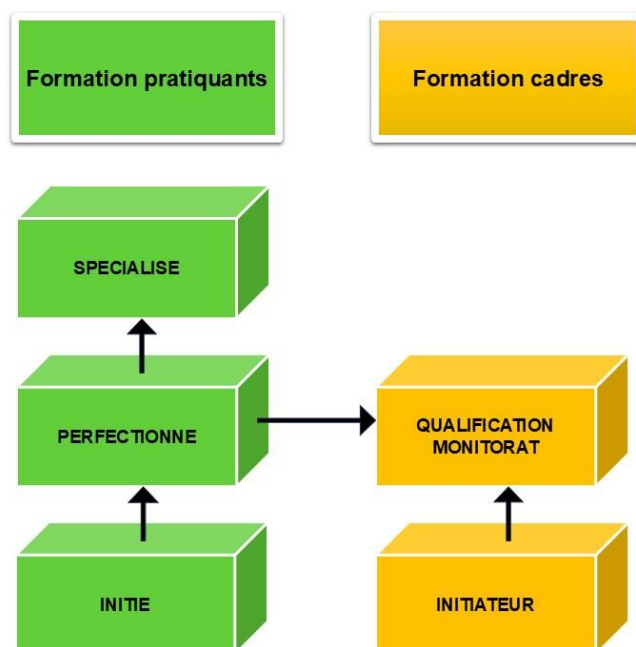


LIVRET DE COMPÉTENCES INITIÉS

EN ESCALADE SUR SAE/SNE



Le niveau Initié en escalade sur SAE atteste de compétences permettant une pratique de l'escalade sur SAE dans le respect des règles de sécurité communément admises, en lien avec l'expérience et le niveau d'escalade attestés.

Pour confirmer ce niveau initié, chaque pratiquant doit valider tous les groupes de compétences de la fiche initié en escalade sur SAE (compétences communes SAE/SNE et spécifiques aux SAE), détaillées dans ce livret.

Les créneaux d'escalade libres sur SAE organisés par les clubs FFCAM sont accessibles aux pratiquants ayant validé à minima le niveau initié en SAE.

Le niveau Initié en escalade sur SNE atteste de compétences permettant une pratique de l'escalade sur SNE d'une longueur dans le respect des règles de sécurité communément admises, en lien avec l'expérience et le niveau d'escalade attestés.

Pour confirmer ce niveau initié, chaque pratiquant doit valider tous les groupes de compétences de la fiche initié en escalade sur SNE (compétences communes SAE/SNE et spécifiques aux SNE), détaillées dans ce livret.

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ : ESCALADE EN MOULINETTE – INI-2.1

Connaissances	Je m'évalue	Validation du cadre
Je connais la bonne utilisation du matériel nécessaire pour grimper et pour assurer en moulINETTE : baudrier, corde, système d'assurance, mousqueton de sécurité.		
Je connais les composantes de la chaîne d'assurance		
Je sais expliquer le principe de l'effet poulie		
Je connais les différents profils de voies (dalle, verticale, dévers)		
Je connais le système de cotation des voies d'escalade		
Je connais les termes conventionnels courts et précis, qui me permettent de communiquer efficacement avec mon partenaire (« bloque », « avale », « du mou », « sec » ...)		
Compétences	Je m'évalue	Validation du cadre
1. Je sais m'équiper et m'encorder :		
Je sais mettre mon baudrier. J'ajuste les réglages afin qu'il soit au plus près du corps, la ceinture au-dessus des hanches		
Je sais m'encorder avec un double nœud de huit, suivi d'un nœud d'arrêt (demi-nœud de pêcheur double). J'évalue correctement la longueur de corde nécessaire, je réalise le nœud de huit au plus près du baudrier, et le nœud d'arrêt au plus près du nœud de huit		
2. J'applique le protocole de vérification mutuelle de la cordée :		
Avant de grimper, je fais vérifier mon encordement par mon partenaire		
Je vérifie aussi le bon ajustement du baudrier de mon partenaire, le passage correct de la corde dans son frein d'assurance et la fermeture du mousqueton de sécurité reliant l'ensemble à son baudrier		
Avant d'assurer, j'effectue les mêmes vérifications de façon croisée		

