

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

En initiation : 1/2 journée et journée en site aménagé et canyons faciles

- Se faire plaisir à la pratique du canyoning
- Progresser en toute sécurité
- Maîtriser les techniques de déplacement, de sauts et de descente de toboggan
- Découvrir le milieu rivière et le faire apprécier

En perfectionnement : journée en canyons techniques

- Découvrir les techniques de progression sur cordes : descente autonome, progression sur main courante
- Gagner en autonomie en sécurité : auto-sécurité et socio-sécurité
- Prendre conscience des risques objectifs
- Découvrir le milieu rivière et le faire apprécier

METHODES

- Basée sur une pédagogie qui fera appel à différentes approches (ludiques, actives, sensorielles...) et qui tiendra compte du niveau de chacun
- Mise en confiance
- Garantir sur la séance un rythme avec alternances de situations actives, dynamiques et des situations qui demandent de réaliser une tâche précise

ENCADREMENT

Brevet d'Etat Escalade, Spéléologie et AQA Canyon

MOYENS MATERIELS MIS A DISPOSITION PAR L'ASSOCIATION

Individuel

- Combinaison néoprène isotherme, casque, baudrier complet

Collectif

- Matériel pédagogique
- Cordes, mousquetons, amarrages pour l'équipement du canyon
- Sacs et bidons étanches

MATERIEL COLLECTIF A PRENDRE PAR LE GROUPE

- Eau, pique-nique pour la journée et pharmacie

TENUE VESTIMENTAIRE INDIVIDUELLE CONSEILLEE

- Maillot de bain, chaussures fermées et chaussettes

LOGISTIQUE

- Chauffeur et navette
- Bus de 19 places et minibus de 8 places
- Assistance personnelle et matérielle



RISQUE	DESCRIPTIF	ATTITUDE ET PREVENTION	RISQUES POTENTIELS SUR LES PARCOURS
Glissade	Le pratiquant glisse en marchant dans la rivière	Expliquer comment se déplacer, comment descendre des blocs...	C'est le risque le plus important dans cette activité
Blocage psychologique	Le pratiquant refuse de sauter	Rassurer, expliciter l'absence de risque Installer une corde ou faire le tour	Sauts faciles ou évitables facilement
Hypothermie	Le pratiquant se plaint du froid, claque des dents sans discontinuer	Faire un point chaud (couverture de survie et flamme)	Canyons peu encaissés mais parfois en altitude
Chute	Le pratiquant chute de plusieurs mètres	Equipement des passages et utilisation de baudriers	
Crue avant d'entrer dans le canyon	Brusque montée des eaux suite à un très violent orage	Annuler l'activité	Prévisible
Crue dans le canyon	Brusque montée des eaux suite à un très violent orage	Attendre la décrue dans un endroit sec	Prévisible
Traumatisme lors d'un saut	Mauvaise réception en arrivant dans l'eau	Expliquer comment sauter, limiter la hauteur des sauts	

En prévention il faut très tôt apprendre au pratiquant :

- à toujours s'assurer que ses appuis sont stables (auto-sécurité)
- à surveiller et aider les personnes autour de soi (socio-sécurité)

Le canyoning étant par nature une activité ludique, l'effort physique, le stress et le froid en font malgré tout une activité exigeante physiquement et psychologiquement.

Pour garantir le bon déroulement il faut que les jeunes soient dans de bonnes conditions : qu'ils aient une alimentation équilibrée en quantité et qualité, qu'ils aient de la boisson en quantité et qu'ils aient bénéficié d'un sommeil suffisant.

