

Grimpeur :
Assureur :

N° Licence :
Contrôleur :

Date naiss :
Site :

Date :



Evaluation passeport blanc au CSAM



Pour enchaîner, sous surveillance, une voie en moulinette cotée 4b et réussir un bloc coté 3 sur SAE (jaune au PDS) ou en zone découverte de site sportif, je dois

Points évalués	Acquis	Revoir	Observations
1 Module sécurité			
Je suis concentré, calme et reste vigilant quand je réalise une technique de sécurité			
Je ne distrais jamais un grimpeur réalisant une manœuvre de sécurité			
- Je m'équipe sans aide et sans erreur : sangles non vrillées, au-dessus des vêtements, sangle de taille serrée au-dessus des hanches, - Je réalise le nœud (volumineux) en bout de corde.			
1.1. En situation de grimpeur			
- Je réalise mon nœud d'encordement sans aide en respectant les critères de réussite habituels : la corde passe derrière les bons passants, le huit est correctement tressé et serre les passants, le nœud d'arrêt (pêcheur double) est collé au 8, - je contrôle tout bien et à 2 et j'attends le feu vert du cadre, - Je communique avec l'assureur : - quand l'assureur me semble prêt je demande « assureur prêt ? » - s'il me répond « assureur prêt » nous nous contrôlons - je prévois alors de mon départ en annonçant « départ » - au cours de la montée, en précisant le prénom de son équipier je demande : avale, bloque ou sec, du mou, descente.			

1.2. En situation d'assureur			
- J'installe la corde correctement dans le frein d'assurance, attache le mousqueton sur le pontet et verrouille la sécurité du mousqueton, - je contrôle tout bien et à 2 et j'attends le feu vert du cadre, - Je me place près du mur, légèrement décalé à droite ou à gauche de la voie hors de la zone potentielle de chute de grimpeurs, - Je manipule la corde sans hésitation et de manière à toujours conserver une main derrière le frein, - Je communique avec le grimpeur - Je bloque mon partenaire (sensiblement de même poids), à la demande « sec » ou « reprends » (ou en cas de chute) sans être déséquilibré			
J'assure la montée du grimpeur en moulinette, en 5 temps, et sa descente à vitesse modérée, les 2 mains sous le frein, à l'aide d'un frein, type descendeur en huit, sceau, tube, reverso, grigri ou tout système maîtrisé			
Jusqu'au 3ième point je me décale légèrement sur le côté pour éviter que le grimpeur ne tombe sur moi en cas de chute, l'épaule appuyée au mur			
Jusqu'au 3ième point j'assure « sec » corde tendue sans treuiller mon partenaire			
Après le 3ième point, je donne le mou juste nécessaire de manière à empêcher le grimpeur de s'asseoir dans le baudrier tout en laissant une légère courbe (léger ventre) à la corde placée devant moi, mais surtout pas de grande boucle			
Après le 3ième point, je me décale du mur, mais pas au-delà de 2m, rester sur les deux tiers du tapis de réception proches du mur, est un repère facile. Se positionner à la verticale de la première dégaine, pour éviter tout déséquilibre en cas de chute du grimpeur. Si je suis beaucoup plus léger (moins d'un tiers du poids du grimpeur) je reste au pied du mur			

Grimpeur :
Assureur :

N° Licence :
Contrôleur :

Date naiss :
Site :

Date :

Si la voie est en devers ou en traversée, je m'assure que le grimpeur s'encorde sur le brin passant dans l'ensemble des dégaines			
Je bloque le grimpeur à sa demande, en cas de chute et en fin de voie			
Pour la descente, le grimpeur demande « untel, sec ». S'approcher du mur, à la verticale du relais. Pour anticiper une chute du grimpeur et afin de rester en équilibre, poser un pied sur le mur. Quand le mou est bien repris, placer les 2 mains sous le frein et annoncer « untel, sec », ou « tu es pris ». Le grimpeur demande « untel, descente », répondre « untel, descente ». La main amont reste fixe, serrée ou lâche, à mesure que la main aval accompagne la corde par un mouvement de va et vient sur le mou.			

2. Module habileté gestuelle

Pour enchaîner des voies en moulinette et réussir mes premiers blocs, j'apprends à : à me déplacer en hauteur en maîtrisant mon appréhension à m'asseoir dans le baudrier et me suspendre sur la corde à redescendre en moulinette équilibré et relâché à grimper des blocs et voies aux profils variés en utilisant des poussées de jambes			
---	--	--	--

3. Module performance

Je grimpe les blocs de niveau 3 (jaune au PDS) et les voies de niveau 4b en moulinette.

3.1. Module performance habileté difficulté

- Lors du test de prise en charge, je me confie à la corde après avoir vérifié que l'assureur m'ait pris en charge et démontre mon aisance (petit saut, pendule...), Je réussis avec aisance 2 voies sur 4 proposées de niveau 4b en moulinette : - En progressant à base de poussées de jambes (et non de tractions), - Sans me laisser impressionner par la hauteur (je continue jusqu'au sommet sans m'arrêter de longs moments pour me rassurer et je ne dépense pas 10 fois plus d'énergie qu'il n'en faudrait...), - Je redescends en moulinette équilibré et relâché			
---	--	--	--

3.2. Module performance habileté bloc

- Avant chaque escalade, Je vérifie que la surface de réception n'est pas encombrée, - Dans l'attente de mon tour, je ne stationne pas sous un bloc, - Je ne grimpe jamais au-dessus ou au-dessous d'un autre grimpeur, - Je repère une voie de descente très facile et la descente de manière relâchée, - J'amortis de manière tonique la réception d'un saut (pieds à 20 cm du sol), en fléchissant les membres inférieurs, Je grimpe des blocs de niveau 3 (jaune au PDS) : - En toutes prises, je me déplace avec aisance dans toutes les directions en utilisant des réponses variées (petits pas, grands pas, de face, de profil, m-m-p-p, m-p-m-p...), - En montée, en dalle d'inclinaison positive ou verticale, je grimpe à base de poussée d'une ou 2 jambes (et non de tractions), en 4-3-4 appuis, - En traversée, en dalle d'inclinaison positive, je mets en oeuvre des solutions variées au niveau des pieds (écart-rapprochement, croisé de pied et changement de pied).			
--	--	--	--

4. Module éco-responsabilité

"Toujours calme et concentré quand je réalise une manip." - J'apporte mes affaires et porte une tenue correcte adaptée à l'escalade, - Je respecte le moniteur, - Je respecte l'activité de mes camarades et ne les distrais pas, - Je respecte les installations et les autres utilisateurs de la salle, - Je respecte les consignes et les règles, - Je suis attentif pendant les explications.			
---	--	--	--

Visa initiateur ou instructeur