

Permis d' ESCALADE en TÊTE

Nom : Prénom..... Classe :

1) Avoir validé son permis en moulinette

- savoir s'équiper
- savoir s'encorder
- savoir se co-vérifier
- savoir assurer et contre assurer
- savoir faire descendre
- savoir utiliser le vocabulaire
- savoir ranger le matériel

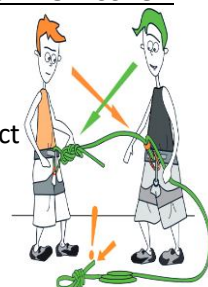
2) S'équiper et se co-vérifier avant validation du PROFESSEUR

- Corde démêlée, non vrillée et assez longue
- 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 professeur pour avoir le feu vert et partir dans sa voie.



3) Grimper en se protégeant

-J'apprends en double assurage: tête+moulinette.

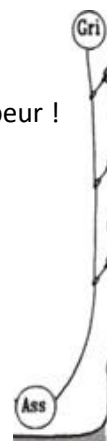
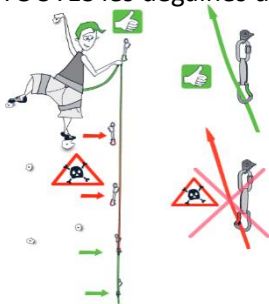


La corde de tête doit être plus molle que celle de la moulinette



4) CLIPPER LES DÉGAINES

Je n'utilise que les mains pour saisir la corde
Je clippe les dégaines entre la tête et le pontet
La corde longe le mur et sort de la dégaine vers le grimpeur !
TOUTES les dégaines doivent être clippées !



5) Mousquetonner



- Je clippe lorsque la dégaine est entre la tête et le pontet.
- Je n'utilise que la main et je monte la corde à partir du nœud.
- La corde longe le mur et ressort de la dégaine vers le grimpeur.

6) Parer avant la première dégaine



7) Communication et vocabulaire

- «Prêt ? Départ ! Avale ! Du mou ! Sec ! »
- «Vaché » = longe+mousqueton à vis fixé au mur.
- «Relais » = chaine avec 2 points pour assurer l'autre.
- « Vol » = Chute entre 2 points.
- « Tête » = installer les dégaines au fur et à mesure pour se sécuriser.
- « Dégaines » = 2 mousquetons reliés par une sangle.

8) Valider ses acquisitions

Acquisitions	Elève	Prof
- j'ai validé la moulinette.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Je m'équipe et l'on se vérifie mutuellement.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Je grimpe en double assurage.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Je clippe toutes les dégaines.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Je mousquetonne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Je pare.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- j'utilise le vocabulaire.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>