



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)**

Rubrique	Formations non Diplômantes
Thématique	Techniques de progression sur corde fixe avec les outils et techniques usuellement utilisées en spéléologie
Intitulé	Progression sur Corde niveau 1
Organisme	CREPS Rhône Alpes
Lieu	Vallon Pont d'Arc
Durée	3 jours, 21 heures
Date	mardi 22 au jeudi 24 mars 2022
Descriptif	Sous la responsabilité d'une personne compétence, vous pourrez explorer une cavité ou une falaise sur des obstacles simples.
Compétences visées	<ul style="list-style-type: none">▪ Être capable de nommer, positionner et ajuster son matériel individuel nécessaire à la progression sous terre.▪ Être capable de progresser en terrain varié (escalade desescalade.)▪ Être capable d'identifier une main courante et savoir évoluer en sécurité dessus.▪ Être capable de de se déplacer sur cordes à la descente et à la montée :

- ✓ 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

Moyen d'évaluation Contrôle continue, bilan personnalisé, délivrance d'une attestation de compétences visée par le CREPS et la FFS

Coût de la formation 25€ de l'heure soit 525€ hors frais hébergement

Programme prévisionnel niveau 1

	Programme	Lieu
J1	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
J2	8h30-16h : exploration souterraine : classe 2 17h-18h : Biospéléologie (1h)	Cavités de classe 2 En salle
J3	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 – 06 43 47 05 87

Judicaël Arnaud – CDS 07
cds.07@wanadoo.fr - 06 37 12 85 40