

# **FEDERATION FRANCAISE DE SPELEOLOGIE**

## **ECOLE FRANCAISE DE DESCENTE DE CANYON**

28 Rue Delandine – 69002 LYON – Tél. 04.72.56.35.70 / Fax. 04.78.42.15.98

<http://canyon.ffspeleo.fr>

Association Loi 1901 agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports (agrément Jeunesse et Sports, agrément Jeunesse et Education Populaire), et de l'Environnement

---



## **REFERENTIEL DU STAGE PERFECTIONNEMENT CANYON NIVEAU 1**

04 décembre 2009

---

### **1° OBJECTIFS :**

---

- Etre autonome en progression individuelle dans toute situation (obstacles et/ou équipements) ne présentant pas de difficultés et de dangers dus à l'eau (fort débit, siphon, drossage, rappel).
  - Savoir équiper dans les meilleures conditions possibles de sécurité des verticales à faible débit
    - ne dépassant pas une trentaine de mètres,
    - pouvant s'équiper d'un seul tronçon ou en plusieurs tronçons séparés par de larges paliers confortables et sûrs,
    - ne présentant pas de difficultés et de dangers dus à l'eau.
  - Etre leader lors d'une sortie sportive dans un canyon à engagement limité (correspondant à la cotation maxi 3-M-II), tel que défini en annexe, avec des gens autonomes en progression dans ce type de canyon.
  - Savoir organiser et gérer une sortie.
  - Ce stage prépare également aux pré-requis du stage initiateur.
- 

### **2° PREROGATIVES :**

---

- Etre leader lors d'une sortie sportive dans un canyon à engagement limité (correspondant à la cotation maxi 3-M-II), tel que défini en annexe, avec des gens autonomes en progression dans ce type de canyon.
- 

### **3° ORGANISATION**

---

Stage de niveau

- national (EFC),
  - régional (Comités régionaux FFS),
  - départemental (Comités départementaux FFS).
- 

### **4° CONDITIONS D'ACCES**

---

- Etre fédéré FFS, FFME, CAF ou FFCK.
  - Avoir 16 ans révolus pour participer au stage (autorisation parentale pour les mineurs).
- 

### **5° DUREE**

---

- 6 jours.
- 

### **6° PRE-REQUIS**

---

- Niveau technique et connaissances générales de la formation découverte.
-

## Progression et autonomie

<b>Connaissances générales</b>	
Communication	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les codes de communication visuelle et sonore.</li> </ul>
Nœud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir réaliser les différents nœuds utilisés en canyon.</li> <li>• Savoir réaliser et utiliser les différents nœuds et montages autobloquant.</li> </ul>
Comportement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopter une attitude soucieuse de l'environnement.</li> <li>• Respecter les autres usagers et les riverains.</li> </ul>

<b>Progression horizontale et aquatique</b>	
Progression horizontale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir se déplacer avec aisance et rythme tout en assurant sa sécurité et celle de son groupe dans les différentes configurations d'un canyon : blocs, sol glissant, escalade, désescalade...</li> </ul>
Progression aquatique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir nager avec aisance en eau calme avec matériel.</li> <li>• Maîtriser les techniques de sauts.</li> <li>• Maîtriser les techniques de toboggans</li> </ul>

<b>Techniques verticales</b>	
Descente de verticales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir installer son descendeur et savoir se délonger.</li> <li>• Savoir descendre (aisance et placement lors de la descente).</li> <li>• Savoir réaliser une position d'attente et une clef sur descendeur.</li> <li>• Savoir franchir un nœud à la descente.</li> <li>• Savoir réaliser une descente de fortune sans descendeur, savoir s'arrêter et faire une clef.</li> <li>• Connaître les différents montages du descendeur huit et leurs utilisation.</li> <li>• Savoir gérer son sac dans les descentes de cascade.</li> <li>• Savoir franchir relais et fractionnements.</li> </ul>
Remontée sur corde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir remonter sur corde simple ou double sur bloqueurs mécaniques.</li> <li>• Savoir réaliser un remontée de fortune sans bloqueur mécanique.</li> <li>• Savoir franchir un nœud à la montée.</li> </ul>
Conversions	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir faire une conversion descente → montée et montée → descente,.</li> <li>• Savoir faire une conversion rapide montée → descente.</li> </ul>
Mains-courantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir franchir en sécurité les différents équipements de main-courante rencontrés en canyon.</li> </ul>
Déviation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir franchir une déviation.</li> </ul>

