

Fiche autonomie

Saison : **2021-2022**

Prénom du membre :

Nom du membre :

- Tous les critères de réussite doivent être validés par deux moniteurs différents afin que le membre soit validé «GRIMPEUR AUTONOME»
- Le membre doit savoir assurer sa sécurité et celle de son binôme, en bloc, en voie en second (moulinette) **ET** en tête
- Cette distinction n'est valable qu'au sein de club Grimpe en Tête de Charenton
- Cette distinction n'est pas un «passeport FFME»

GÉNÉRAL	Validation premier moniteur	Validation second moniteur
Sait mettre son baudrier		
Retire bijoux et montre		
Vigilance aux autres et à soi, ne dérange pas grimpeurs ou assureurs		
Est concentré pour s'équiper, s'encorder, assurer		
Fait constamment un double check		
Communique avec son partenaire (départ, sec, descente...)		
S'assure que la corde n'est pas nouée/en paquet et fait un nœud à son extrémité		
Vérifie qu'une drisse ou une corde n'est pas déjà en place		
Ne grimpe ni n'assure pieds nus.		
Ne lache jamais le brin de vie		
Sait lover une corde		
Sait monter une drisse pour remplacer une corde en place		

BLOC Comportement en tant que grimpeur	Validation premier moniteur	Validation second moniteur
N'évolue pas sous un grimpeur		
S'assure qu'il n'y aura personne en dessous de lui		
La poitrine ne doit pas dépasser la première dégainé		
Sait se réceptionner seul sur ses jambes		

BLOC Comportement en tant que parreur	Validation premier moniteur	Validation second moniteur
S'assure que personne ne passe sous son grimpeur		
Garde les mains en l'air pour diriger sa chute et aussi se protéger		
Préviens le grimpeur s'il évolue trop haut (1ère dégainé)		
S'assure que les tapis sont bien jointifs		

VOIE Comportement en tant que grimpeur	Validation premier moniteur	Validation second moniteur
Sait s'encorder avec un double nœud de huit avec au moins un nœud d'arrêt		
En second : s'assure que son brin n'est pas entortillé autour de l'autre.		
En second : s'assure que la corde est correctement passée dans le relais		
En tête : N'oublie aucune dégaine et les clippe dans le bon sens		
N'utilise pas les dégaines et spits pour ses pieds ou ses mains		
Ne met pas son pied derrière la corde		
Sait voler/chuter et se réceptionner sur le mur		

VOIE Comportement en tant qu'assureur	Validation premier moniteur	Validation second moniteur
Met en place la corde avec un système de frein et verrouillage		
En second : s'assure que son brin n'est pas entortillé autour de l'autre.		
En second : s'assure que la corde est correctement passée dans le relais		
Fait une parade au départ, avec la corde dans les mains		
En second : connaît et exécute parfaitement l'assurage en 5 temps		
Sait donner du mou en désescalade		
A la descente : connaît et exécute parfaitement le mouvement en 3 temps		
En tête : Vérifie que son partenaire n'oublie aucune dégaine et les clippe dans le bon sens		
Contrôle en permanence que son grimpeur n'utilise pas les dégaines et spits pour ses pieds ou ses mains, ou met son pied derrière la corde		
En tête : ne tend jamais la corde		
En tête : ne donne pas voire très peu de mou jusqu'à la troisième dégaine		
En tête : sait jauger la quantité de mou à donner (allonge, poids du binôme)		
En tête : régule son assurage en avançant ou reculant		
En tête : se place sur le côté et non sous le grimpeur, entre les dégaines 1 et 3		
Est toujours à bonne distance du mur et jamais hors des tapis		
Sait faire un assurage dynamique		

Date/Nom/Signature du premier moniteur :

Date/Nom/Signature du second moniteur :