

SMUS ESCALADE

Brevet d'autonomie Règles de sécurité

Ce dossier concerne la grimpe en salle d'escalade uniquement. Un apprentissage spécifique est nécessaire pour la pratique en milieu naturel.

Se préparer

La tenue

- Attacher les cheveux longs pour éviter qu'ils s'emmêlent dans le frein.
- Les bagues sont dangereuses et si elles s'accrochent, elles peuvent être abîmées. Il est donc préférable de les enlever.

L'équipement

- Mettre la corde en tas afin qu'elle ne fasse pas de nœuds.
- Utiliser uniquement le nœud en huit pour s'assurer et vérifier que la corde dépasse du nœud de 15 cm minimum.
- Le frein d'assurance est fixé avec un mousqueton à vis sur l'anneau central qui joint les deux pontets. Vérifier que le mousqueton est verrouillé. L'usage du Grigri est interdit.
- Une fois grimpeur et assureur prêts, contrôler réciproquement les équipements.

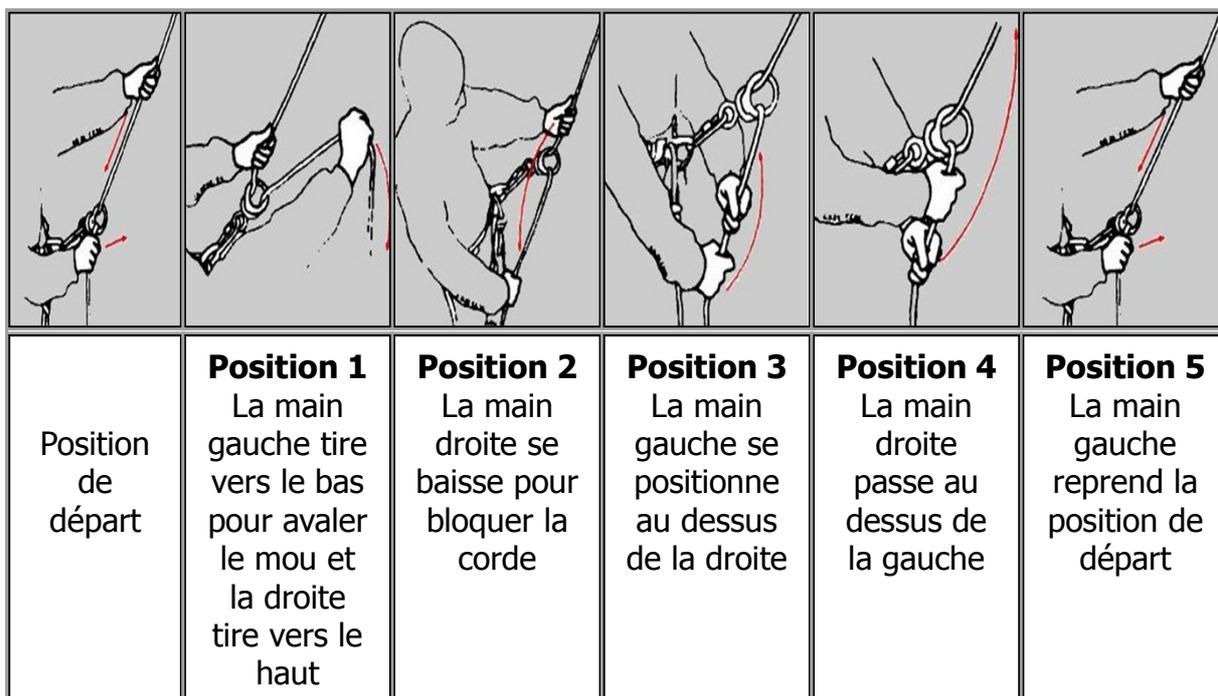


SMUS Escalade
Centre Sportif Pierre Brossolette
51, avenue Pierre Brossolette
94100 SAINT-MAUR

tel : 06 66 62 87 23
contact : smus.escalade@free.fr
www.smus94.fr/escalade

Assurer en moulinette

- La corde doit passer dans les 2 mousquetons en haut de la voie et sans être vrillée.
- Lors de la montée du grimpeur, seule la manœuvre en 5 temps assure une totale sécurité. Observez bien, que la main droite ne lâche **jamais** le brin de corde sous le frein (main gauche pour les gauchers). Les gauchers doivent inverser les mains.



