

# Passport Bleu

Je grimpe en autonomie sur site sportif d'une longueur.

Pour enchaîner en sécurité des blocs  
et des voies en site naturel,

## J' apprends



### M'engager

- ▶ à rester concentré et à me battre dans les voies aux difficultés homogènes et soutenues
- ▶ à grimper avec rythme et détermination, en bloc et dans les passages plus difficiles en voie

### Progresser

- ▶ à repérer le cheminement d'une voie avant de la réaliser
- ▶ à lire un passage ou un bloc et à m'imaginer grimper avant de le réaliser
- ▶ à coordonner la poussée des jambes avec l'action des bras avec le plus de relâchement possible
- ▶ à éviter de m'arrêter dans une situation éprouvante pour les bras ou les avant-bras
- ▶ à prendre le temps de bien me placer pour mousquetonner et à mousquetonner rapidement

### Protéger

-  ▶ à placer le (ou les) crash-pad en fonction de la probabilité de chute et à le déplacer si besoin
  -  ▶ à parer aux épaules
  - ▶ à remonter au dernier point mousquetonné après une chute en dévers ou surplomb
  - ▶ à récupérer les dégaines en descendant d'une voie déversante ou désaxée (téléphérique)
  - ▶ à réaliser la manœuvre de haut de voie avec désencordement puis réencordement
  - ▶ à effectuer une manœuvre de réchappe dans une voie déversante ou surplombante
- Si la descente en moulinette présente des frottements importants :
- ▶ à installer un relais de haut de voie sur deux points reliés
  - ▶ à réaliser un nœud double-pêcheur pour fermer la cordelette de l'autobloquant
  - ▶ à installer sur le relais ma corde en double et à descendre en rappel auto-assuré
  - ▶ à rappeler ma corde dans de bonnes conditions (brins séparés, en limitant les risques d'accrochage)



- ▶ à connaître et respecter mes limites et me préserver
- ▶ à s'investir dans les compétitions en tant que compétiteur et/ou officiel
- ▶ à réagir correctement en cas d'accident (rassurer, sécuriser, alerter les secours)

Pour réussir une voie soutenue à vue, je me donne les moyens d'y arriver :  
j'observe bien, je me bats et je vais jusqu'au bout.

## Je valide ...



5c  
6b

... si je grimpe en autonomie, en site sportif, des blocs et des voies en tête, en garantissant ma sécurité et celle des autres.

- ▶ Je place et déplace les crash-pad.
  - ▶ J'effectue la manœuvre de réchappe en cas d'échec.
  - ▶ J'installe un relais sur deux points reliés.
  - ▶ J'installe un rappel et je redescends auto-assuré sur cordelette de façon fluide.
  - ▶ Au sol, je récupère rapidement mon frein puis je rappelle ma corde.
- Et sans relâcher les bonnes habitudes, je contrôle tout, bien et à 2.
- ▶ Je fournis une attestation d'officiel ou mon classement en compétition
  - ▶ Je connais les bons gestes, en cas d'accident,



Les contenus des précédents passeports sont aussi évalués.



J'apprends et je répète les manœuvres de relais et rappel.