



Activité Escalade en Falaise Fiche Technique



19-EF08 – Escalade à Majorque

Mardi 1^{er} janvier 2019 au dimanche 6 janvier 2019 / 6 jours



ENCADRANT :

Charlie Van der Elst

voir la rubrique [KiFaiKoi](#) du site web du Club.

PROGRAMME :

Allons débuter cette année 2019 en grimpant sur la plus grande des îles Baléares !

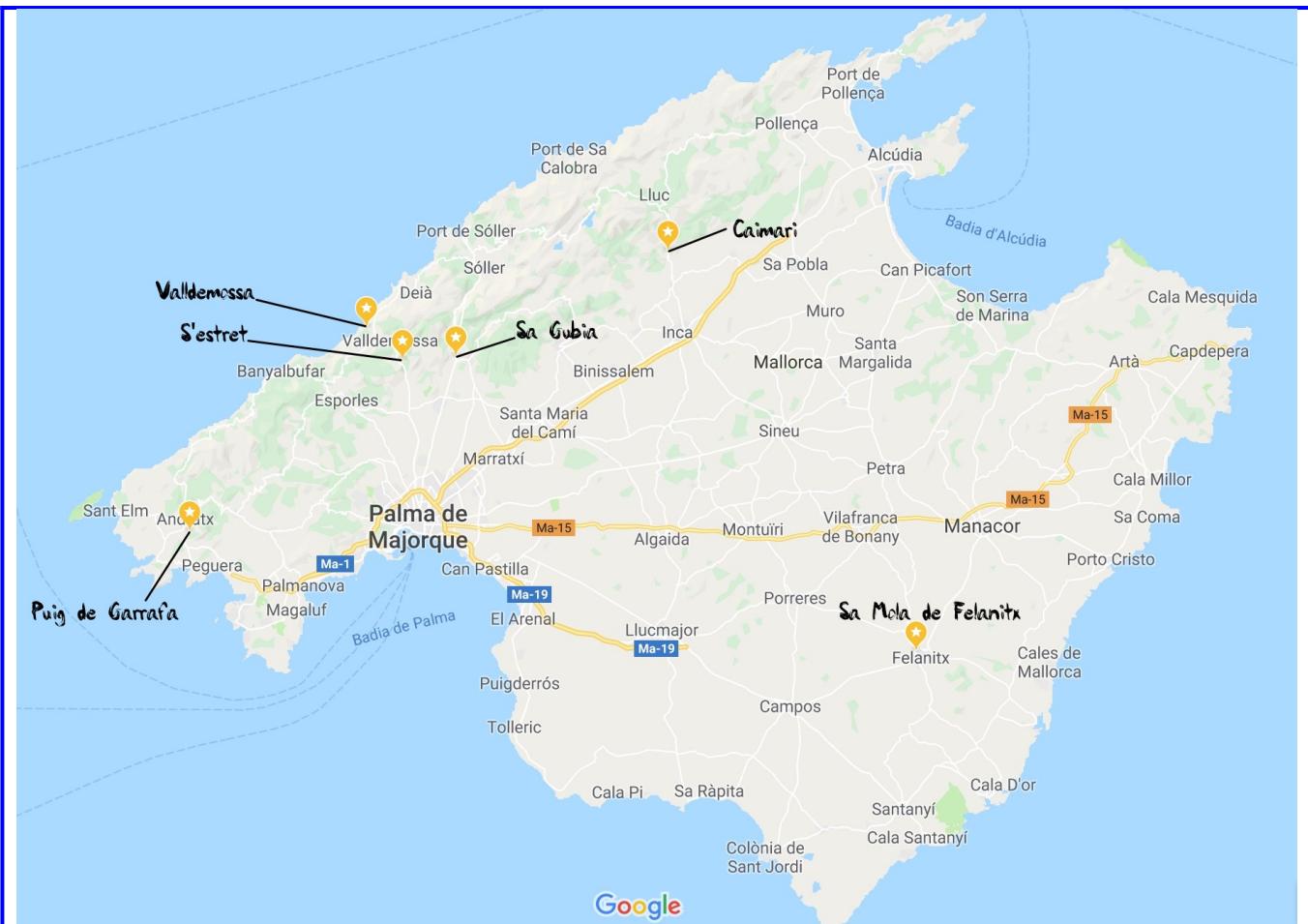
Au programme, des grandes voies sur le site majeur de Sa Gubia ainsi que de la couenne sur les secteurs de Valldemossa, S'estret, Puig de Garrafa, Caimari et Sa Mola de Felanitx.

