

# Permis d' ESCALADE en MOULINETTE

Nom : .....

Prénom.....

Classe :

## 1) S'équiper d'un HARNAIS

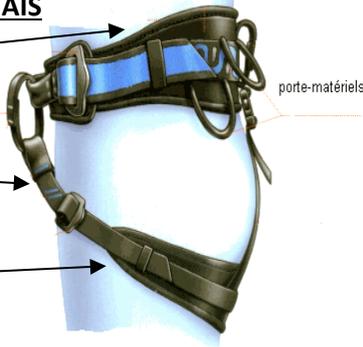
Serré au-dessus  
des ~~la~~ hanches

anneau ventral  
PONTET

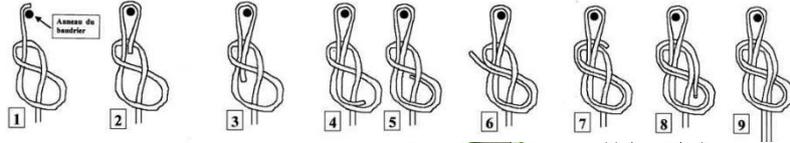
porte-matériels

Sangles plates

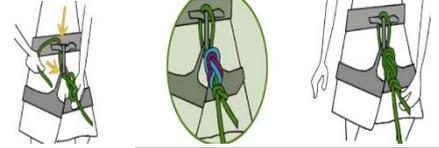
1 main possible  
entre la jambe et le  
cuissard



## 2) S'encorder



Brin dans les 2 points  
d'encordement



Doubler le nœud de huit  
avec nœud d'arrêt collé

## 3) Visser, Assurer et contre assurer



Passer la corde dans le système d'assurage  
Corde de vie côté main forte  
Corde et système tenus par le mousqueton  
Mousqueton vissé et dans le pontet



A vale

B aisse

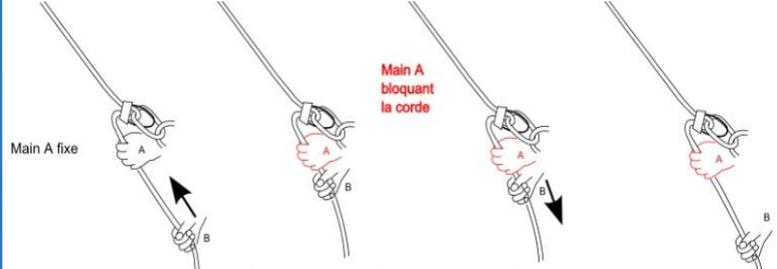
C roise

D écroise



- ① Je tiens **TOUJOURS** le brin de vie.
- ② Le contre assureur réalise un nœud de sécurité proche du système d'assurage lorsque le pontet du grimpeur est à la deuxième dégaîne.

## 4) Bloquer PUIS Faire descendre lentement et sans à-coups



2 mains en bas du système d'assurage ; desserre main A et bloque main B ; coulisse la corde vers le haut avec main B ; boque main A ; desserre main B ; descend main B ; encore...



**Contre assureur :** Il tient le brin de vie derrière moi et défait le nœud de sécurité à hauteur de la 2<sup>ème</sup> dégaîne.

## 5) Co-vérifier avant validation du PROF !

Corde démêlée, non vrillée et assez longue  
Corde entièrement dans le bon relais d'arrivée  
Harnais correctement installés  
Encordement avec nœud de huit et d'arrêt  
Mousqueton vissé et système d'assurage correct  
**TOUS RESPONSABLES DE LA CORDÉE**



**On fait vérifier par le prof pour avoir le feu vert et partir dans sa voie.**

## 6) Ranger son matériel

A la fin de chaque voie : Je défais entièrement mon double nœud de 8 et je retire tout le matériel de la corde.

A la fin de la leçon : je décroche le matériel du harnais, je repose à leur emplacement le harnais, le mousqueton et le système d'assurage. Je signale toute anomalie de matériel

Je range les cordes, les tapis, j'écoute et j'applique les consignes de l'enseignant.

## 7) Communiquer dans la cordée

- «Prêt ? » = réponse assureur et contre assureur «OK ».
- «Départ » = je commence à grimper.
- «Avale ! » = reprends de la corde.
- «Du mou ! » = donne de la corde au grimpeur.
- «Sec ! » = Tends la corde pour me bloquer vite !
- « Descente » = je suis prêt à descendre.

## 8) Valider ses acquisitions

acquisitions	Elève	Prof
- mettre son harnais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- s'encorder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- assurer mon partenaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- contre assurer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- faire descendre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- se vérifier mutuellement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- ranger le matériel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- utiliser le vocabulaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>