## Equipement et assurance

Préparation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître l'équipement personnel, le matériel de sécurité et de progression et savoir organiser le transport et le rangement de ceux ci.</li> <li>• Savoir ensacher les cordes en simple.</li> </ul>
Assurances	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir assurer une descente du bas et du haut.</li> <li>• Connaître les autres techniques d'assurance (auto assurance, assurer une auto-moulinette...).</li> </ul>
Mains-courantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir équiper une main-courante rappelable sans point intermédiaire auto assuré ou assuré.</li> </ul>
Systèmes débrayables	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir installer et utiliser les systèmes débrayables.</li> </ul>
Descente du premier	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre capable de gérer la descente du premier équipier.</li> </ul>
Descente du dernier Rappel de la corde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre capable de gérer sa descente en tant que dernier sur corde simple sur butée.</li> <li>• Savoir séparer les brins en cas de descente en dernier sur corde double.</li> <li>• Savoir anticiper et effectuer correctement le rappel de la corde.</li> </ul>
Moulinette	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir installer et utiliser une moulinette.</li> </ul>
Rappel Guidé	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir installer et utiliser un rappel guidé.</li> </ul>
Frottements	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître et savoir mettre en oeuvre les différentes techniques de gestion des frottements : supprimer, déplacer, protéger, équiper corde en double.</li> </ul>
Equipements en place	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître et appliquer le principe du double amarrage.</li> <li>• Savoir utiliser et vérifier les divers équipements en place rencontrés en canyon.</li> <li>• Savoir distinguer l'équipement de descente de celui de main-courante.</li> <li>• Savoir reconnaître l'existence d'un équipement hors crue.</li> </ul>
Equipement de canyon	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir sélectionner l'emplacement et savoir placer chevilles, plaquettes, pitons, sangles.</li> <li>• Savoir réaliser et régler un amarrage en Y et en ligne.</li> <li>• Savoir choisir et utiliser un amarrage naturel.</li> <li>• Avoir le souci d'installer un équipement confortable et clair.</li> </ul>
Escalade	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les bases de l'escalade en tête, de l'assurance du premier et des suivants.</li> </ul>

## Secours, secourisme et auto-secours

<b>Progression horizontale et aquatique</b>	
Secourisme	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir réaliser une trousse premiers secours adaptée à l'activité.</li> <li>• Savoir reconnaître les signes de stress, de fatigue, d'épuisement, d'hypothermie et d'hyperthermie et savoir réagir en conséquence.</li> <li>• Etre capable de déplacer en terrain horizontal une victime dont l'état le permet.</li> <li>• Etre capable de mettre une victime en attente (organiser un point chaud).</li> <li>• Etre capable de faire un bilan et de déclencher une alerte (utilisation d'une fiche d'alerte secours).</li> <li>• Connaître les principes du déclenchement des secours.</li> </ul>
Secours en aquatique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir remorquer, en eau calme une personne, sur une vingtaine de mètres.</li> <li>• Être capable de récupérer un objet, en apnée, à 2 mètres de profondeur.</li> </ul>
<b>Techniques verticales</b>	
Techniques particulières	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir réaliser un poulie/bloqueur et un mouflage.</li> </ul>
Auto-secours	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir s'auto dégager en urgence sur un blocage accidentel à la descente en verticale arrosée.</li> </ul>

# Organisation

<b>Connaissance du matériel</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir lire les fiches techniques fabriquant, choisir, conseiller, régler, utiliser, entretenir, vérifier l'état, stocker les divers matériels rencontrés : baudriers, mousquetons, descendeur, bloqueurs, sangles, cordes....</li> </ul>
<b>Préparation d'une sortie</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir préparer une sortie sportive (intendance, matériel...).</li> <li>• Savoir choisir le matériel à partir d'une fiche topographique.</li> <li>• Connaître les systèmes de classification et de cotation des canyons</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir lire un topo-guide et évaluer la difficulté d'un canyon.</li> <li>• Savoir identifier un canyon conforme à la définition du « canyon à engagement limité ».</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maîtriser les connaissances liées au site (accès, équipement, échappatoires, risques de crues, retenues d'eau, réglementation locale).</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir adapter la taille du groupe en fonction du site, du public et de ses capacités.</li> <li>• Connaître les risques liés aux individus : condition physique, aspect psychologique...</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Météo : connaître et savoir prévenir les risques météorologiques.</li> </ul>