Compétences	Je m'évalue	Validation du cadre
3. Je sais assurer en moulinette :		
Je confectionne un demi-nœud de pêcheur double sur l'extrémité de la corde qui reste au sol		
Je me place au pied de la paroi pour assurer, et je ne m'en écarte jamais de plus de 1,5 mètre en cours d'assurage		
Je prépare la corde à mon côté afin qu'elle se déroule facilement, sans nœud, pendant toute la durée de l'escalade		
Je passe correctement la corde dans le frein d'assurage, en respectant les indications du fabricant		
Je vérifie la fermeture du mousqueton de sécurité reliant le frein d'assurage à l'anneau central de mon baudrier		
J'applique le protocole de vérification mutuelle de la cordée décrit plus haut		
Lors de mon assurage, je gère le coulisement de la corde dans le frein avec une bonne coordination de mes mains, suivant la méthode dédiée en 5 temps, qui permet de toujours tenir la corde sous le dispositif d'assurage. Je ne lâche jamais le brin de corde sous le frein d'assurance		
J'évite de laisser ma main tenant la corde sous le frein d'assurage trop proche de celui-ci, pour ne pas risquer de l'y coincer en cas de chute du grimpeur		
Je sais adapter la tension de la corde et l'assurage en fonction de l'aisance du grimpeur et du risque de vol		
Après son escalade, je suis capable de descendre le grimpeur sans à coup, régulièrement, et suffisamment lentement, mes deux mains tenant la corde sous le frein d'assurage		
Je suis capable de bloquer le grimpeur lors d'un passage difficile ou lors de sa descente		
Une fois le grimpeur descendu au sol je retire rapidement la corde du frein d'assurage (échauffement induit par frottement)		
4. Je grimpe en moulinette en sécurité :		
Je ne m'écarte pas de la trajectoire de la voie, de façon à éviter un pendule en cas de chute		
Je ne saisis ni les ancrages, ni les mousquetons des dégaines éventuellement placées à demeure		
Je ne grimpe pas au-dessus du relais dans lequel la corde est passée en moulinette		
Lors de ma descente en moulinette, j'adopte une bonne position, assis dans le baudrier et guidant ma descente sur la paroi avec mes pieds		

Connaissances	Je m'évalue	Validation du cadre
Je connais la bonne utilisation du matériel nécessaire pour grimper en tête, en particulier les dégaines		
Je reconnais les erreurs liées au mousquetonnage (sens, « yoyo », oubli)		
Compétences	Je m'évalue	Validation du cadre
1. Je sais assurer un grimpeur en tête :		
Je confectionne un demi-nœud de pêcheur double sur l'extrémité de la corde qui reste au sol, pour palier à l'éventualité où sa longueur serait insuffisante		
Je prépare et dispose la corde à mon côté afin qu'elle se déroule facilement, sans nœud, pendant toute la durée de l'escalade		
Je passe correctement la corde dans le frein d'assurance, suivant les indications du fabricant		
Je vérifie la fermeture du mousqueton de sécurité reliant le frein d'assurance à l'anneau central de mon baudrier		
J'applique le protocole de vérification mutuelle de la cordée, décrit dans le groupe de compétences INI-2.1		
Je sais parer une chute avant le premier point		
Après le parage, je me place proche de la paroi, hors du couloir de chute, dont je connais la définition		
J'attends que le grimpeur ait clipé au moins la 3ème dégaîne avant de m'écarter un peu de la paroi, et je ne m'en écarte jamais plus d'1,5 mètre tout au long de l'assurance		
Je sais comment donner de la corde à travers mon frein d'assurance, en corrélation avec les besoins du grimpeur		
Lors du mousquetonnage d'une dégaîne par le grimpeur, je sais donner suffisamment de corde rapidement, en coordonnant cette action avec un pas en avant		
Je suis capable de reprendre rapidement de la corde dans mon frein d'assurance, en coordonnant cette action avec un pas en arrière		
Je ne lâche jamais le brin de corde sous le frein d'assurance		
J'évite de laisser ma main tenant la corde sous le frein d'assurance trop proche de celui-ci, pour ne pas risquer de l'y coincer en cas de chute du grimpeur		
Je sais adapter mon assurance en fonction de l'aisance du grimpeur et du risque de vol, sans le sécher par peur de sa chute		
En cas de nécessité, je sais bloquer le grimpeur lors de sa descente, en réalisant avec la corde un nœud de mule bloqué (nœud d'arrêt) sur le mousqueton de mon frein		

