

**Organisateur : Laurent Mouly**

**Contact :** Voir rubrique "kifaikoi" sur le site web

## **Ecole d'escalade au gymnase Paul Meurice**

### **2022/2023**

L'accès au mur nécessite d'être à jour de sa cotisation annuelle au Club Alpin Ile-de-France et de sa licence FFCAM, puis de s'inscrire sur le site internet rubrique JEUNES et de régler la participation annuelle indiquée sur le site.

**Avant de prendre la licence FFCAM et de d'adhérer au Club Alpin IDF, contactez l'organisateur de l'école d'escalade pour vérifier qu'il reste de la place. Aucun remboursement de licence et d'assurance ne sera possible.**

Inscriptions :

- Modalités : inscription avec accord de l'organisateur, sur le site du club-alpin (modalités d'inscription <https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie>)
- Conditions d'annulation par le participant : <https://www.clubalpin-idf.com/blogAide/index.php?post/inscription-sortie#annulation-adherent>

### **Vestiaire**

Des vestiaires (garçons et filles séparés) au rez-de-chaussée sont à disposition pour se changer. Prévoir un cadenas pour les casiers. Éviter d'encombrer la salle d'escalade avec les affaires des enfants.

### **Encadrement et sécurité**

Pour l'atelier Parent-enfant, chaque adulte est responsable de l'encadrement de son enfant. Pour participer, les enfants doivent être adhérents au CAF et être inscrits sur la sortie comme leurs parents, à moins qu'ils ne soient inscrit à l'école d'escalade.

Un ou des référents assurent la supervision de la pratique de l'escalade afin qu'elle se déroule dans le respect des règles de sécurité fédérales.

Les encadrants se réservent le droit de renvoyer temporairement ou définitivement des enfants ou grimpeurs adultes dont le comportement troublerait la bonne tenue des séances ou présenterait un danger pour les autres.

## **Horaires**

Le début de la séance est conditionné par la présence d'un référent.

Les horaires s'entendent par entrée et sortie des heures indiquées, c'est à dire que le temps passé dans le vestiaire est contenu dans la durée du créneau.

## **Matériel**

Le matériel minimum à avoir est une paire de chaussons, un baudrier, système d'assurage et mousqueton à vis.

Le club met à disposition des baudriers, système d'assurage descendeur et leur mousqueton à vis pour les enfants.

Les cordes sont fournies par le club, les dégaines placées sur le mur.

Magnésie : il est recommandé un usage modéré de la magnésie. Sont préférés les boules de magnésie, la magnésie liquide en flacon et le gel Grip.

# Memo des bonnes pratiques en SAE

**Voir également le « livret escalade » du CAF remis lors de la première séance.**

## **Lors de l'inscription :**

Le nouvel inscrit (non inscrit cette année à un mur géré par le CAF) **devra impérativement être présent, lors de la première séance du créneau concerné (dates précisées dans la fiche technique de la sortie)**. Lors de cette séance l'inscrit réalisera un test d'autonomie (1) en présence du *responsable CAF du créneau*.

Si le degré d'autonomie du licencié est jugé suffisant, il pourra grimper librement sur les créneaux où il est inscrit.

## **Définition de « l'autonomie » en SAE:**

Un licencié est considéré autonome en SAE lorsqu'il:

- Connaissance du matériel utilisé en SAE
- Maîtrise l'encordement avec un noeud de 8
- Maîtrise des autocontrôles
- Maîtrise du langage
- Maîtrise de l'escalade en tête (passage de la corde dans les points d'assurages, ...)
- Maîtrise de l'assurage en tête (assurage dynamique), de la parade (avant le premier point) et de l'assurage en moulinette.
- Rangement du matériel (lovage de corde)

## **Lors d'une séance en SAE sur un créneau :**

### **Avant de démarrer la séance,**

Le licencié doit se présenter au référent CAF si celui-ci est présent de la séance afin d'être identifié comme licencié du CAF.

### **Avant de commencer à grimper**

- S'échauffer, en ne négligeant aucune partie du corps.
- « Passer » sa corde si celle-ci n'est pas lovée correctement

### **Avant de démarrer une voie**

- Nœud de 8 : réaliser obligatoirement un nœud de « blocage » (nœud simple) sur le brin libre après le « 8 ». **Rappel : il est obligatoire de s'assurer sur un nœud de 8 afin de permettre le contrôle visuel.**

- **Réaliser les autocontrôles** entre assureur et grimpeur :

> Vérifier le nœud de 8 du grimpeur : **par l'assureur**

> Vérifier que la vis du mousqueton du système d'assurage au pontet soit bien en position verrouillée. **Par le grimpeur**

> Vérifier que la corde passant dans le système d'assurage, passe bien également dans le mousqueton. **Par le grimpeur**

- Communiquer avant de commencer à grimper

## **Pendant l'ascension une voie**

### **En escalade en tête :**

- Jusqu'à la première dégaine, l'assureur pare le grimpeur. L'assureur suit avec ses mains le bassin du grimpeur lors de son évolution. Il est prêt à attraper le grimpeur pour guider sa chute et l'amortir autant que possible.

- Entre la première et la deuxième dégaine, le grimpeur doit être assuré sec, car le risque de retour au sol est important. Attention, à la position de la corde par rapport au grimpeur, une chute sur la corde pouvant entraîner de fortes brûlures. La chute entre la première et deuxième dégaine est critique car le choc est absorbé par le baudrier et le dos du grimpeur.

- Après la troisième dégaine, le grimpeur est assuré en dynamique.

- Pour la redescente le grimpeur passe la corde dans les deux mousquetons du relais ou le mousqueton automatique (en fonction de la configuration de la salle) avant d'être redescendu en moulinette par l'assureur.

### **En escalade en moulinette :**

- Pour grimper en moulinette s'assurer que la corde est passée dans les deux mousquetons du relais ou le mousqueton automatique (en fonction de la configuration de la salle).

- Lors de l'ascension le grimpeur ne doit pas être assuré en dynamique.

- Si la corde est encore passé dans les dégaines le grimpeur évoluera sur le brin avec les dégaines, qu'il déclipera au fur et à mesure de son évolution, pour limiter le tirage.

**RAPPEL : les licenciés du CAF doivent grimper entre eux, le CAF et les autres clubs présents dans les SAE ayant des assurances différentes.**