

NOM
Prénom
Date de naissance

Compétences requises	Non acquis	En cours d'acquisition	Acquis	Commentaires
Savoir s'encorder				Double nœud de 8 Vérifier nœud du binôme
Savoir gréer son système d'assurage + s'équiper				Sens du système Vissage mousqueton à vis Vérification du binôme Vérification longueur de corde/site (nœud en bout de corde) lovage de corde
Assurage en moulinette				Application du geste à 4 temps Aisance Gestion du sec Gestion du vol (statique, dynamique)
Assurage en tête				Technique, vigilance avant 1er point Technique, vigilance entre 1er et 2ième point Technique au delà du deuxième point Application du geste à 4 temps Aisance Gestion du sec Gestion du vol (statique, dynamique)
Grimpe en moulinette				Aisance Annonce de sec
Technique de corde grimpe en moulinette				Maillon rapide (sécurité = pas de désencordement, jamais + vissage mousqueton) Nœud de cabestan Nœud de vache (nœud de poing)
Grimpe en tête				Aisance Matériel requis en SAE (dégaines) Matériel requis en extérieur (dégaines, vache, mousqueton à vis, mâchard, ...) Dégainage au niveau bassin (notamment sur les premiers points)
Technique de corde grimpe en tête				Equipement d'un relais Equipement d'un rappel (autobloquant, ...) Descente en rappel Dégainage (passage de corde dans dégainé)
Technique de corde niveau sup				Mouflage Techniques de secours Nœuds techniques Remontées sur cordes
Acquis théoriques				Facteur de chute > 1 Chaîne d'assurage Retour au sol
Ecole de vol				En moulinette En tête

RAPPELS:

Jamais moins de 2 points d'accroche pour une descente
Jusqu'au mousquetonnage du 3ième point, les risques d'accident sont les plus importants