

Grimpeur :  
Assureur :

N° Licence :  
Contrôleur :

Date naiss :  
Site :

Date :



## Evaluation passeport jaune au CSAM



Pour grimper en sécurité sur SAE, sous surveillance, et enchaîner une voie en tête cotée 5b et un bloc coté 4a, je dois,

Points évalués	Acquis	Revoir	Observations
Les contenus du précédent passeport sont aussi évalués.			
<b>1. Module sécurité</b>			
- Je suis concentré et reste vigilant quand je réalise une technique de sécurité, - Je contrôle tout bien et à 2 et j'attends le feu vert du cadre, Je vérifie l'agencement des tapis			
<b>1.1. En situation de grimpeur</b>			
Je vérifie que la zone de réception soit libre. Je sollicite un pareur expérimenté si nécessaire.			
- Je fais attention à ne pas laisser ma jambe derrière la corde, - Je trouve une position confortable pour mousquetonner, dite aussi « position de moindre effort » (PME), un bras pour la manip, l'autre bras tendu - Je mousquetonne toutes les dégaines, dans le bon sens, brin du baudrier à l'extérieur du mousqueton, c'est-à-dire de la montagne (du mur) vers moi, donc sans vriller les dégaines - Je communique avec l'assureur, Je me réceptionne lors d'une chute de faible hauteur, en moulinette corde molle, en essayant de m'écartier du mur, pieds en avant. - En haut de voie, je choisis un système de descente libre, y place correctement ma corde en moulinette, au PDS la corde doit passer dans les 2 mousquetons, sans torsion, ni du brin, ni du mousqueton. et communique avec l'assureur avant de me confier à la corde. En haut de voie, Je peux saisir la chaîne à la main, ou le bord du mur, si je peine à passer la corde dans les mousquetons.			
<b>1.1. En situation d'assureur</b>			
Je prépare en l'inspectant, ma corde, lovée « en pêcheur » pour qu'elle « file » sans noeud à un bon emplacement, au pied du mur du côté de ma main aval, et sécurise toujours le brin de corde libre par un noeud volumineux en bout de corde, genre noeud de huit en double			
J'assure un grimpeur lors de son test, à l'aide d'un frein, type « descendeur en 8 », « sceau », « plaquette », « grigri », ou tout autre système maîtrisé			
Avant et après le 3 <sup>ème</sup> point, la boucle de mou devant moi est minime (un léger ventre), en aucun cas le brin sortant du frein ne doit toucher le sol ou pendre devant soi			
Je me positionne bien pour assurer, sans gêner le grimpeur, le voir et l'entendre			
Jusqu'au 3 <sup>ème</sup> point je me décale légèrement sur le côté, à droite ou à gauche, pour éviter que le grimpeur ne tombe sur moi en cas de chute, l'épaule appuyée au mur			
Jusqu'au 3 <sup>ème</sup> point, je m'accroupis, cela permet d'une part, de diminuer le facteur de chute, en donnant un peu de corde dans la chaîne d'assurage, d'autre part, en se relevant, de donner rapidement du mou au mousquetonnage en cas de besoin			
Après le 3 <sup>ème</sup> point, afin de suivre la progression du grimpeur et de dynamiser une chute et d'optimiser les manip de corde, en avançant ou en reculant, je m'éloigne du mur, mais pas au-delà de 2m. Rester sur les deux tiers du tapis de réception (cas du PDS) proches du mur, est un repère facile. Je ne suis pas figé sur mes jambes, je reste souple afin de dynamiser un vol. Se positionner à la verticale de la première dégaine, pour éviter tout déséquilibre en cas de chute (vol) du grimpeur. Si je suis beaucoup plus léger (moins d'un tiers du poids du grimpeur) je reste au pied du mur			
Je donne de la corde, lors de la progression du grimpeur, au-dessus du dernier point mousquetonné, et plus rapidement, en avançant, lors du mousquetonnage			

Grimpeur :

N° Licence :

Date naiss:

Assureur :

Contrôleur :

Site :

Date :

Je reprends de la corde quand le grimpeur progresse sous le dernier point mousquetonné			
Je bloque mon partenaire (sensiblement de même poids) au niveau d'un point d'ancrage (ou en cas de chute) sans être déséquilibré,			
Je freine, en la dynamisant, une petite chute pour l'amortir et l'arrêter, en me laissant entraîner vers l'avant et/ou vers le haut			
Si besoin, à mon initiative, je me déplace afin que mon brin de corde n'entrave point le grimpeur			
En cas de problème, je communique avec le grimpeur.			
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.			
Je love une corde courte pour qu'elle file bien à la prochaine utilisation, en l'arrêtant par 2 méthodes, celle utilisée dans la salle et celle pour la stocker.			

## 2. Module habileté gestuelle

J'apprends :  
à me déplacer avec aisance en hauteur et à faire confiance à l'assurage  
à utiliser des solutions telles pousser sur une jambe, changer de pied, croiser les mains, attraper une prise au vol...  
à utiliser une prise oblique et aller chercher une prise éloignée

## 3. Module performance

Je grimpe les blocs de niveau 4a (jaune au PDS) et les voies de niveau 5b en tête.

Je repère le cheminement général d'une voie, les prises pour réaliser un bloc

### 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,  
Je grimpe en tête avec aisance 2 voies de niveau 5b :  
- Sans me laisser impressionner par la hauteur et le risque de chute (contre exemple : serrer les prises, hésiter longuement...),  
- En utilisant les coordinations de base (contre-exemple : rester en grimpe main-main-pied-pied).

### 3.2. Module performance habileté bloc

- Je vérifie l'agencement des tapis en début de séance,  
- En SAE, j'amortis de manière tonique la réception d'un saut (pieds à 50 cm du sol) et enchaîne avec une chute arrière ou un roulé-boulé,  
- En SNE, j'amortis de manière tonique la réception d'un saut stabilisé (pieds à 50 cm du sol),  
- Je monte et redescends 2 blocs faciles,  
Je grimpe des blocs de niveau 4a :  
- Je réussis des développés en croix et des groupés dégroupés,  
- Je repère et réalise les passages induisant changements de pied et de main, voire légers croisés de main,  
- En traversée, dans des passages verticaux, je mets en œuvre des solutions variées au niveau des pieds (écart-rapprochement, croisé de pied et changement de pied),  
- En montée, en dalle positive, je réalise un passage avec de petites prises pour les mains mais des prises correctes pour les pieds, à base de poussées.

## 4. Module éco-responsabilité

- Je préserve l'intégrité et la propreté de la salle,  
- J'évite tout gaspillage,  
- Je prends soin du matériel,  
- Je respecte les consignes et les règles.

Visa initiateur ou instructeur