



Module de formation N2

« Autonomie entre équipier.e.s en canyon de cotation inférieure ou égale à 443 »

Objectifs

- Être capable d'utiliser les méthodes de franchissement d'obstacles adaptées dans le cadre d'un canyon de cotation 443
- Être capable de faire face à un canyon équipé en Terrain d'Aventure
- Être capable de réaliser un secours simple dans le cas d'un coéquipier bloqué

Pré-requis

- E-learning : Connaissances préalables à la formatio
- Stage N1 « Autonomie entre équipiers en canyon de cotation inférieure ou égale à 342 » ou expérience équivalente justifiée

Contenu technique abordé

- Maîtrise parfaite d'une analyse d'obstacle complexe (enchaînement de rappels suspendus, différentes configurations de risques aquatiques et de frottements)
- Techniques de franchissement d'une grande verticale
- Utilisation des différents outils pour gérer les frottements
- Utilisation du débrayé-tiré pour gérer le risque aquatique
- Choix et réalisation des différents débrayages du bas possible (Remonte ton noeud, grande verticale, etc...)
- Installer et utiliser un système d'auto-assurance en rappel
- Optionnel : Installation d'un rappel guidé

- Savoir réagir face à un relai de type Terrain d'Aventure
- Développer son répertoire de noeuds
- Comprendre, constituer et utiliser une trousse de rééquipement complète

- Porter assistance à un coéquipier avec des outils simples (Transfert de charge simple, etc...)
- Organiser une réchappe

Dates possibles

- Voir Site Web

*Le module est maintenu à partir de 2 réservations.
Le nombre de places disponibles pour chaque session est de 6.*



Organisation

Niveau physique attendu

Le stage est ouvert à **des canyoneurs autonomes ayant déjà réalisé le module I** ou pouvant justifier d'une expérience suffisante afin que les moniteurs valident leur accès direct au niveau II. **Dans tous les cas, il est nécessaire d'être en bonne condition physique**, de savoir nager 50m et d'être capable de courir.

Il est attendu des stagiaires de faire part au préalable de toute condition médicale pouvant influencer sa capacité à pratiquer le canyoning afin de prendre les dispositions adéquates.

Age minimum : 18 ans

Tarif

La participation au module de formation II « Autonomie entre équipiers en canyon de cotation inférieure ou égale à 443 » est **au prix de 450 euros par personne**.

Ce tarif comprend les 4 jours de formation encadrés par deux moniteurs diplômés d'état, l'assurance en responsabilité civile ainsi que le prêt de tout le matériel individuel et collectif de sécurité nécessaire pour la progression en canyon.

Ce tarif ne comprend pas les transports, l'hébergement ainsi que les différents repas pendant le stage.

Différentes options sont possibles et peuvent être discutées ensemble.

Lieu de rendez-vous

Le premier jour du stage à 9h à l'adresse suivante :

673 Rue Aimé Paquet
38660 Saint-Vincent-de-Mercuze
Coordonnées GPS : 45.380958, 5.950713

Équipement à prévoir

- Équipement individuel de canyoning (si vous en avez) qui sera contrôlé ensemble pour s'assurer de sa conformité aux normes en vigueur
- Maillot de bain et serviette
- Lunettes, cordons si nécessaire, lentilles
- Médicaments si traitement en cours (cf section « niveau physique attendu »)
- Chaussures robustes, type chaussures de randonnée, pour la pratique du canyoning
- Vêtements secs pour le stage (nous séjournons à différentes altitudes par moment, pensez à bien prévoir des vêtements chauds) ainsi que d'autres chaussures !
- Vivres de courses pour les midis en canyon (sucré ET salé!) ainsi qu'une gourde
- **Votre livret de progression !**

Programme du stage

Ce programme est donné à titre indicatif et peut à tout moment être réorganisé en fonction des conditions météorologiques et hydrologiques des cours d'eau concernés, ainsi qu'en fonction du niveau physique et technique des participants.

Jour 1 : Cascade de l'Alloix + soirée théorie

Nous reverrons les bases de la progression en équipe puis la mise en situation d'un obstacle de type grande verticale. La soirée théorie portera sur la notion de terrain d'aventure et la gestion d'une réchappe en cas de problème.

8h : Rendez-vous

9h : Distribution du matériel et briefing

10h – 15h : Cascade de l'Alloix

16h : Débriefing de la sortie

18h : Meeting théorique + préparation de sortie

Jour 2 : Matin Falaise + Canyon de l'Infernet + soirée théorie

Mise en situation d'un enchaînement grande verticale et d'un débrayable du bas en falaise, puis entraînement dans le canyon de l'Infernet. Les secours simples sont abordés lors de la soirée, puis les stagiaires sont responsables de la préparation de sortie du lendemain.

9h – 11h : Travail technique en falaise

13h – 16h : Canyon de l'Infernet

17h : Débriefing

19h : Meeting théorique + préparation de sortie

Jour 3 : Canyon de la Pissarde + soirée théorie

Progression active en équipe dans un canyon de type terrain montagne (prise en compte de la qualité de l'équipement, gestion de contraintes supplémentaires, etc.). La soirée est dédiée à la préparation de sortie du lendemain.

9h – 15h : Canyon de la Pissarde

16h : Débriefing

18h : Préparation de sortie du lendemain

Jour 4 : Ecouges partie haute

Le clou du spectacle afin d'appliquer ce qu'on a appris, long et technique, un parfait test d'équipe !

9h – 16h : Descente

17h : Débriefing du stage

