

FICHE D'EVALUATION PASSEPORT BLANC

NOM / Prénom :
Date :

EQUIPEMENT / ENCORDEMENT	OUI	NON
J'installe correctement mon baudrier (Ajusté, par-dessus les vêtements)		
Faire un noeud en bout de corde (Queue de 8 de préférence)		
JE GRIMPE - En moulinette avec aisance du 4 b		
Je m'encorde correctement (Bon endroit sur le baudrier, noeud de "8" + noeud d'arrêt)		
Je vérifie le système d'assurage de mon assureur		
J'attends le feu vert du cadre pour grimper		
Communication adaptée (sec, avale, etc)		
Je sais redescendre en moulinette équilibré et relâché		
J'ASSURE		
Je sais correctement passer la corde dans le système d'assurage		
Je sais correctement installer le système d'assurage sur mon baudrier		
Mousqueton à vis fermé		
Je vérifie l'encordement de mon grimpeur		
Bonne position par rapport au mur (Près du mur mais hors de la zone de chute)		
Je sais assurer correctement en 5 temps la montée du grimpeur		
Je sais assurer la descente du grimpeur à vitesse modérée		
Je sais bloquer le grimpeur à sa demande, en cas de chute et en fin de voie		
BLOC Niveau 3		
Savoir chuter sur un tapis		
Savoir faire une parade		