Compétences	Je m'évalue	Validation du cadre
2. Je sais assurer de façon dynamique :		
Je suis capable d'anticiper une chute du grimpeur et de m'y préparer		
Sauf en cas de nécessité (retour au sol ou obstacle), je ne sèche pas le grimpeur lors de sa chute. L'assurage trop sec de chutes engendre fréquemment des traumatismes physiques (et psychologiques...) chez le grimpeur		
Au contraire, je sais assurer de façon dynamique, en accompagnant légèrement la chute juste au moment où celle-ci tend la corde dans mon frein d'assurage		
Je prends en compte mon éventuelle différence de poids avec le grimpeur, et j'agis en modulant en conséquence le caractère dynamique de mon assurage		
Je sais adapter mon assurage dynamique à la présence d'éventuels obstacles sous le grimpeur (gros modules sur SAE, vires sur SNE...)		
3. Je grimpe en tête en sécurité :		
Je sais placer les dégaines en fonction de la trajectoire de la voie		
Je sais clipper la corde dans les dégaines (sens de passage), efficacement avec chacune de mes mains		
Je clippe les dégaines avec une posture adaptée, lorsque le point d'ancrage est situé entre ma ceinture et mes épaules, et en étant dans une position équilibrée pour éviter une chute à ce moment		
Je clippe tous les points d'ancrages de la voie		
Je sais comment anticiper un vol et me placer avant. Je n'appréhende pas cette situation et je pense à prévenir mon assureur avant de voler		

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ : GRIMPER – INI-2.3

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je m'échauffe avant chaque séance		
Depuis le sol, je suis capable de lire au moins les premiers mètres d'une voie de niveau 5a/5b, et d'imaginer les mouvements et les placements que je vais réaliser d'après la disposition des prises		
Je suis capable de grimper en utilisant des prises de main variées. Je sais les valoriser en fonction de leur forme et de leur orientation		
Je pose mes pieds sur les prises avec attention, en utilisant les parties dédiées du chausson (pointes et carres internes et externes). Je sais valoriser des prises de pieds difficilement préhensibles		
Je réalise des mouvements coordonnés avec l'ensemble du corps		
J'ancre mon escalade sur mes pieds et je valorise la poussée de mes jambes		
J'enchaîne des voies de niveau 5a en tête à vue sans m'arrêter		

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MATÉRIEL - INI-3.1

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je connais les fonctions du matériel que j'utilise pour grimper et pour assurer : baudrier, corde, dégaines, système d'assurage, mousquetons de sécurité		
Je connais la signification des indications inscrites sur le matériel, notamment celles concernant sa résistance		
Je sais décrire et j'identifie les fonctions des différentes parties de mon baudrier : ceinture, cuissards, points d'encordement, pontet et portes matériel		
Je choisis un baudrier confortable, dont la taille permet un serrage ajusté autour de ma taille et un peu plus lâche au niveau des cuisses. Si possible, je réalise un test de suspension lors de son achat, pour vérifier que l'effort de traction se répartit bien entre la ceinture et les cuisses		
Je choisis des chaussons d'escalade convenant bien à la forme de mon pied, assez ajustés mais pas trop serrés		
Je sais identifier les cordes dites « à simple » (ou cordes d'attache), dédiées à la pratique sur voies d'une longueur. Pour grimper, je choisis une corde à simple de diamètre 10 à 11 mm et de longueur 80 m (suffisante pour grimper la majorité des voies actuellement équipées). Je fais particulièrement attention à l'assurage lorsque la corde est neuve (traitement « dry » la rendant plus glissante)		
J'utilise un dispositif d'assurage que je maîtrise totalement		
Je sais contrôler si une dégainie est montée correctement		
Je sais lover une corde correctement		

