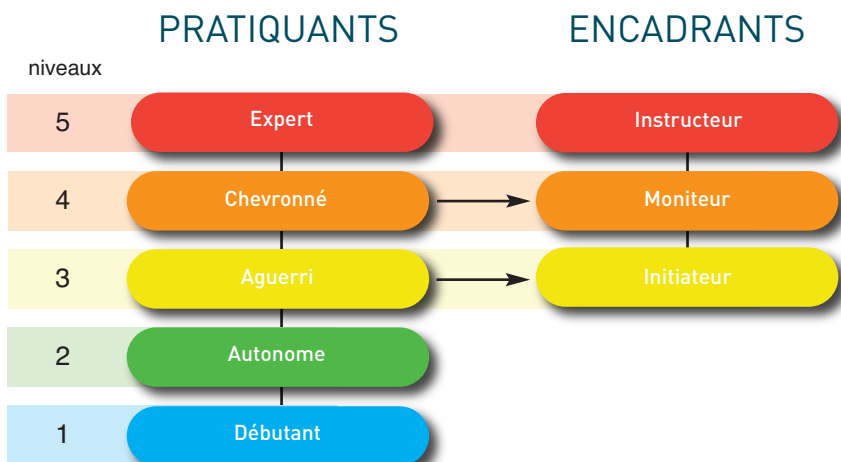
La descente de canyon est une activité de pleine nature nécessitant une préparation sérieuse comme toutes les disciplines de montagne. Elle se pratique

sur un terrain d'aventure instable, souvent engagé, nécessitant des compétences techniques spécifiques et beaucoup de prudence. L'utilisation de cordes en milieu vertical aquatique et confiné cumule les difficultés et les risques. Elle se pratique également dans un milieu sauvage exceptionnel mais fragile qu'il convient de protéger.

Un apprentissage sur corde et en eau vive, ainsi qu'une bonne connaissance du biotope sont donc indispensables pour pouvoir pratiquer la descente de canyon en toute sécurité, tout en respectant le milieu naturel.

La FFCAM propose à chaque adhérent de bénéficier d'une organisation intégrant des notions d'apprentissage et d'évolution progressive dans l'acquisition des connaissances. La formation peut se faire soit en club au contact des cadres et à votre rythme grâce aux Livrets Canyon, soit en stage en participant aux unités de formations proposées par la Commission Fédérale Canyon.

Cette organisation s'articule autour de cinq niveaux de compétences pour les pratiquants et trois niveaux de compétences pour les cadres diplômés.



La formation s'impose naturellement car la descente de canyon est une discipline qui nécessite un minimum de maîtrise technique pour pouvoir se pratiquer sereinement et profiter au mieux de l'activité dans son club.

Le niveau **autonome en progression** pour commencer, permet d'élargir le champ de sa pratique aux canyons plus engagés. On peut donc prendre part à davantage de sorties mais également devenir un équipier actif en participant aux prises de décisions et aux manoeuvres de cordes pour aider efficacement le responsable de la sortie.

Par la suite, en se perfectionnant, on devient un équipier **aguerrri** susceptible de participer à tous types de courses, capable d'organiser des sorties en canyons et de seconder efficacement l'encadrant lors des sorties collectives organisées dans le cadre du club. C'est le niveau d'entrée à minima pour se présenter au stage initiateur.

Plusieurs unités de formations complémentaires permettent ensuite, aux pratiquants de poursuivre leurs formations afin de se perfectionner, se forger une solide expérience et, au fil du temps, devenir des pratiquants **chevronnés**, voire même de véritables **experts** de l'activité pour les plus motivés.

Pourquoi SE FORMER

Devenir cadre bénévole au sein de son club constitue également une étape essentielle pour tous les pratiquants à partir du niveau **aguerris**, car elle permet d'être reconnue au sein de son club comme une personne référente et de pouvoir contribuer à la formation des pratiquants.

L'initiateur peut organiser des sorties collectives en club dans des canyons de cotations 3.3.II (voir page 50) avec des débutants ou dans tous types de canyons avec des participants autonomes.

