



Activité Escalade en falaise
Fiche Technique
18-EF19



www.clubalpin-idf.com

Falaises de la Seine (Val Saint Martin)

Dimanche 9 septembre

ENCADRANTS :

Michel CLERGET : 06 09 62 90 38 ou rubrique kifaikoi sur le site du CAF

PROGRAMME : Falaise de craie située en bord de seine dont les prises sont constituées de silex. Une centaine de voies de 15 à 25 mètres, du 3 au 6c, avec prédominance des voies dans le 5b/c.

Topo : Escalade dans l'Eure, Falaises du bord de Seine. Renseignements sur Camptocamp.

<https://www.camptocamp.org/waypoints/102192/fr/val-saint-martin-les-andelys>

Niveau technique : 5b en tête.

Accord : oui. L'accord de l'encadrant est nécessaire. Vous devez l'avoir obtenu avant de vous inscrire, y compris en liste d'attente. Faites votre demande de préférence en ligne.

Expérience requise : autonome. (voir ci-dessous)

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 12 encadrants compris

HEBERGEMENT : sans, sortie à la journée.

TRANSPORT : Covoiturage avec partage des frais. Indemnité kilométrique 0,10 € du kilomètre + essence + péage (105 km x 2).

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 _Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C



Activité Escalade en falaise

Fiche Technique

18-EF19



www.clubalpin-idf.com

MATERIEL NECESSAIRE :

Technique obligatoire : casque obligatoire, baudrier, chaussons d'escalade, matériel d'assurage + longe et mousqueton à vis pour se vacher au relais.

Technique optionnel : corde à simple, jeu de dégaines.

Personnel : prévoir pique-nique, eau, crème solaire, vêtement de pluie en fonction de la météo.

Carte CAF 2017-2018, espèces ou chéquier pour régler le transport.

DIVERS :

Préparation : L'encadrant contactera les participants 10 jours avant le départ pour faire le point du matériel et des voitures. Si le nombre de voitures s'avère insuffisant, la sortie sera redirigée vers le viaduc des Fauvettes.

Départ : dimanche 9 septembre vers 9 heures (lieu de rendez-vous à définir en fonction des voitures).

Retour : le même jour en fin d'après-midi.

Frais administratifs: sans (sortie à la journée).

RECOMMANDATIONS GENERALES AUX PARTICIPANTS :

- Être à jour de cotisation donc assuré et avoir sa carte sur soi.
- Pratiquer un entraînement à la mesure de ses ambitions.
- Vérifier régulièrement ses capacités techniques.
- Participer dans ce sens à des formations progressives.
- Avoir un équipement adapté et en bon état.
- Respecter les décisions prises par le responsable désigné du groupe.
- Être curieux et attentif à l'environnement

Critères d'autonomie mur et falaise équivalents au niveau 5 du livret d'escalade de la FFCAM.

Partie 1 (autonomie en moulinette)

- connaître son matériel

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 _Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C



Activité Escalade en falaise

Fiche Technique

18-EF19



www.clubalpin-idf.com

- savoir mettre un baudrier
- savoir s'encorder
- vérifier le matériel et/ou le noeud de son partenaire,
- gérer la corde et le frein d'assurage et savoir adapter la tension de la corde en fonction de l'aisance du grimpeur et du risque de vol,
- pouvoir stopper le grimpeur lors de sa descente

Partie 2 (autonomie en tête)

- savoir lover une corde
- savoir parer le grimpeur avant la première dégaine
- savoir ce qu'est le couloir de chute et se positionner en conséquence
- anticiper le moment où le grimpeur en tête aura besoin de corde pour la mousquetonner dans la dégaine
- savoir grimper en tête en faisant des pauses
- savoir adapter son assurage en fonction des besoins du grimpeur
- mousquetonner les dégaines dans le bon sens
- ne pas mousquetonner à bout de bras
- pouvoir faire des vols de faible hauteur.

Partie 3 (autonomie en tête confirmée).

- connaître les composantes de la chaîne d'assurage
- savoir intervenir en cas de mauvaise manipulation d'une tierce personne
- connaître les compétences de son partenaire
- savoir assurer de manière autonome
- savoir donner ou reprendre de la corde rapidement
- savoir assurer de manière dynamique
- savoir se placer en fonction de la situation du grimpeur
- savoir anticiper une chute
- savoir lire les premiers mètres de la voie et anticiper les mouvements à faire.

Bureaux : 12 rue Boissonnade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 _Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C



Activité Escalade en falaise

Fiche Technique

18-EF19



www.clubalpin-idf.com

Ces points relèvent plus spécifiquement de l'escalade en falaise

- savoir disposer les dégaines sur le baudrier
 - savoir les récupérer à la descente
- savoir installer une moulinette
atteindre le sommet d'une voie sans s'arrêter
connaître son niveau potentiel après travail

Bureaux : 12 rue Boissonade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 – Télécopie : 01 42 18 19 29 – Site internet : www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne

Agrément tourisme AG 075 95 0054 – Siret 784354 482 00043 – APE 926C