	Je m'évalue	Validation du cadre
En situation d'apprentissage, j'écoute les consignes de sécurité données par l'encadrant. Je n'hésite pas à lui demander des éclaircissements en cas de doute		
En situation d'apprentissage, j'avertis l'encadrant avant chaque action		
Si je repère un matériel défectueux, j'avertis l'encadrant		
J'identifie et j'évite les situations de vigilance suivantes : différentiel de poids grimpeur/assureur supérieur à 15 kg, ou différence d'expérience de pratique (débutant/confirmé) au sein de la cordée. Je m'informe donc du niveau et des compétences de mon partenaire		
Je n'entreprends une manœuvre que si je suis sûr de la maîtriser		
Je vérifie toujours que mon partenaire est prêt pour l'action qu'il va entreprendre (qu'il s'agisse d'assurer ou de grimper)		
Je fais également vérifier mes actions par mon partenaire		
Avant de grimper, je contrôle mon environnement de pratique, notamment l'absence d'obstacle ou de grimpeur pouvant me gêner dans ma progression future		
Je nettoie mes chaussons avant de grimper		
Je reste discret au pied des voies		
Lorsque j'assure, je me place de façon à ne pas gêner les autres grimpeurs, dans la mesure où cela ne nuit pas à mon assurage		
Lorsque je redescends d'une voie, je brosse les prises si nécessaire		
J'interviens si je constate une erreur d'une tierce personne		

NIVEAU ET EXPÉRIENCE : NIVEAU DE PRATIQUE EN SAE – INI - 1.1

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je maîtrise le niveau 5a en tête et à vue sur SAE à corde		

NIVEAU ET EXPÉRIENCE : EXPÉRIENCES EN SAE - INI-1.2

	Je m'évalue	Validation du cadre
J'ai grimpé en SAE à corde pendant un temps d'au moins 25 heures		

TABLEAU D'EXPÉRIENCE : LISTE DE 10 VOIES DE NIVEAU MINIMUM 5a RÉALISÉES EN TÊTE ET À VUE

Date	Lieu	Niveau de la voie	Validation du cadre

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ : COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES AUX SAE - INI-2.4

Connaissances	Je m'évalue	Validation du cadre
Je connais quelques réglementations relatives aux SAE, notamment celle concernant les tapis de réception, différents sur les zones dédiées à la voie et celles dédiées au bloc		
J'ai pris connaissance du règlement d'utilisation de la SAE		
Compétences	Je m'évalue	Validation du cadre
Je maîtrise l'utilisation des relais en haut des voies		
Je vérifie le bon positionnement et la liaison entre les tapis posés au sol		

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT : ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE SAE – INI-3.3

	Je m'évalue	Validation du cadre
J'identifie les situations de vigilance spécifiques aux SAE à corde (chutes au sol, absence de frottements car les points d'ancrage sont alignés), et je connais les actions de prévention à mettre en place		

ATTESTATION DE NIVEAU INITIÉ EN ESCALADE SUR SAE

Je soussigné(e)

Titulaire du brevet de :

Atteste, à ce jour, que le titulaire de ce livret maîtrise les compétences du **niveau Initié en escalade sur SAE**, lui permettant de grimper sur SAE en assurant sa sécurité et celle de son partenaire. Cette attestation de compétences lui permet d'évoluer dans le cadre des créneaux libres d'escalade, organisés par un club de la FFCAM.

Le titulaire de ce livret peut poursuivre sa formation vers le niveau perfectionné en SAE.

Fait à le

Signature du cadre habilité

Cachet du club

NIVEAU ET EXPÉRIENCE – NIVEAU DE PRATIQUE EN SNE - INI-1.1

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je maîtrise le niveau 5a en tête et à vue sur SNE équipé d'une longueur		

NIVEAU ET EXPÉRIENCE – EXPÉRIENCES EN SNE - INI-1.2

	Je m'évalue	Validation du cadre
J'ai grimpé en SNE équipé au moins 10 voies de niveau minimum 5a, en tête et à vue		

