



**CREPS**  
Auvergne-Rhône-Alpes  
– Vallon-Pont-d'Arc

## FORMATION PROGRESSION SUR CORDE FIXE

- Niveau 1 -

---



Avec l'appui du **Comité Départemental de Spéléologie (CDS)**  
de l'Ardèche



Et de l'**Institut de Formation, de Recherche et d'Expertise En Milieux Souterrains (IFREEMIS)**

---

<b>Rubrique</b>	Formations non Diplômantes
<b>Thématique</b>	Techniques de progression sur corde fixe avec les outils et techniques usuellement utilisées en spéléologie
<b>Intitulé</b>	Progression sur Corde niveau 1
<b>Organisme</b>	CREPS Rhône Alpes
<b>Lieu</b>	Vallon Pont d'Arc
<b>Durée</b>	3 jours, 21 heures
<b>Dates</b>	Du lundi 09 au mercredi 11 septembre 2025
<b>Descriptif</b>	Sous la responsabilité d'une personne compétence, vous pourrez explorer une cavité ou une falaise sur des obstacles simples.
<b>Compétences visées</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Être capable de nommer, positionner et ajuster son matériel individuel nécessaire à la progression sous terre.</li><li>▪ Être capable de progresser en terrain varié (escalade desescalade.)</li><li>▪ Être capable d'identifier une main courante et savoir évoluer en sécurité dessus.</li><li>▪ Être capable de se déplacer sur cordes à la descente et à la montée :</li></ul>

- ✓ Identifier une tête de puits,
- ✓ Mettre mon descendeur et descendre une petite verticale (maximum 20 mètres),
- ✓ M'immobiliser au cours de la descente sur la corde avec le descendeur,
- ✓ Positionner mes bloqueurs pour remonter une petite verticale,
- ✓ Franchir une déviation à la descente comme à la montée,
- ✓ Franchir un fractionnement simple à la descente comme à la montée.
- Être capable de gérer mes émotions liées aux techniques de progression
- Être capable de connaître l'environnement dans lequel j'évolue.

**Publics visés** Agents des structures gestionnaires des espaces naturels protégés ou des grottes touristiques, étudiants, enseignants de l'enseignement supérieur, chercheurs et techniciens de bureaux d'études.

**Conditions d'accès** Aucun prérequis. Pratique sportive régulière souhaitée

**Encadrement** Equipe de formateurs du CREPS et du Comité Départemental 07

**Hébergement** Possible en pension complète au CREPS

**Matériel** Mise à disposition du matériel technique individuel et collectif

**Moyens d'évaluation** Contrôle continue, bilan personnalisé, délivrance d'une attestation de suivi de stage visée par le CREPS

**Coût de la formation** 30€ de l'heure soit 630€ hors frais hébergement et de restauration

#### Programme prévisionnel niveau 1

	Programme	Lieu
<b>J1</b>	10h : accueil 11h : présentation matériel personnel 13h-17h : formation aux techniques de progression sur corde ( <i>descente, montée, clés sur descendeur, passage de déviation et de fractionnement</i> ) 17h-18h : Karstologie (1h)	CREPS Portique CREPS Portique CREPS  En salle
<b>J2</b>	8h30-16h : exploration souterraine : classe 2 17h-18h : Biospéléologie (1h)	Cavités de classe 2 En salle
<b>J3</b>	8h30-16h : exploration souterraine : classe 2 à 3 16h-17h : Bilan de la formation	Cavités de classe 2 à 3 En salle

**Contacts** Vincent Rouyer – CREPS Auvergne Rhône-Alpes  
[vincent.rouyer@creps-rhonealpes.sports.gouv.fr](mailto:vincent.rouyer@creps-rhonealpes.sports.gouv.fr) – 06 43 47 05 87

Judicaël Arnaud – CDS 07  
[cds.07@wanadoo.fr](mailto:cds.07@wanadoo.fr) - 06 37 12 85 40