

# S'ÉQUIPER

## Mettre son baudrier

Serrer au dessus des hanches et aux cuisses  
⇒ espace d'1 doigt au hanches et 1 main à la cuisse



Pontet

Pas de vrille

## S'encorder

L'assureur et le grimpeur peuvent s'encorder à chaque extrémité de la corde avec :

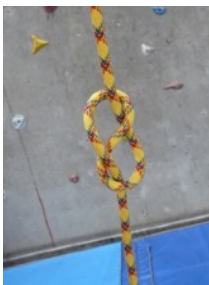
### Le nœud en 8 + le nœud d'arrêt

*Avantages :* -ne se desserre pas, facile à contrôler, vérification réciproque, pas de souci en cas de corde « trop courte »

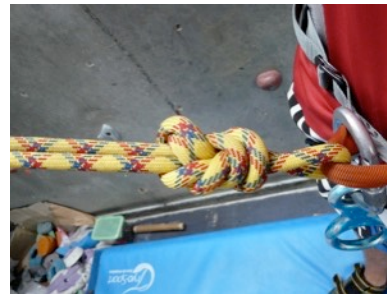
*Inconvénients :* -peut être difficile à défaire, « perte de temps »

*Remarque :* - S'encorder le plus proche du pontet permet d'éviter les possibles erreurs de manipulation et diminue la force de choc transmise au grimpeur en cas de chute en tête.

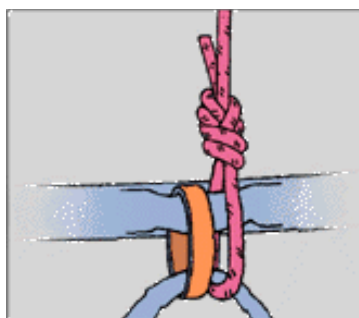
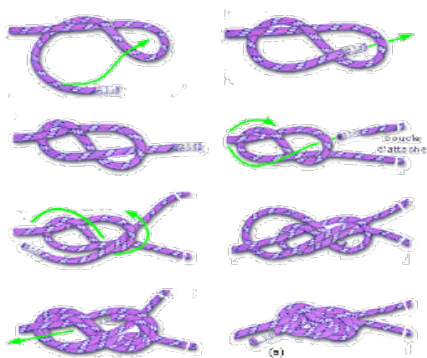
#### Nœud en 8 « simple »



#### Nœud en 8 « tricoté »



#### Confection :



#### Où s'encorder ?

- SI BOUCLE UNIQUE, sur le pontet.
- SI BOUCLES DE CHARGES, sur les deux boucles horizontales.

## Nœud d'arrêt :



Réaliser un nœud d'arrêt simple collé au plus proche du nœud en huit

Le nœud d'arrêt évite toute possibilité de glissement et de détricotage du « huit » en cas de corde neuve, nœud desserré... et permet d'être sûr que les élèves ont terminé leur nœud en 8.

## GRIMPER ET ASSURER EN MOULINETTE

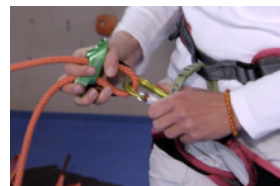
### 1. Mise en place de la corde dans le système d'assurage

#### ETAPE 1



Faire une boucle (en respectant le sens si non symétrique) et la passer dans le système

#### ETAPE 2



Puis venir accrocher au mousqueton la corde et le système d'assurage.

#### ETAPE 3



Le brin de vie est vers le bas (ou du côté de la main « forte » en cas de pontet horizontal) quand le système est installé correctement, après avoir sécurisé le mousqueton.

#### ETAPE 4



Le système d'assurage est prêt à être utilisé après vérification du grimpeur et feu vert de l'enseignant.

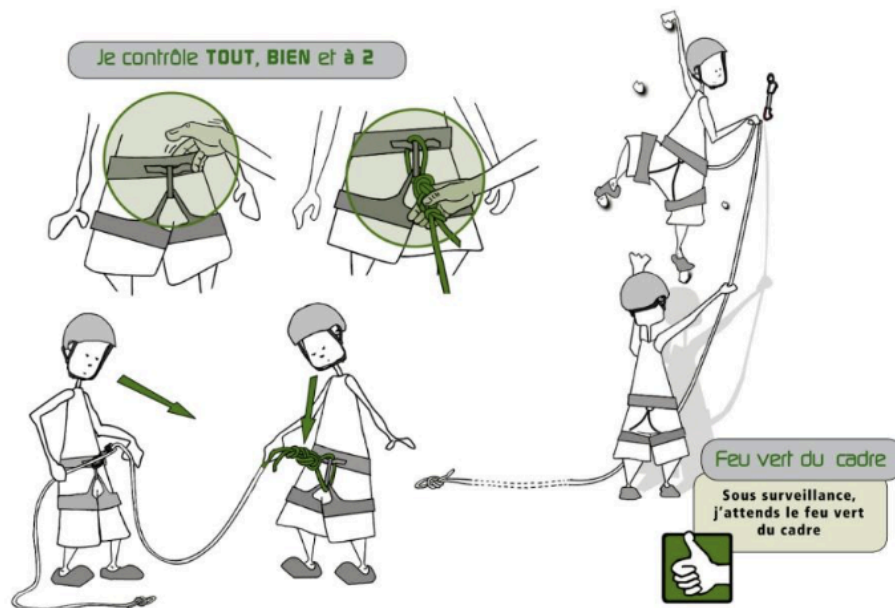
## 2. Contrôle et communication

### CONTROLE AVANT LE DEPART DU GRIMPEUR

- Chaque élève de la cordée vérifie les noeuds de son partenaire et l'installation de son baudrier ⇒ double encordement préconisé en SAE

