

Nom :

Prénom :

Numéro de licence :

Club :

PASSEPORT ORANGE « Je grimpe en autonomie sur SAE »

MODULE ÉCO-RESPONSABILITÉ

Pendant la session

- Je m'échauffe en début de séance et m'étire à la fin OUI NON
- Je maîtrise mes émotions et contrôle mes réactions OUI NON
- Je participe au rangement de la salle OUI NON
- Je respecte les consignes et les règles OUI NON

MODULE BLOC

• **Test de parade (avec un partenaire de même gabarit, en dévers, grimpeur proche) :**

- Les mains à proximité du grimpeur, je l'empêche de tomber à la renverse et amortis sa chute OUI NON
- Réussite avec aisance de 3 blocs sur 4 proposés, pas forcément à vue, de niveau 4c et de styles variés :*

• **Je réalise 3 blocs au 1er essai :**

- L'un induisant une opposition sur prise de main verticale OUI NON
- L'un induisant un mouvement d'amplitude OUI NON
- L'un induisant adhérence et/ou utilisation de petites prises de pied OUI NON
- Le dernier, induisant la gestion de déséquilibre OUI NON

MODULE DIFFICULTÉ

En SAE à corde ou site découverte, escalade en tête.

• **Test de réception (dans une voie légèrement déversante présentant une surface de réception sûre, le point d'encordement au niveau d'un point d'ancrage) :**

- J'accepte de voler OUI NON
- J'amortis ma réception OUI NON

Dans 3 voies sur 4 proposées, pas forcément à vue, de niveau 5c, dont 3 voies présentant des difficultés techniques ponctuelles et 1 voie plutôt athlétique :

• **Je réussis avec aisance 3 voies au 1er essai :**

- Dans la voie athlétique, je grimpe relâché et m'économise en grimpant bras tendus, de profil OUI NON
- Dans les 2-3 voies techniques restantes, je réussis au niveau des amarrages des pas difficiles (opposition, mouvements d'amplitude, adhérence, passage sur petites prises de pied...) OUI NON

MODULE SÉCURITÉ

1. Attitude (pour toute la session) :

- J'ai un comportement compatible avec une gestion autonome de la sécurité OUI NON

2. En situation de grimpeur, avant de grimper :

- Je sais vérifier l'état de la corde et de mon harnais et connais les critères de mise en retrait et de mise au rebut OUI NON

3. En situation d'assureur, qualité de l'assurage pendant l'école d'assurage dynamique et l'assurage des 3-4 voies d'un partenaire :

- J'anticipe les actions du grimpeur pour donner de la corde et reprendre le mou sans gêner sa progression OUI NON

- Je freine et arrête une chute de manière dynamique OUI NON

Examineur :

Date :

Signature :