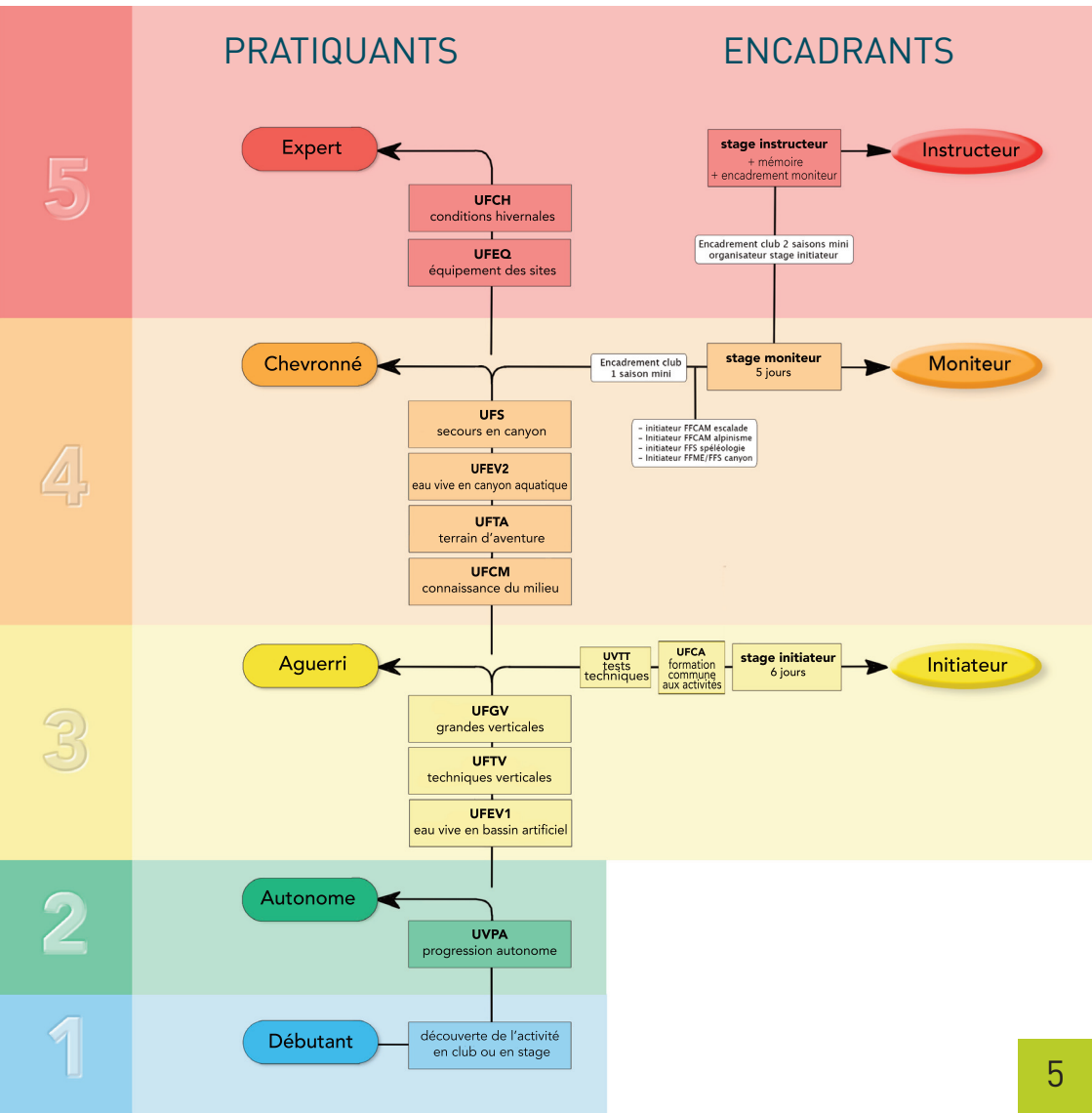
Le moniteur quant à lui, plus expérimenté est apte à encadrer tous types d'activités, manifestations, formations. Les Moniteurs et Initiateurs sont les piliers du club.

Et enfin, pour ceux qui souhaitent s'investir dans le fonctionnement de la Commission Fédérale Canyon et se consacrer à son école, la vocation **d'instructeur** constitue l'ultime étape.



