

Tests techniques uniformisés FFS/FFME/FFCAM de capacité Initiateur

Nom : Prénom :

Session du : à :

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

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

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

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

ATELIER 3 : Parcours d'équipement en falaise.

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

ATELIER 4 : Technique aquatique

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

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