## Connaissances liées à la pratique

<b>Connaissances liées au milieu naturel</b>	
Cartographie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre capable de se repérer et de s'orienter à l'aide d'une carte (mesure de distances, d'altitudes et de directions, reconnaître les éléments d'une carte sur le terrain).</li> <li>• Savoir identifier, tracer et mesurer sur la carte un bassin versant.</li> </ul>
Météorologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maîtriser les données concrètes de la météorologie (lecture du ciel, pression, hygrométrie, vent).</li> <li>• Savoir comment accéder aux différentes sources d'informations météorologiques et les comprendre.</li> </ul>
Hydrologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître le cycle de l'eau.</li> <li>• Connaître les principaux régimes hydrologiques.</li> </ul>
Environnement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître l'impact de la pratique sur le milieu et savoir adopter les attitudes et les comportements adaptés.</li> <li>• Savoir évaluer l'engagement à partir de la connaissance du milieu naturel (roche, couverture végétale, alimentation du canyon...).</li> </ul>
Physiologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les bases de la physiologie sportive (fonctionnement de l'organisme pendant l'effort, nécessité de s'alimenter et de s'hydrater, thermorégulation).</li> </ul>
<b>Droit et législation</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les recommandations du Ministère de la Jeunesse et des Sports.</li> <li>• Connaître les grands principes concernant l'accès aux sites (droit et législation de la propriété et des cours d'eau, domaines privé et public).</li> <li>• Connaître les actions à mener lors d'une atteinte à l'environnement.</li> <li>• Connaître les actions à mener lors d'une atteinte à la défense d'un libre accès sur un site.</li> </ul>
<b>Vie fédérale</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître l'organisation de l'activité en France.</li> <li>• Connaître l'organisation de la FFS et de ses différentes structures.</li> <li>• Connaître l'organigramme des stages fédéraux, connaître le cursus de formation des cadres et savoir où trouver le calendrier des stages fédéraux.</li> </ul>

---

## ANNEXE

---

### DEFINITION DU CANYON A ENGAGEMENT LIMITE

---

Par "canyon à engagement limité" il faut comprendre : **tout ou partie de canyon** dont on a vérifié qu'il présente, **le jour de la sortie**, les caractéristiques suivantes :

❑ **Un engagement limité :**

- Le groupe doit pouvoir sortir en cas d'imprévu grâce à des échappatoires
  - aisés ne nécessitant pas la pose d'équipements de sécurité et de progression,
  - en nombre suffisant et bien répartis entre chaque verticale telle que définie par la suite (des zones refuges confortables peuvent **exceptionnellement** palier l'absence ponctuelle d'échappatoire).
- L'alimentation ou la conformation du canyon interdit aux variations de débit d'être dangereuses; lors de ces variations le groupe peut continuer à progresser en sécurité sur le bord ou sur le même équipement sans aucun aménagement supplémentaire.

❑ **Des verticales à faible débit :**

- Ne dépassant pas trente mètres.
- Devant s'équiper d'un seul tronçon (sans relais intermédiaire) ou en deux tronçons indépendants séparés par un large palier confortable et sûr.
- Avec nécessité de voir toute la hauteur de chaque descente pour le cadre (grâce éventuellement à un équipement adapté).

❑ **Caractère aquatique :**

- Un débit faible adapté à la configuration du canyon et ne provoquant pas de mouvements d'eau dangereux, non clairement identifiables et aisément contournables (siphon, drossage, rappel).
- Les passages à nager ne doivent pas excéder 50 mètres sauf s'ils peuvent être évités.
- Un « canyon à engagement limité » ne peut pas comporter en fin de parcours de traversée inévitable de cours d'eau si le débit de celui-ci est soit imprévisible (délestage, barrage...) soit trop important pour permettre une traversée " à gué". Dans le cas contraire, une attention toute particulière sera apportée à la préparation de la sortie pour s'assurer de l'absence de risque de variation de débit.

❑ **Durée :**

- Une durée globale de parcours (accès, descente, retour) procurant une large marge de manœuvre avec une progression en canyon n'excédant pas 4 heures.