Synoptique des formations

CANYON DE LA FFCAM



Comment SE FORMER

La formation en canyon peut se réaliser de plusieurs façons complémentaires. En premier lieu, elle se fait au quotidien et de façon naturelle, lors de la pratique de l'activité en club, au cours des sorties collectives ou individuelles et au contact des cadres bénévoles qui ont à cœur de partager leurs connaissances.

La formation peut également se faire lors de séances spécifiques d'entraînement en gymnase ou en falaise-école encadrées également par les cadres bénévoles de la CFC. Dans les deux cas, il est possible de se former de manière progressive et à son rythme grâce aux Livrets Canyon qui permettent d'assurer le suivi individuel des formations et de prendre connaissance du chemin à parcourir en fonction des objectifs de chacun.

La formation des pratiquants et des cadres s'articule autour de dix unités de formations étagées en fonction des différents niveaux de pratique et d'encadrement. Ces unités de formation constituent la colonne vertébrale de l'école canyon de la FFCAM. Chaque unité de formation dispose d'un Livret Canyon spécifique permettant d'assurer le suivi des acquis individuels.

Se former c'est améliorer son niveau de pratique pour davantage d'autonomie. C'est également acquérir de nouvelles compétences qu'il sera gratifiant de transmettre ou de mettre au service des autres. On en sort grandi et c'est en soit une source de plaisir et de satisfaction.

La formation peut aussi se faire en stage en participant aux unités de formations proposées par la CFC. Cette formule permet de se former plus rapidement et elle est mieux adaptée notamment pour les pratiquants qui sont issus de clubs faiblement pourvus en cadres ou qui sont très éloignés des zones de pratique ainsi que pour les formations spécifiques qui nécessitent des formateurs spécialisés. À noter que certaines formations validantes et brevetantes ne sont proposées qu'en stage comme l'UVTT, les stages initiateur, moniteur et Instructeur. La liste prévisionnelle des stages de formation est visible sur le site de la CFC. Pour se former, la CFC met également à disposition des pratiquants et les cadres une bibliothèque sur le site de la CFC ou il est possible de télécharger les mementos de formation réalisés par la CFC ainsi qu'une multitude d'autres ouvrages de référence.





Liste DES FORMATIONS

PRATIQUANTS (formations attestées)

Niveau 5 Expert

UFCH : formation à la pratique en conditions hivernales.

UFEQ : formation à l'équipement permanent des sites.

Niveau 4 chevronné

UFES : formation au secours en canyon (prévention, intervention, alerte).

UFEV2 : formation aux techniques de progression en canyon aquatique.

UFTA : formation à l'équipement et à la progression en terrain d'aventure.

UFCM : formation sur la connaissance du milieu des canyons (biocénose et biotope).

Niveau 3 aguerri

UFGV : formation aux techniques de progression en grandes verticales.

UFTV : formation aux techniques de progression verticales.

UFEV1 : formation aux techniques de l'eau vive en bassin artificiel.

Niveau 2 autonome

UVPA : formation à l'autonomie en progression.

Niveau 1 débutant

découverte de l'activité.

ENCADRANTS (formations diplômantes)

Niveau 5 instructeur

INSTRUCTEUR : stage de formation et de réflexion sur l'enseignement et la construction de l'école de la CFC.

Niveau 4 Moniteur

MONITEUR : examen d'aptitude aux fonctions de moniteur canyon de la FFCAM.

Niveau 3 initiateur

INITIATEUR : examen d'aptitude aux fonctions d'initiateur canyon de la FFCAM.

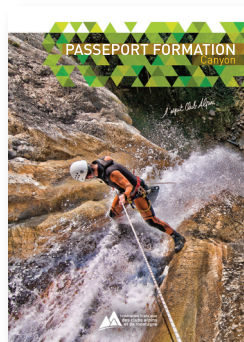
UVTT : tests techniques d'entrée au stage initiateur.

UFCA : unité de formation commune aux activités.



