



Association Française de Canyon

" " Commission Enseignement " "

Les Niveaux de formation

Niveau 1 : Elementary Level

Avoir une pratique responsable

Le matériel individuel de base

Réaliser le nœud de base et ses dérivés

Les codes de communication de base

Progresser en terrain accidenté

Installer un montage de base du descendeur :

- Sur corde "à simple",
- sur corde "à double"

Utiliser ses longes

Se dé-longer (en présence d'appuis)

Descendre une verticale en rappel

s'arrêter en cours de descente (position d'attente et clef)

Assurer du bas, rappeler et ranger la corde

Sauts et toboggans


Association Française de Canyon


NIVEAU 1 : Canyon

Elementary Level

Nom : Prénom :

Né(e) le :

Délivré par : Date :



www.afcanyon.fr