

Organisateurs : Clément GRANDBASTIEN ; Agnès BABARIT

Contact : Voir rubrique "kifaikoi" sur le site web

Au Grès des Falaises d'Alsace

Du 13/03/21 au 14/03/21

Niveau(x) général de la sortie : du 5c au 6b

Description de la sortie :

Week-end de grimpe en Alsace, plus particulièrement sur le grès rose des Vosges du Nord autour de Saverne.

Les sites seront choisis parmi les suivants :

- Roches plates
- Kronthal
- Rocher du Lion
- Grotte du Brotsch

Tous ces sites sont répertoriés sur le site internet suivant : www.escalade-alsace.com

Topo : Sur les falaises de grès, 2018

Nous logerons à l'auberge de jeunesse du Château des Rohan à Saverne. Le repas du samedi soir sera au restaurant.

Niveau technique : du 5c au 6b

Expérience requise :

Les participants doivent être autonomes en Site naturel d'escalade.

Cela implique de savoir à minima :

- Assurer un grimpeur en tête (assurage dynamique),
- Réaliser les manipulations de relais
(faire la manœuvre de dés-encordement/ré-encordement au relais)
- Grimper en tête
- Poser et tirer un rappel.

Il faut signaler dans votre inscription votre expérience en escalade au CAF IdF, si celle-ci ne vous justifie pas comme autonome, votre inscription sera soumise à un test d'autonomie (en salle ou au Viaduc des Fauvettes – date à définir).

2 participants peuvent être débutants en falaise mais doivent avoir une expérience en salle ou en bloc (grimpeurs des créneaux SAE ou ayant participé au CIE)

Ces renseignements sont donnés à titre indicatif, la sortie peut être détournée vers un autre lieu. Les organisateurs sont susceptibles de modifier le programme, voire d'interrompre la sortie selon les conditions rencontrées sur le terrain, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Transport

- Train

Aller

Paris-Est Saverne – TGV 2583 départ 19h13 arrivée 21h51

Retour

Saverne Strasbourg – TER 830307 départ 17h48 arrivée 18h12

Strasbourg – Paris-Est – TGV 9560 départ 18h55 arrivée 20h52

- Covoiturage

Nous aurons une voiture sur place pour 5 personnes, il faut ainsi s'organiser pour avoir une voiture de plus pour 5 personnes.

Arrivée sur place avant 22h, prévoir de partir de Paris vers 16h.

Hébergements

Auberge de Jeunesse du château des Rohan à Saverne (www.aj-saverne.com)

Matériel nécessaire :

Technique obligatoire :

- Casque,
- Baudrier,
- Chaussons d'escalade,
- Système d'assurage
- Longe double en corde dynamique
- Autobloquant en cordelette diamètre 7mm
- 3 mousquetons à vis,
- 1 ou 2 sangles.

Technique optionnel :

- Corde à simple 70m minimum
- Jeu de 13 à 15 dégaines.

Personnel :

- Masque / gel hydro-alcoolique
- Vêtements chaud (il peut faire froid en Mars en Alsace !)
- Pique-nique pour les repas de samedi et dimanche midi (les magasins ferment tôt le samedi et sont pour la plupart fermé le dimanche)
- Carte CAF 2021, espèces ou chèques ou CB pour l'hébergement et les repas.

Inscriptions :

- Nombre de participants : 4 participants + 2 encadrants

Ce nombre sera peut-être amené à évoluer en fonction des règles gouvernementales en vigueur au moment de la sortie.

- Voir modalités d'inscription <https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie>
- 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.
- Assurance annulation : facultative, voir le détail dans le processus d'inscription. Si vous vous inscrivez dans la sortie à plus d'un mois du départ, vous pouvez souscrire une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription.
- Date de validation des inscriptions : 14 Janvier 2021

Frais :

- 14€ à régler à l'inscription

Prévoir :

- 80 à 100€ de train / partage des frais d'essence péage
- 50€ d'hébergement + petit déjeuner
- 20 à 30 € pour le repas du samedi soir (probablement pour un restaurant tartes flambées alsaciennes)

Divers :

- Assurance annulation : facultative, voir le détail dans le processus d'inscription. Si vous vous inscrivez dans la sortie à plus d'un mois du départ, vous pouvez souscrire une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription.
Voir conditions d'annulation_ : <https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie#annulation-adherent>
- Annulation par le club : la sortie pourra être annulée pour divers motifs comme le contexte sanitaire, un nombre insuffisant de participant, ...

Recommandations générales 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

Recommandations spécifiques à l'escalade sur sites naturels d'une ou plusieurs longueurs équipées :

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 :

- L'espacement entre les ancrages est plus important ! !
- Les relais en paroi ou en sortie de voie peuvent être de conception très différente.
- 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 à 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).
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 plaquette.
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, attirant, 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 3
- Assurez-vous que tous vos coéquipiers (ères) 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.