Vue d'ensemble DES LIVRETS DE FORMATIONS

Le **Passeport Formation** permet de s'informer sur le fonctionnement de la Commission Fédérale Canyon, l'organisation des formations et de l'activité canyon dans les clubs. Il constitue le document de référence pour ceux qui désirent découvrir l'activité canyon de la FFCAM ou créer une section canyon dans un club. Le Passeport Formation offre surtout une aide précieuse pour les pratiquants et futurs pratiquants de l'activité canyon qui souhaitent s'orienter, choisir leurs parcours et leurs rythmes de formation. Il sert également de récapitulatif et de justificatif individuel des étapes franchies.



1 découverte



2 UVPA



3 UFEV1



3 UFTV

Les **Livrets Canyon thématiques** constituent les supports de formations des pratiquants mais également de préparation et de perfectionnement des cadres. Ils contiennent l'ensemble des informations utiles ainsi que les référentiels détaillés de chaque unité de formation ou de validation. Ils permettent le suivi détaillé des acquis individuels.



3 UFGV



4 UFCM



4 UFTA



4 UFEV2



4 UFES

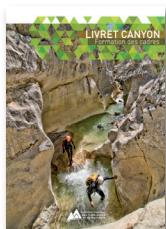


5 UFEQ



5 UFCH

Le **Livret Canyon de formation des cadres** constitue le support des formations diplômantes. Il regroupe l'ensemble des informations utiles pour devenir cadre bénévole ainsi que les référentiels de formation des stages : tests techniques, initiateur, moniteur et instructeur.



3 UVTT

3 INITIATEUR

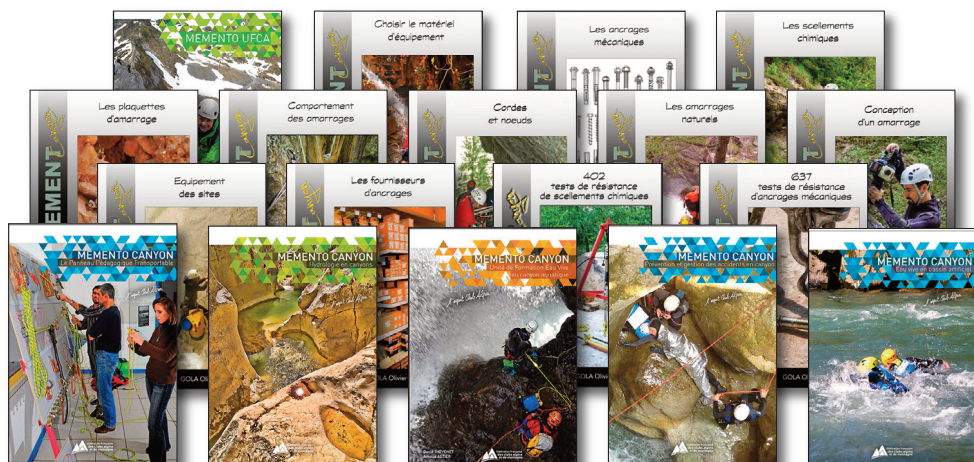
4 MONITEUR

5 INSTRUCTEUR

La bibliothèque DE LA CFC

La bibliothèque de la CFC se trouve sur le site de la CFC : www.cfc-ffcam.fr Elle met à disposition de tous environ 120 documents utiles pour l'information des pratiquants et les formations de nos cadres . On peut y trouver notamment :

- ✓ les mémentos (qui servent de supports aux unités de formation), les mémoires des instructeurs ainsi qu'un certain nombre d'autres documents de formation réalisés par les cadres bénévoles de la CFC ou de la FFCAM ;
- ✓ des comptes rendus de stages, de rassemblements ou d'actions ;
- ✓ des publications issues des autres fédérations, du milieu professionnel ou de différents organismes ;
- ✓ des publications relatives aux normes qui concernent notre activité.