Départ de Paris le lundi 31 Décembre 2018 dans la matinée, retour le lundi 7 Janvier 2019 dans l'après-midi, nous aurons donc 6 jours complet pour grimper du mardi au dimanche.



Activité Escalade en Falaise

Fiche Technique



Lieu : Majorque – Espagne

Escalade : couenne et grande voie

Expérience requise: Grimpeurs autonomes

Dans le cas d'une sortie autonome, il faut savoir :

- Assurer un grimpeur en tête (assurance dynamique)
- Réaliser les manipulations de relais :
 - Grande voie : construction d'un relais et assurage d'un second depuis le relais.
 - Couenne : manœuvre de désencordement puis réencordement au relais.
- Poser et tirer un rappel.

Niveau technique: 6a en tête

Accord préalable: Oui

Cette sortie étant avec accord de l'organisateur vous devrez avoir reçu celui-ci pour être inscrit, y compris en la liste d'attente. Procédez de préférence par demande d'accord en ligne lors du processus d'inscription.



Activité Escalade en Falaise Fiche Technique



www.clubalpin-idf.com

TRANSPORT :

En avion à votre charge

Comme indiqué ci-dessous

Prix du billet Paris / Palma de Majorque A/R à la date de parution de la fiche technique :
≈210€ A/R avec un bagage à main (10 kg) + un bagages en soute (23 kg)

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 3 (6 personnes au total sur cette sortie)

HEBERGEMENT : Gîte

ORGANISATION :

Préparation : contacter les encadrants par téléphone ou mail avant l'inscription pour toute précision sur le programme, puis 3 ou 4 jours avant le départ pour l'organisation de la sortie.

Départ : lundi 31 Décembre 2018, vol conseillé VY2855 opéré par Vueling
Paris (Orly) (ORY): 11:25 - Majorque (PMI): 13:10

Retour : lundi 7 Janvier 2019, vol conseillé VY2854 opéré par Vueling
Majorque (PMI): 13:50 - Paris (Orly) (ORY): 15:55

Frais d'inscription : 205 € incluant les frais d'hébergement et de location de voiture (+ 27€ de frais d'inscription et 6€ de contribution à l'activité).

Frais à régler sur place: frais d'essence, repas et dépenses personnelles.

Modalités d'inscription et conditions d'annulation : à consultez sur le site du club
https://www.clubalpin-idf.com/documentationAccesPublic/conditions_inscription.pdf

Assurance annulation : facultative, voir le détail dans le processus d'inscription.

MATERIEL NECESSAIRE

Technique obligatoire (EPI) : casque, baudrier, un descendeur, une longe, cordelette pour autobloquant, 3 mousquetons à vis, 1 ou 2 sangles, chaussons d'escalade, chaussures d'approche.

Technique optionnel (cordée) : corde à simple ou corde à double, jeu de dégaines.

Personnel : prévoir serviette de toilette, vêtement de pluie, piques- nique pour les premiers jours. Possibilité de se ravitailler sur place.

Carte CAF 2018-2019, espèces ou chèques ou CB pour l'hébergement et les repas.

RECOMMANDATIONS GENERALES AUX PARTICIPANTS

- Etre à jour de cotisation donc assuré et avoir sa carte sur soi.



Activité Escalade en Falaise Fiche Technique



www.clubalpin-idf.com

- 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.
- Etre curieux et attentif à l'environnement.

RECOMMANDATIONS SPECIFIQUES A L'ESCALADE SUR SITES NATURELS D'UNE OU PLUSIEURS LONGUEURS EQUIPEES :

De manière générale, une consigne qui s'applique dans toutes les situations :

Ne jamais entreprendre une manip, si l'on n'est pas absolument sûr de ce que l'on fait !

Ayez toujours à l'esprit qu'un site naturel d'escalade, même déclaré " SPORTIF ", présente des risques, des dangers. Abordez-le avec circonspection.

Avant de grimper, il est toujours très riche d'enseignement de faire le tour du site en l'observant attentivement.

Attention : En général les sites aux voies de plusieurs longueurs dites « équipées » n'ont pas la densité d'équipement de ceux déclarés « sportifs » ! Prévoir le matériel en conséquence et une préparation physique et mentale adéquate.

