



Salamandre d'Argent

Autonomie en progression dans un canyon présentant des difficultés techniques variées 3/3/1.

Je sais et je connais :

- Gérer le froid, l'hydratation, l'alimentation
- Le système de cotations
- Participer à la préparation d'une sortie
- Gérer mon sac dans ma progression
- Franchir une déviation
- Franchir un fractionnement
- Réaliser les principaux noeuds
- Participer au déséquipement des verticales
- Vérifier la mise en place de l'équipement personnel de mes camarades
- Evoluer en sécurité sur un parcours aquatique varié
- Identifier les différents types de mouvements d'eau
- Les situations météorologiques engendrant des crues



Salamandre d'Or

Autonomie en progression dans un canyon technique 4/3/1
Équipement d'un canyon 3/3/1

Je sais et je connais :

- Préparer une sortie
- Me repérer sur une carte IGN pour trouver le canyon et ses divers accès.
- Consulter la météo
- Choisir un canyon adapté à mes capacités et à la météo
- Préparer le matériel collectif
- Assurer ma sécurité en toutes circonstances et en autonomie
- Identifier les difficultés, les risques et choisir l'équipement adapté
- Les spécificités de la roche en liaison avec l'équipement (solidité, chute de pierres, frottement)
- Vérifier les amarrages en place
- Installer une main courante
- Installer un rappel débrayable du haut
- Gérer un frottement
- Les notions de bassin versant



Fédération Française
de Spéléologie
ffspeleo.fr



syndicat-speleo-canyon.org

LES CINQ NIVEAUX EN CANYONISME

Vous avez débuté ou vous pratiquez le canyonisme au sein d'une de nos structures et nous vous en remercions !

Ce document doit vous permettre de mieux comprendre votre activité, en vous aidant à prendre des repères quant à votre progression technique ou à vos connaissances de l'environnement.

Les cinq niveaux de pratique du canyonisme vous permettent de construire votre parcours dans l'activité afin de vous amener vers l'autonomie.

Les encadrants de nos structures sont là pour vous accompagner dans votre démarche, pour que vous puissiez profiter au maximum du canyonisme et des environnements exceptionnels qui s'offrent à vous !

En se référant aux différents critères décrits dans le présent document, vous pourrez savoir quelles compétences restent à acquérir pour atteindre le niveau supérieur.

Chaque niveau comporte des compétences techniques et des connaissances liées à l'environnement.

Chaque étape est valorisée par un diplôme personnalisé et une médaille, qui vous seront remis par votre encadrant.

Au plaisir de vous accueillir au sein de nos structures,
La Fédération française de spéléologie (FFS) &
le Syndicat des professionnels de la spéléologie et du canyon (SNPSC)



1^{ère} Salamandre

Progression dans un canyon sans difficultés techniques 1/1/1

Je sais et je connais :

- Ajuster mon casque sur ma tête
- Mettre ma combinaison
- Adapter mon mode de locomotion
- Me déplacer sur un sol encombré et glissant
- Evoluer en groupe
- Gérer mes émotions
- L'environnement aquatique et terrestre dans lequel j'évolue
- Identifier les zones de frayères
- Respecter cet environnement

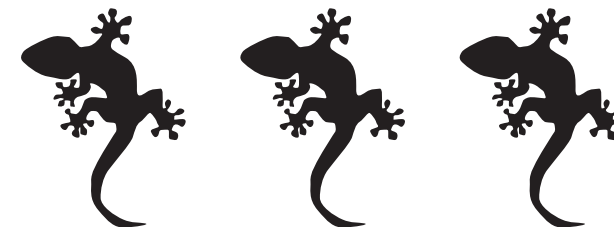


2^{ème} Salamandre

Progression dans un canyon avec quelques difficultés techniques 2/2/1

Je sais et je connais :

- Ajuster mon baudrier
- Identifier une main courante
- Utiliser les longues
- Identifier un départ de rappel
- Mettre mon descendeur et descendre une petite verticale
- Descendre de petits ressauts en désescalade
- Nager 25m en eau calme avec mon équipement
- Les risques liés aux sauts
- Sauter d'une hauteur inférieure à 3m
- Gérer mes émotions liées aux techniques de progression
- Lire une topographie
- Reconnaître et nommer quelques animaux typiques des canyons



3^{ème} Salamandre

Progression dans un canyon présentant des difficultés techniques variées 3/3/1

Je sais et je connais :

- Les codes de communication visuelle et auditive
- Choisir la position de la corde dans le descendeur en fonction de l'obstacle
- M'immobiliser sur une corde, faire une clef sur mon descendeur
- Modifier le freinage au cours de la descente
- Descendre sur un rappel guidé
- Identifier les différents noeuds et systèmes d'amarrage
- Eviter le refroidissement et m'en protéger durant une attente
- Me repérer sur une topographie
- Reconnaître et nommer la roche dans laquelle est creusé le canyon

