

VERS L'AUTONOMIE EN VIA FERRATA

Connaissance, savoir-faire
et savoir-être

Critères d'évaluation

Compétence n°1 : PRÉPARATION

Préparation	- Je connais les équipements nécessaires (baudrier, longes de via ferrata et d'assurage, casque et gants).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je sais utiliser ces équipements.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- J'ai une bonne condition physique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Compétence n°2 : CONNAISSANCES SPÉCIFIQUES

Connaissances	- Je sais installer la longe via ferrata sur mon pontet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je sais m'encorder.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je connais la problématique de l'assurage en via ferrata et la violence des chocs générés par une chute sur longe.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je connais les cotations en via ferrata.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je suis capable de faire une via ferrata de niveau : <input type="checkbox"/> Facile <input type="checkbox"/> Peu Difficile <input type="checkbox"/> Assez Difficile <input type="checkbox"/> Difficile <input type="checkbox"/> Très Difficile		

Compétence n°2 : PROGRESSION EN VIA FERRATA

Progression	- Je sais comment utiliser ma longe de via ferrata (déplacement en autonomie) et ma longe d'assurage (repos).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je connais les limites et les dangers de l'auto-assurage.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je sais progresser à corde tendue (encordement assurance en mouvement sur queues de cochons et/ou dégaines).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	- Je sais économiser mes bras en utilisant mes jambes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Je m'évalue Validation du cadre

