

s'est hissée au rang des premières, si elle n'est pas la toute première, la Joanny 9mm elle aussi, occupe le «top niveau» sur le plan mécanique dans sa catégorie, mais souffre d'un effet Yoyo trop important en utilisation sur de grandes longueurs.

Enfin, les essais sur le nouveau descendeur Stop Petzl (autobloquant) ont prouvé son absolue fiabilité, avec une résistance allant bien au-delà des aléas d'un usage normal.

*D'après notes de Robert COURBIS
Directeur de la Co Etude du matériel.*

COMMISSION MÉDICALE

Les fédérations pratiquant un sport de compétition ont l'obligation de demander, lors de la délivrance de la licence, un certificat médical prouvant l'aptitude du postulant à pratiquer le sport considéré. La spéléologie n'est pas une activité de compétition, toutefois sa pratique dans certaines conditions peut requérir des qualités athlétiques et un certain nombre d'aptitudes, ce qui a amené la commission médicale et l'EFS à poser un certain nombre de principes.

EXAMEN MÉDICAL

Il est obligatoire pour toutes les activités EFS, et très souhaitable pour toute inscription à un club spéléologique. Afin de rendre efficace le certificat, la commission édit un certificat type (ci-dessous) que le spéléologue présentera à son médecin. Les contre-indications ont été longuement discutées avec les responsables EFS. Tous les spéléos, nous l'espérons, seront convaincus du bon sens et de l'importance de ces contre-indications. Ces certificats sont disponibles à l'EFS et à la CoMed.

La spéléo est un sport difficile à codifier. Il n'existe pas de classement strict des cavités et tous les niveaux de pratique sont possibles dans une même cavité.

L'effort au cours de la progression intéresse tous les groupes musculaires. La progression, très variée, peut être rapprochée du «parcours du combattant», à plus grande échelle, mais sans la notion de compétition. C'est une progression associant marche, ramping, descente et remontée, méandres, ressauts, passages bas et grandes verticales.

Sur le plan physiologique, il s'agit d'un effort prolongé sur plusieurs heures, voir plusieurs jours, avec passages d'intensité musculaire maximum, de courte durée, le tout se déroulant dans un milieu hostile, où la déperdition énergétique est accentuée par le froid et l'humidité.

L'EXAMEN MEDICAL DOIT PERMETTRE :

A - Pour un spéléo consultant en vue d'une pratique de la spéléologie dans le cadre du temps libre et des loisirs (inscription à un club, pratique sous une forme touristique, stages et techniques) :

- de l'informer sur ses possibilités physiques et ses milites. Il pourra ainsi prendre ses responsabilités et choisir son niveau de progression. Dans le cadre de cette pratique de la spéléo (loisirs), il ne faut pas de compétences physiques particulières; une intégrité anatomique et une bonne tolérance cardio-vasculaire suffisent.

Dans cet esprit, il n'y a pas de contre-indication propre à la spéléologie. Toutefois, les risques de chute, la durée des expéditions (10-20 heures), l'éloignement des secours et le type d'activité spéléo choisis, doivent faire discuter :

- les états syncopaux;
 - le diabète insulino dépendant;
 - les états vertigineux vrais;
 - les insuffisances rénales;
 - les cardiopathies;
 - les atteintes ligamentaires et articulaires;
 - la convalescence des maladies graves.
- Le médecin consultera, conseillera, éventuellement contre-indiquera, selon que le sujet se destine à une spéléologie plus ou moins intensive.

B - pour un spéléologue consultant en vue de son inscription à un stage de formation de cadre de l'Ecole française de Spéléologie,

- l'examen doit sélectionner des sportifs en bonne condition physique. Au cours du stage de formation de cadres, le spéléo sera amené à donner le maximum de ses possibilités. Par la suite, il sera responsable direct d'une équipe spéléologique, dans ses fonctions de cadre.
- Dans cet esprit, les contre-indications suivantes seront définitives :
- les états syncopaux et épilepsie;
 - le diabète insulino dépendant;
 - les états vertigineux vrais.

Nous rappelons que les vaccinations antitétanique et antipoliomyélite sont très fortement conseillées pour la pratique de la spéléologie.

CERTIFICAT TYPE

EXAMEN MÉDICAL PRATIQUÉ LE

Je soussigné, Docteur
demeurant à
Certifie avoir examiné M
demeurant à
né le
appartenant à l'association sportive

et n'avoir pas constaté, à la date de ce jour, de signes cliniques apparents contre-indiquant la pratique de la spéléologie dans le cadre de :

- a) une pratique Temps libre, loisirs (*);
- b) pour un stage de formation de cadres (*).

date :

Signature et cachet professionnel : ...

(*) rayer les mentions inutiles.

Docteur J. BARIOD
67 rue de la République
33399 CHAMPAGNOLE