TABLEAU D'EXPÉRIENCE : LISTE DE 10 VOIES DE NIVEAU MINIMUM 5A RÉALISÉES EN TÊTE ET À VUE

Date	Lieu	Niveau de la voie	Validation du cadre

Connaissances	Je m'évalue	Validation du cadre
Je stocke mon matériel en lieu sûr, à l'abri du soleil, de l'humidité et de la poussière		
Je sais expliquer ce qu'est la force de choc		
Je sais expliquer ce qu'est le facteur de chute		
Compétences	Je m'évalue	Validation du cadre
Je sais utiliser le matériel spécifique à la pratique de l'escalade sur SNE (casque, dégaines, sac à corde)		
Je sais utiliser une longe en corde dynamique. Je sais la relier correctement à mon baudrier, et la connecter à un point d'ancrage ou un anneau dédié avec un mousqueton de sécurité		
Je sais vérifier l'état d'usure de ma corde		
J'anticipe le matériel nécessaire en fonction des indications du topo guide et de mes observations visuelles (nombre et longueurs des dégaines, longueur de corde)		
J'utilise un casque pour grimper et pour assurer. Je sais l'ajuster afin qu'il ne bouge pas et ne soit pas gênant		
Depuis le sol, je sais évaluer la difficulté de l'escalade jusqu'au premier point. Si nécessaire, je connais la technique pour pré-mousquetonner ce point à l'aide d'une perche		
Je sais gérer le tirage induit par les changements d'orientation ou d'inclinaison de la voie, à l'aide de dégaines de longueurs variées		
Pour mon espace d'assurage au sol, je choisis dans la mesure du possible une surface plane et sans obstacle		
Je dispose la corde sur une bâche ou dans un sac dédié, auquel j'attache son extrémité libre		
Lorsque j'arrive au relais, j'y place d'abord une dégainé dans laquelle je clippe la corde, pour être sécurisé le temps de sortir ma longe		
Je sais m'auto-assurer au relais à l'aide d'une longe en corde dynamique		
Je maîtrise la manipulation dite « du maillon rapide », sans rupture de la chaîne d'assurage, que je réalise pour descendre lorsque j'ai atteint le relais		
J'utilise le vocabulaire dédié («relais», «vaché», «bloque-moi») pour communiquer avec mon assureur quand je suis au relais ou dès que je suis prêt à descendre		
Lors de la descente, je suis capable de me déplacer latéralement, pour récupérer les dégaines sur une voie en légère traversée ou en dévers		

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT : MATÉRIEL EN SNE – INI 3.1

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je connais les conditions de conformité d'une longe (confection en corde dynamique, avec un connecteur de sécurité à son extrémité). Je connais les langes manufacturées disponibles dans le commerce		
Je sais comment sont confectionnées les dégaines, à l'aide d'une sangle reliant deux mousquetons. Le mousqueton à doigt droit, libre de bouger dans la sangle (impératif !), est destiné à être clippé dans les points d'ancrages. Le second mousqueton, généralement à doigt coudé, est bloqué par une couture de la sangle ou un « string ». Il est destiné à recevoir la corde. Je sais aussi comment disposer les dégaines sur mon baudrier		

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT : COMPORTEMENT EN SNE – INI-3.2

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je ne laisse pas ma corde en place dans une voie si je ne grimpe pas cette voie		
Je ne laisse pas de trace de mon passage, ni au pied des falaises, ni dans les voies		
Je ne gêne pas les autres grimpeurs (cris, chiens, musique...)		

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT : ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE – INI-3.3

	Je m'évalue	Validation du cadre
Je suis attentif à mon environnement de pratique et je me positionne en fonction des risques objectifs inhérents au milieu naturel, en particulier les chutes de pierres		

Je soussigné(e)

Titulaire du brevet de :

Atteste, à ce jour, que le titulaire de ce livret maîtrise les compétences du **niveau Initié en escalade sur SNE**, lui permettant de grimper sur SNE d'une longueur de corde, en assurant sa sécurité et celle de son partenaire dans des voies adaptées à son niveau de pratique.

Le titulaire de ce livret peut poursuivre sa formation vers plus d'autonomie via le niveau perfectionné en escalade sur SNE.

Fait à le

Signature du cadre habilité

Cachet du club

J'OBSERVE ET J'INTERVIENS

Je suis titulaire d'un niveau initié en escalade, témoignant de mes compétences pour gérer ma sécurité et celle de mon partenaire de cordée sur des voies d'une longueur. Mais lors d'une séance d'escalade, je suis également soucieux de la sécurité des personnes qui m'entourent. Si je constate une erreur technique, je n'hésite pas à intervenir de façon courtoise et pédagogique.

Quelques points de repère facilement identifiables sont listés ci-dessous :

- Baudrier mal ajusté
- Mousqueton du dispositif d'assurage non verrouillé
- Nœud mal fait
- Encordement au mauvais endroit sur le baudrier
- Mauvaise utilisation du frein d'assurage
- Mousquetonnage de la corde dans le mauvais sens dans une dégaine • Dégaine non mousquetonnée
- Mauvaise position de l'assureur par rapport au couloir de chute • Comportement de l'assureur (distract, boucle de mou ou distance à la paroi trop importante...)
- Vitesse de descente inappropriée (saccadée, trop rapide) • Passage inapproprié de la corde dans le relais
- Corde trop courte
- Absence de nœud à l'extrémité de la corde