- Pour faire redescendre le grimpeur, placer **les 2 mains sous le frein** (position 3) et faire descendre doucement.

Grimper en tête

- Ne jamais passer sous un grimpeur.

Avant la première dégaine

- Laisser 2 à 3 mètres de mou dans la corde pour le mousquetonnage du premier point. L'assureur pare avec ses mains une éventuelle chute jusqu'au premier point.

La première dégaine

- Dès la première dégaine mise, l'assureur arrête de parer et assure avec la corde.

La deuxième dégainé

• C'est le moment le plus dangereux (risque de retour au sol avec hauteur importante). Mousquetonner la deuxième dégainé lorsqu'elle est au niveau du torse. Ne pas tendre le bras vers le haut et ne pas dépasser la dégainé ► Danger (longueur de corde plus importante).

Les autres dégainés

- La corde doit passer dans toutes les dégainés, dans le bon sens et sans vriller la sangle.
- En haut de la voie, la corde doit être passée dans les deux mousquetons.



Oui

Interdit

La corde ne doit pas sortir entre le mousqueton et le mur. La sangle ne doit pas être vrillée.

Yo-yo et chute

- Veiller à ne pas faire de yo-yo (yo-yo = le brin de corde descendant sous le mousqueton est passé dans la dégainé au dessus et la corde dessine un N). Danger!
- En cas de chute, ne pas se rattraper à la corde ou à une dégainé. Faire confiance à la corde et à l'assureur. S'écarter du mur en préparant sa réception pieds devant.

L'assureur

- Il tient toujours à pleine main le brin de corde sous le frein. La position 3 ci-dessus, est la position d'attente de sécurité en cas de repos du grimpeur.
- Il donne du mou en tirant la corde vers le haut avec sa main haute, et accompagne le mouvement avec la main basse. Pour recommencer l'opération, les mains glissent (paumes fermées sur la corde) vers le bas, sans jamais lâcher la corde.
- Pour reprendre du mou, il faut utiliser la technique de l'assurage en 5 temps.
- Il donne le mou suffisant à l'aise du grimpeur, sans surplus et se place hors de l'axe de chute. On peut facilement donner ou reprendre du mou en s'approchant ou en s'éloignant du mur.
- Il contrôle le passage des dégainés et signale toute anomalie (yo-yo en particulier).
- Il est toujours attentif aux mouvements du grimpeur et doit être capable de prévoir un passage de dégainé ou une avancée du grimpeur pour lui donner du mou. Il doit aussi ressentir l'état du grimpeur afin d'anticiper au mieux une chute.

Après la grimpe

- Retirer les cordes qui ne sont pas passées dans les 2 mousquetons de fin de voie.
- Défaire le nœud de la corde. Signaler au responsable toute anomalie sur le matériel (prises, dégainés, cordes, points d'assurage, etc.)

La salle de pan

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, cet espace n'est pas sans danger et il a même été le lieu de quelques accidents.

Ne pas être plus de 10 dans la salle de pan et ne jamais circuler sous un grimpeur (sauf pour parer une chute).

En cas de chute, il faut essayer d'être actif pour tomber sur ses pieds (observez les chats).

Lors d'une chute, ne jamais mettre les mains en arrière ; risque de se casser le coude. Rentrer le menton et amortir la chute avec une roulade en arrière.

Aide à la lecture des voies

Une voie commence à son étiquette qui renseigne sur la difficulté de la voie, le nom de l'ouvreur, et précise d'éventuelles indications complémentaires aux règles ci-dessous. Les voies sont conçues pour que le dernier mousquonnage se fasse sans prendre le rebord.

REGLES

1/ Les voies sont tracées pour que la corde file librement vers le haut et ne fasse pas de zigzag. Si c'est le cas, revoir le choix des dégaines utilisées.

2/ Une voie utilise des prises d'une même couleur, éventuellement de tons et d'intensités différents. Dans une voie verte, il peut y avoir des prises émeraude et vert pomme. Par contre les prises d'une voie sont soit unicolores soit multicolores, sans mélange des genres.

3/ Les voies de couleurs autres que saumon et orange sont ouvertes sans les camemberts sauf précision contraire.

4/ Les gros et moyens disques sont toujours autorisés sauf précision contraire, idem pour les volumes gris.

5/ Les arêtes et les dièdres sont toujours autorisés sauf précision contraire.

6/ Sur les dalles inclinables, les bords des panneaux ne sont pas autorisés sauf précision contraire.