**ATTENTION** : TOUJOURS FAIRE UN NŒUD EN BOUT DE CORDE LORS DE SORTIE EN FALAISE (ou double encordement) ⇒ **DANGER DE MORT SI OUBLI !!!**

- Je laisse le grimpeur contrôler le passage de la corde dans mon descendeur ainsi que la fermeture du mousqueton à vis.
- J'appelle l'enseignant pour qu'il donne l'autorisation de commencer l'ascension.



### COMMUNICATION

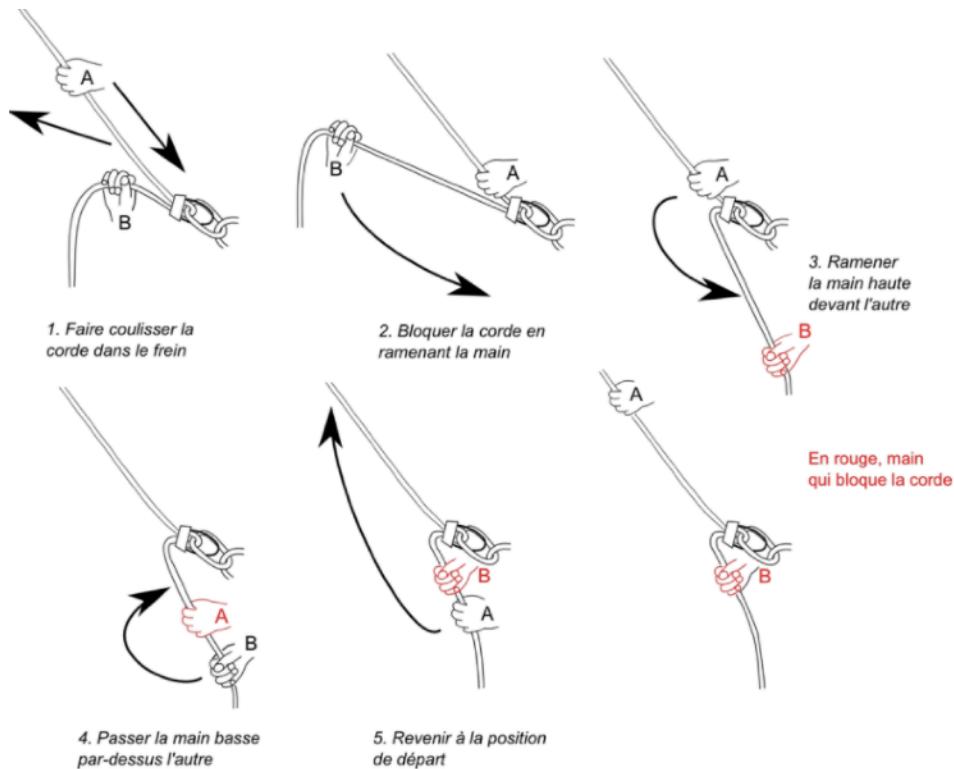
**Au départ :** « *Assureur prêt ?* »  
« *Ok !* »  
« *Parti.* »

**Dans la voie :** « *Du mou* » = donner de la corde  
« *Sec* » : tendre la corde

**Au sommet :** « *Relais !* »  
« *Prêt ?* »  
« *Ok !* »  
« *Parti.* »

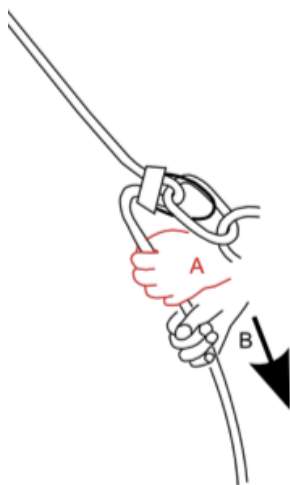
### VIGILANCE PERMANENTE

### 3. Assurer en 5 temps (Fiche FFME)



Penser au dispositif empêchant le retour au sol en cas de défaut d'assurance (type noeud de vache par exemple.)

### 4. Descendre



#### ASSUREUR

- Proche du mur, stable sur ses appuis et légèrement décalé par rapport à l'axe de la voie (Couloir d'assurance)
- Les 2 mains **TOUJOURS** placées sur le brin du bas !
- Bloquer le grimpeur avant de le faire descendre
- Faire descendre de façon régulière et continue ⇒ « Une main chasse l'autre » type « pompe à vélo »

#### GRIMPEUR

- Assis dans son baudrier avant le départ
- Les jambes fléchies et les semelles à plat sur le mur.
- Mains placées sur son nœud en 8.