Le site internet de la CFC

<http://cfc-ffcam.fr/>

C'est l'outil de communication et d'archivage des documents de la CFC. Il permet :

- d'informer les pratiquants ;
- de présenter le fonctionnement de la CFC, trouver un club ou un Comité Régional FFCAM, contacter un membre de la CFC ou un Délégué Technique Régional ;
- de présenter l'organisation des formations canyons de la FFCAM, son calendrier annuel des formations, ainsi que les supports pédagogiques ;
- aux formateurs de disposer des documents, règlements et formulaires utiles pour les formations ;
- de disposer d'une bibliothèque qui regroupe les publications et comptes-rendus de la CFC ainsi que des publications extérieures libres de droits ;
- de disposer d'une archive constituée d'articles sur différents thèmes.

La liste des discussions de la CFC

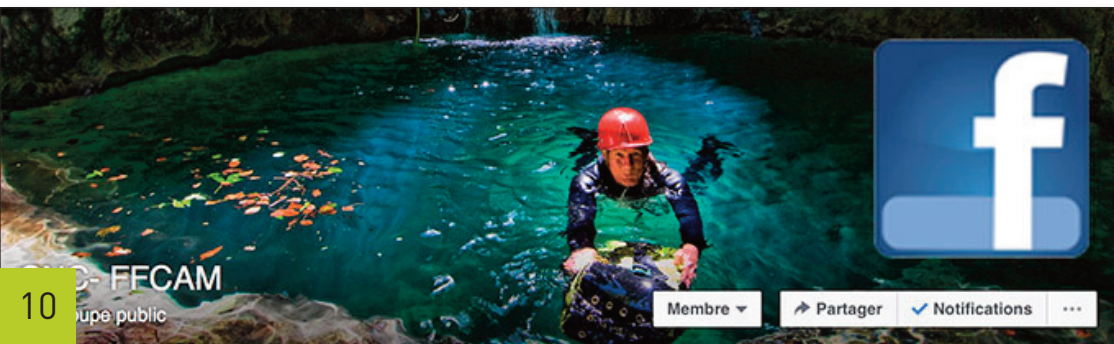
En marge du site de la CFC les membres et les cadres de nos clubs ont la possibilité d'être en contact permanent par le biais d'une liste des discussions qui permet à notre communauté de garder le contact, de pouvoir discuter collectivement tout en restant informée.

Les outils DE COMMUNICATION



Le site Facebook de la CFC

CFC-FFCAM sur Facebook, c'est l'outil de communication et de discussion ouvert à tous.





Présentation de L' UFTA

Le stage Unité de Formation Terrain d'Aventure d'une durée minimale de deux jours est accessible à tous les pratiquants ayant validé le niveau autonome en progression de la FFCAM.

Cette Unité de Formation aborde les thématiques liées à la progression en canyon classé «terrain d'aventure» selon la norme fédérale en vigueur. Ces canyons sont partiellement ou pas équipés du tout et la qualité des amarrages peut être variable et limitée dans le temps. L'UFTA a pour objectif de former les pratiquants et de perfectionner les cadres bénévoles des clubs FFCAM sur les points suivants :

- ✓ réaliser une trousse d'équipement adaptée au terrain d'aventure ;
- ✓ les techniques de progression en terrain d'aventure ;
- ✓ utilisation des amarrages naturels (arbres et rocher) ;
- ✓ utilisation des lunules artificielles ;
- ✓ vérification et réfection des amarrages en place ;
- ✓ réalisation d'amarrages de type terrain d'aventure ;
- ✓ les ancrages utilisés en terrain d'aventure ;
- ✓ utilisation de différents outils de perçage.

L'Unité de Formation Terrain d'Aventure est vivement conseillée pour la formation des pratiquants qui souhaitent se perfectionner ou se préparer en vue d'obtenir le brevet d'initiateur de descente de canyon.



