



LIVRET INDIVIDUEL DE SUIVI ANIMATEUR SAE

Candidat

NOM	
Prénom	
Tf	
Mail	

CERCLE

Titulaire

Tf
Mail

	Bilan initial				Formation(s)		Bilan après formation		
	Acquis	Notion	Non	Date/Formateur	Date	Formateur	Date	Acquis	Remarques
EQUIPEMENT									
EPI (notions, obligations, ...)									
Cordes/cordelettes/sangles									
Force choc									
Mousquetons, dégaines									
Effet poulie									
Harnais									
Longe simple et double									
Systèmes assurance/descendeur									
Structure portante en SAE, prises									
Guide sécurité SAE (SPF économie 2013)-Gen									
Points ancrage (norme EN 12572)									
NŒUDS									
simple, double, pêcheur, sangle									
huit, huit inversé, encordement									
tête alouette									
papillon									
Prussik, Machard, français									
Mickey									
FONDAMENTAUX ESCALADE									
Gestuelle base									
prises main /défauts usuels									
prises pieds / défauts usuels									
triangle d'équilibre <-> placement référence									
ligne de force, effet charnière									
Préparation à l'escalade					Pendant formation			Fin de formation	
Mise en place du baudrier									
Encordement direct avec corde									
Encordement sur mousqueton									
Contrôle mutuel									
Chaîne assurance, auto- et contre-assurance									
Principe des 2 points									

	Bilan initial				Formation		Bilan après formation		
	Acquis	Notion	Non	Date/Formateur	Date	Formateur	Date	Acquis	Remarques
ESCALADE EN TETE									
Assurage d'un premier de cordée									
Parade									
Mousquetonnage dégaine à 1 main									
Position corde par rapport jambes									
Passage tête à descente									
Facteur chute									
Dynamiser une chute									
COMBINES									
Escalade en tête et relais									
Escalade en tête puis rappel									
Remontée corde fixe puis rappel									
INTERVENTIONS SAE									
Mesures préventives									
Intervention avec grigri									
Intervention avec transfert de corde									
ENCADREMENT DEBUTANTS									
Escalade classique									
Remontée corde									
Rappel									
Via cordata									
Relais									
NIVEAU EN ESCALADE EN TÊTE									
Niveau 5c en tête	Avant formation								
Salle, voies et cotation									

	Bilan initial				Formation(s)		Bilan après formation		
	Acquis	Notion	Non	Date/Formateur	Date	Formateur	Date	Acquis	Remarques
SECURITE SAE									
Consignes générales									
Communication									
MOULINETTE									
Principe moulinette, contre-poids									
Assurance 5 temps (assurance second)									
Dégaines anti-pendule (montée et descente)									
Communication spécifique moulinette									
VIA CORDATA									
Installation horizontale									
Installation verticale									
Double ancrage (début et fin)									
Utilisation de la double personnelle									
REMONTEE SUR CORDE FIXE									
Installer corde fixe au départ moulinette									
Emploi de la clé de pied									
Remontée deux autobloquants méthode 1									
Idem méthode 2									
RAPPEL									
Principes ancrages pour rappel									
Rappel corde //, contre-assurance moulinette									
Idem avec contre-assurance du bas									
Idem avec autobloquant en-dessous									
Idem avec autobloquant au-dessus									
Rappel après remontée corde fixe									
RELAIS									
Principe du double ancrage relié									
Installation relais et auto-assurance									
Assurance sur soi avec point de renvoi									
Communication spécifique relais									