En effet, certaines différences les distinguent :

1. L'espacement entre les ancrages est plus important !!
2. Les relais en paroi ou en sortie de voie peuvent être de conception très différente.
3. De plus, il est nécessaire de préciser que le rocher offre une richesse de prises importante aux formes variées, qu'elles peuvent être cachées, inutiles ou inutilisables ! Que la voie peut avoir une trajectoire complexe peu évidente, définissant une lecture fine, subtile parfois incertaine.

RECOMMANDATIONS A LA PRATIQUE DE L'ESCALADE EN FALAISE :

1. Prévoyez un peu de matériel en plus.
2. Il est recommandé de ne porter ni alliance ni bague.
3. En tête, maîtrisez les différentes techniques pour installer :
 - Une moulinette sans rompre la chaîne d'assurage,
 - Un rappel et assurer sa descente assurée.
4. Ne sautez aucun point de mousquetonnage.
5. Utilisez des dégaines courtes (11cm) pour les premiers ancrages.
6. Assurez-vous que votre corde soit adaptée :
 - Pour une voie d'une longueur : la longueur de la corde doit être au moins égale à 2 fois la longueur développée de la voie. Penser à faire un nœud en bout de corde.
 - Pour une voie de plusieurs longueurs : la longueur de la corde doit permettre de grimper dans la longueur la plus longue et d'effectuer le rappel le plus long (en général, une corde de deux fois 50 m est recommandée, parfois une de deux fois 60m, lisez bien les topos).



Activité Escalade en Falaise Fiche Technique



www.clubalpin-idf.com

7. Pour le rappel, faites attention aux cheveux longs !
8. Ne moulinez JAMAIS sur une sangle, une cordelette, un anneau de corde, ou directement dans une plaque.
9. Même si le site est très bien équipé, en tête, sachez évaluer le risque que vous prenez si la voie est " limite " ou un peu au-dessus de votre niveau. Pensez au rebord de toit, à la vire, au retour au sol, à la technicité et capacité d'assurage de votre partenaire.
10. Sachez faire la distinction entre " L'ENGAGEMENT " et " L'EXPOSITION " d'une voie ou d'un passage. L'exposition sous-entend qu'en cas de chute les conséquences peuvent être graves.
11. L'environnement naturel est beau, attrant, captivant, goûtez-le tout en restant attentif et vigilant dans vos assurages et toutes vos manœuvres de corde. Contrôlez toutes vos installations avant d'engager une nouvelle action.
12. Apprenez quelques techniques de réchappe. Les sites « sportifs » ou non, les « voies équipées de plusieurs longueurs », peuvent être équipées de plaquettes du type " cœur " ou des broches dont l'œil est de petit diamètre. Ayez toujours avec vous un « maillon rapide » pour éventuellement pouvoir gérer une réchappe.
13. Pour les sites de plus d'une longueur, apprenez à gérer correctement un relais :
 - Cordée de 2, même leader / Cordée de 2 réversible / Cordée de 3Assurez-vous que tous vos coéquipiers coéquipières savent gérer un relais et la descente en rappel ainsi que l'enchaînement de rappel sur sites de plusieurs longueurs.
14. Dans certaines voies, il peut arriver que le rocher soit fragile. Dans ce cas, faites très attention pour vous et votre assureur. Grimper doucement et ne vous ruez pas sur les prises sans savoir si elles tiennent.
15. Le port du casque est recommandé pour les adultes et obligatoire pour les mineurs.
16. Achetez le TOPO, le produit de sa vente contribue à l'entretien et à l'aménagement du site, de plus il contient des informations et des renseignements utiles.
17. Lorsque l'on s'apprête à réaliser une voie de plusieurs longueurs, il est conseillé de prendre des renseignements auprès d'une personne qui connaît la voie.
18. La nature vous offre le charme et les beautés d'un site d'escalade et son environnement, vous êtes l'intrus, soyez discret, respectez la faune et la flore, l'équilibre de tout l'écosystème et remportez vos déchets.
19. Après votre passage dans une voie, lors de la descente, ayez le réflexe de brosser le surplus de magnésie qui peut apparaître sur certaines prises.
20. Pensez à emporter une trousse de premiers secours, vérifiée et actualisée.
21. Informez-vous sur les différents moyens de contacter les secours. Il est vivement recommandé de posséder un téléphone portable.
22. Pensez à prendre de l'eau et de la nourriture en conséquence. N'oubliez pas de prendre les vêtements adéquats au site et à l'ampleur de la voie.