

Organisateurs : Benoît Moinet , Lorenzo Guglielmetti , Maureen Pauchard , Olivia Guilbert

L'Ascension à Orpierre

18/05/2023 - 21/05/2023

Description de la sortie :

Grimpe en couenne sur le weekend de l'Ascension à Orpierre

Infos sur le site de grimpe et topo :

- <https://climbingaway.fr/fr/site-escalade/orpierre>
- <https://www.camptocamp.org/waypoints/102061/fr/orpierre>

Niveau Technique : 5c

Expérience requise :

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

Cela implique de savoir à minima :

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

Lors de votre demande d'inscription, merci de préciser votre expérience en escalade, bloc / couenne / grande voie, votre terrain de prédilection, vos habitudes de grimpe et votre niveau d'escalade (en tête et a vue, éventuellement après travail) ainsi que vos envies par rapport à cette sortie.

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.

Matériel à emporter

Technique obligatoire

- Chaussons d'escalade,
- Casque
- Baudrier
- Système d'assurage
- Longe simple ou double en corde dynamique
- Machard

- 3 Mousquetons à vis

Technique à partager

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

Signalez-nous lors de votre inscription le matériel que vous avez, nous nous organiserons une fois le groupe constitué.

Personnel

- Pique-nique pour les repas de midi
- Vêtements chaud
- Mini trousse de 1er secours (couverture de survie, ...)
- Carte CAF à jour,
- Espèces et chèques ou CB
- Masque / gel hydroalcoolique.

Hébergement

Gîte de la Fontronde à Orpierre

Prévoir :

- Draps ou drap sac ou Sac de couchage
- Serviettes et nécessaire de toilette
- Maillot de bain

Le cout du gîte est inclus dans la sortie.

Transports

2 possibilités :

1. Covoiturage :

Il est possible de venir en covoiturage.

Arrivée à prévoir le mercredi 17 mai au soir (idéalement avant 23h).

Retour le dimanche après-midi après 14h

2. Train :

Les trains conseillés sont les suivants :

Fiche technique à jour !

- Aller
 - Option 1 :
Paris-Gare-de-Lyon -> Marseille saint Charles - TGV - départ 14h38 arrivée à 17h56
Marseille Saint Charles -> Laragne - TER - départ à 18h41 arrivée à 20h58
 - Option 2 :
train de nuit mercredi 17 mai, départ à 20:51 Paris Austerlitz arrivée vers 7h27 à Laragne
- Retour :
Laragne -> Marseille Saint Charles - TER - départ vers 16h26 arrivée vers 18h49
Marseille Saint Charles -> Paris-Gare-de-Lyon - TER - départ vers 19h04 arrivée vers 22h29

•

Les déplacements entre Laragne et Orpierre se feront en Taxi ou Covoiturage ou via Location de voiture (coût non compris dans les frais d'inscription à répartir entre les participants)

Les billets de trains seront à réserver individuellement dès validation de l'inscription.

Inscriptions :

- **Nombre de participants** : 12 participant(s) + 4 encadrant(s)
Ce nombre sera subdivisé en sous-groupes si nécessaire en fonction des règles gouvernementales en vigueur au moment de la sortie.
- **Modalités d'inscription** : <https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie>
- **Accord préalable** : Oui
Si cette sortie est avec accord de l'organisateur vous devrez avoir reçu celui-ci pour être inscrit, y compris en la liste d'attente. La demande d'accord s'effectue 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 début de validation des inscriptions** : 07/02/2023

Participation aux frais :

- 113 € à régler à l'inscription

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 conditions : <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 la météo, 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 les encadrants du groupe.
- Être curieux et attentif à l'environnement

Recommandations à la pratique de l'escalade en falaise :

1. Avant de grimper, il est toujours très riche d'enseignement de faire le tour du site en l'observant attentivement.
2. Les sites naturels d'escalades peuvent être classés "Sportifs" ou "Terrain d'Aventure".
Les sites classés "Sportifs" sont équipés à demeure selon les normes fédérales d'équipement. (voir FFME)
Les sites classés "terrain d'aventure" ne sont pas équipés selon les normes fédérales d'équipement. Ils peuvent être équipés de manière aléatoire.
Il est important de rester vigilant, un site naturel d'escalade, "Sportif", présente des risques, des

dangers.

Les sites classés terrains d'aventure nécessitent une vigilance encore plus grande.

3. Il est recommandé de ne porter ni alliance ni bague.
4. Ne jamais entreprendre une manip, si l'on n'est pas absolument sûr de ce que l'on fait.
5. En tête, maîtrisez les différentes techniques pour installer :
 - Une moulinette sans rompre la chaîne d'assurance,
 - 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'assurance 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 assurances 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.