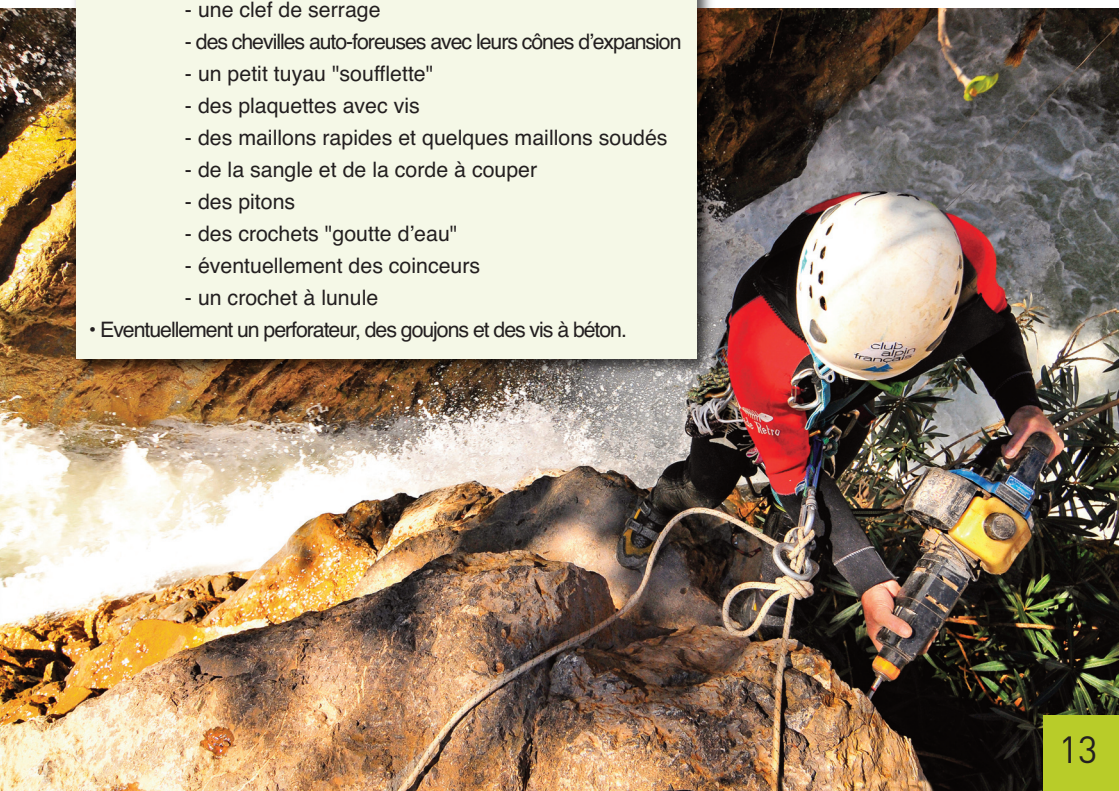
Stage de formation UFTA PROGRAMME PREVISIONNEL

| J1 | début de matinée | journée | soirée |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - accueil - présentation - organisation - installation | <p>formation en salle (2h)</p> <ul style="list-style-type: none"> - préparation de la trousse d'équipement. - présentation des ancrages utilisés en terrain d'aventure et ouverture de sites - les différentes catégories d'amarrages. - conception des amarrages. | <p>formation sur le terrain</p> <ul style="list-style-type: none"> - la progression en terrain d'aventure. - analyse et critique des équipements en place. - vérification et réfection des amarrages en place. - utilisation des amarrages naturels (arbres et rochers) avec la corde ou avec des anneaux de corde ou de sangle. - réalisation d'amarrages artificiels | <p>au gîte</p> <ul style="list-style-type: none"> - bilan journalier. - discussions. - apport théorique sur les sangles, les plaquettes, les noeuds, le vieillissement du matériel. - révision sur le panneau pédagogique. - préparation de la journée de demain. |

| J2 | début de matinée | après-midi | |
|---|--|---|--|
| <p>formation en salle (1h)</p> <ul style="list-style-type: none"> - notion de géologie appliquée à l'équipement. - choisir le matériel (ancrages, perforateurs, fournisseurs). | <p>formation sur le terrain</p> <ul style="list-style-type: none"> - apprentissage des techniques de cordes pour la progression en terrain d'aventure. - réalisation de lunules artificielles. - pose de chevilles autoforeuses et de pitons. - réalisation d'amarrages de type terrain d'aventure avec un perforateur (goujons et vis à béton). - réalisation d'amarrages de type terrain d'aventure sans perforateur (spits, tamponnoir+ foret + vis à béton, pitons, lunules naturelles). | <ul style="list-style-type: none"> - bilan journalier. - bilan du stage. - émargement du Livret UFTA - clôture. | |

