



## Club Viennois de Haute Montagne

### **Validation des connaissances pour grimper en Tête**

Nom et Prénom du candidat :

Nom(s) et Prénom(s) du(ou des) contrôleur(s), avec initiales :

Prérequis à cette formation

- Savoir grimper un 5C en moulinette
- Avoir fait des exercices de passage de corde dans les dégaines

<b><u>Je m'engage à, et je connais les règles de sécurité de base</u></b>	validé par (initiales)	date
Je sais faire avec facilité et concentration les techniques demandées en moulinette (elles seront contrôlées)		
Je pratique la <b>vérification croisée</b> avec mon partenaire : encordement installation du système d'assurage, préparation de la corde...		
Je mousquetonne <b>obligatoirement toutes</b> les dégaines dans le bon sens Au sommet je clippe les 2 mousquetons du relais Je ne laisse JAMAIS la corde derrière ma jambe.		
Je mousquetonne avec aisance et efficacité		
En tant qu'assureur, je pare mon partenaire de tête jusqu'à ce qu'il clippe la première dégaine		
En tant qu'assureur, je ne me place pas dans le couloir de chute, ni trop loin du mur, et je n'assure pas assis		
Je sais arrêter une chute de façon dynamique et je m'engage à m'entraîner pour parfaire cette technique		
Je sais faire une manip de haut de voie sur maillon rapide, et avec désencordement puis réencordement (2 manips distinctes)		
J'assure avec vigilance mon partenaire : l'observer, anticiper à bon escient pour donner et reprendre du mou.....		
Je communique avec mon partenaire		
Je prends en considération les éventuelles remarques de mon partenaire ou de qui que ce soit de plus compétent que moi		

*Dans le cas où certaines de ces compétences seraient à améliorer ou à consolider, n'hésitez pas à vous rapprocher d'un référent !*

la date de validation sera effective après 10 séances d'escalade en tête

signatures du contrôleur et candidat :