- Une tenue individuelle complète adaptée à la pratique.
- Un couteau placé à portée de main et utilisable d'une seule main.
- Matériel de remontée sur corde efficace (pédale, bloqueur ventral et bloqueur de poing).
- Dispositif d'autoassurance.
- Des mousquetons à vis supplémentaires.
- Un huit d'équipement avec sangle de sécurité.
- Un valdotain et sangles de travail.
- Protection de corde pour les frottements,
- Sac à corde.
- Un bidon de secours avec pharmacie et lampe frontale.
- Une trousse d'équipement complète avec :
 - un marteau adapté
 - un tamponnoir
 - une clef de serrage
 - des chevilles auto-foreuses avec leurs cônes d'expansion
 - un petit tuyau "soufflette"
 - des plaquettes avec vis
 - des maillons rapides et quelques maillons soudés
 - de la sangle et de la corde à couper
 - des pitons
 - des crochets "goutte d'eau"
 - éventuellement des coinçeurs
 - un crochet à lunule
- Eventuellement un perforateur, des goujons et des vis à béton.

Liste DU MATERIEL



Référentiel de L'Unité de Formation Terrain d'Aventure

Equipement des sites

Je maîtrise

- je connais les règles pour la conception d'un amarrage de sécurité naturel et/ou artificiel
- je connais les différentes configurations de travail d'un amarrage de sécurité artificiel
- je suis capable de vérifier la fiabilité d'un amarrage artificiel ou naturel trouvé sur place
- je suis capable d'analyser et de porter un jugement sur un amarrage trouvé sur place
- je suis capable de rénover ou d'améliorer un amarrage vétuste ou mal conçu
- je sais réaliser un répartiteur avec un anneau de liaison fermé
- je sais «tricoter» un répartiteur avec un anneau de liaison à fermer
- je sais comment éviter le chevauchement des ganses d'un répartiteur au niveau du maillon de rappel
- je sais immobiliser un anneau de liaison sur arbre (tête d'alouette ou cabestan)
- je sais immobiliser les ganses d'un répartiteur sur deux arbustes
- j'ai des notions sur les efforts engendrés par l'utilisation des anneaux de liaison
- je suis capable de réaliser un répartiteur avec l'extrémité d'une corde
- je suis capable de fixer le milieu d'une corde sur un amarrage naturel
- je suis capable de placer correctement une cheville autoforeuse
- je connais les différentes catégories et formes de pitons
- je suis capable de choisir , d'installer et vérifier la tenue d'un piton
- je sais serrer ou resserrer correctement une plaquette
- je suis capable de placer des goujons à expansion et les vis à béton
- je sais réaliser un amarrage artificiel de type terrain d'aventure sans perforateur
- je sais réaliser un amarrage artificiel de type terrain d'aventure avec un perforateur
- je sais réaliser et me servir d'un crochet à lunule
- je sais réaliser une lunule artificielle rectiligne ou en V au moyen d'un perforateur



Connaissances générales

Je maîtrise

- je sais composer une trousse d'équipement complète adaptée au terrain d'aventure
- je connais les différents outils manuels, électriques ou thermiques de forage
- je connais les différents types d'ancrages mécaniques et j'ai des notions de résistance.....
- je connais les différents modèles de sangles, je sais les vérifier.....
- je connais les phénomènes de vieillissement des anneaux de corde et de sangle
- je connais les différents modèles de plaquettes et leur utilisation.....
- je connais le phénomène de vieillissement des ancres et plaquettes
- j'ai des notions sur les principales roches et sur les types d'ancrages adaptés.....



Techniques de progression

Je maîtrise

- je sais me déplacer en terrain d'aventure (anticipation des obstacles, recherche d'itinéraire, prévention des risques tel que chute de pierres, blocs instables)
- je sais utiliser une corde à double sur un amarrage naturel
- je sais comment m'auto-assurer en descente et placer une assurance en bout de corde
- je suis capable de rabouter deux cordes en cours de descente
- je suis capable d'installer :
 - un rappel ajusté sur un arbre sans sans laisser de matériel sur place
 - un rappel décalé sur un arbre sans sans laisser de matériel sur place
 - un rappel débrayable du haut et du bas sur un arbre sans laisser de matériel
 - une déviation largable sur un arbre
 - une main courante sur arbres
 - une corde éjectable
 - un anneau éjectable
- je sais tendre une corde en simple sur un ou plusieurs amarrages naturels avec un anneau de liaison ...
- je sais tendre une corde en simple ou en double entre deux amarrages naturels sans anneau de liaison ...



Charte de L'ÉQUIPEUR

Ce code de déanthologie a pour objet d'orienter l'action des équipiers qui sont les acteurs principaux du développement du canyonisme en milieu naturel. Ces conseils simples précisent les positions fédérales au niveau de l'équipement, du rééquipement, de l'ouverture de canyons.

- ✓ Intégrer son action dans le cadre du plan départemental d'équipement (s'il existe) en accord avec les comités départementaux ou régionaux de la FFME, FFS ou FCAM.
- ✓ Vérifier le non désaccord signifié des propriétaires et du Maire de la commune ;
- ✓ Respecter les autres usagers. Au besoin, la fédération pourra établir une convention précisant les conditions d'usages respectifs ;
- ✓ Respecter l'environnement ;
- ✓ Equiper des itinéraires logiques ;
- ✓ Ne pas modifier le rocher sauf purge ;
- ✓ L'équipement n'étant jamais définitif, il faut envisager qu'on puisse l'enlever plus tard (Exemple : percer suffisamment pour ré-enfoncer un goujon)
- ✓ Laisser délibérément en l'état les grands terrains d'aventure ;
- ✓ Equiper en respectant les normes de classement des espaces et itinéraires ;
- ✓ Equiper conformément aux normes fédérales d'équipement en vigueur ;
- ✓ Différencier les points de relais (ou rappel) des points des mains courantes ;
- ✓ Equiper en :
 - vérifiant la fiabilité du support,
 - facilitant l'utilisation et l'accessibilité des points d'ancrage,

- étant attentif aux frottements (à éviter),
- recherchant la non vulnérabilité naturelle des points (le plus à l'abri possible des impacts des crues ...),

- ✓ Veiller à informer les pratiquants pendant la phase d'équipement : signalisation du travail et des temps de prise des scellements en cours par les moyens les plus adéquats ;
- ✓ Eviter le piétinement inutile du lit du canyon en aménageant et/ ou signalant un sentier sur une berge dès que cela s'avère possible et nécessaire ;
- ✓ Signaler au gestionnaire du site les nouveaux itinéraires, parking, accès, entrée, sortie, échappatoire(s) à étudier.

Pour le rééquipement (prévoir en plus de) :

- ✓ Respecter « l'ambiance » technique, culturelle et historique des itinéraires et/ou rééquiper en concertation avec l'ouvreur et les représentants de l'activité ;
- ✓ Respecter le classement et la cotation de l'itinéraire ;
- ✓ Laisser les anciens amarrages disponibles tant que les nouveaux ne sont pas secs et n'ont pas été soigneusement vérifiés ;
- ✓ Enlever proprement tous les anciens ancrages.





Validation de la formation TERRAIN D'AVEVENTURE

Je soussigné(e) : Nom

Prénom :

Titulaire du brevet de :

Atteste, que : Nom

Prénom :

maîtrise les compétences figurant dans le référentiel de l'unité de formation terrain d'aventure de la FFCAM.

Formation en club

Formation en stage

Date du stage :

Lieu du stage :

Fait à :

Le :

Signature du cadre habilité

Cachet du club



LIVRET CANYON
Unité de Formation Terrain d'Aventure

Conception DU LIVRET UFTA

Création / Rédaction

Olivier GOLA

Crédits photos

Olivier GOLA

Relecture

Michel LECLERCQ
Didier RAPPIN
David THEVENET
Bertrand FARAUT
Gilbert DJURAKDJIAN
Arnaud ASTIER

Version

30 septembre 2018

Éditeur

GOLA Olivier



Copyright © GOLA Olivier

www.ffcamm.fr

24, avenue de Laumière - 75019 Paris

01 53 72 87 08 - activites@ffcamm.fr



fédération française
des clubs alpins
et de montagne