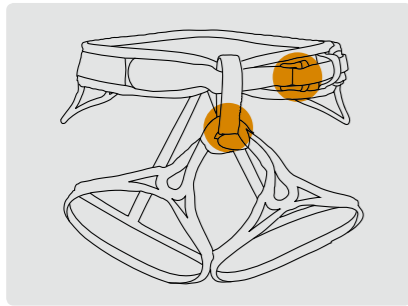


Conseils Vérifier son matériel



Le harnais

Le harnais, fidèle compagnon de chaque mouvement du grimpeur, est soumis à l'usure, à des chocs et déformations répétés, aux frottements répétitifs de la corde dans les points d'encordements, aux rayonnements des UV; faits auxquels s'ajoute le contact inévitable du rocher.

Avant toute utilisation, vérifiez :

- la date de fabrication; celle-ci ne doit pas être supérieure à 10 ans,
- l'état des sangles, au niveau des points d'encordement, des boucles de réglage et des coutures de sécurité.
- l'absence de coupures, de traces d'usure et l'état général du harnais,
- le bon fonctionnement des boucles de réglage.

Mettez votre harnais au rebut :

- si les résultats de votre vérification ne sont pas satisfaisants,
- après un choc important,
- si vous avez un doute sur sa fiabilité.

... www.petzl.fr/eipi

Informations non exhaustives, consultez le détail du contrôle à effectuer pour chaque EPI (Équipement de Protection Individuelle) sur sa notice et sur www.petzl.fr/eipi

Conseils Basiques

1 Analysez les conditions de la voie et préparez soigneusement votre matériel

Renseignez-vous sur l'équipement, la qualité du rocher, son exposition. Prenez la météo et surveillez les risques d'orages et de grand vent. Repérez les échappatoires et la descente. Prenez avec soi vêtements, eau, vivres etc. Grimper avec un sac est plutôt pénible, on peut utiliser un petit sac « de hissage ». Selon la voie, prévoir un fond de sac avec quelques coinces, crochets, sangles et bien sûr la lampe frontale.

2 À l'approche de la voie, mettez votre casque

Des grimpeurs, ou animaux, peuvent faire partir des pierres depuis le haut, alors que vous longez la falaise. Évitez également de stationner sous d'autres cordées.

3 Fixez les règles de communication avant le départ

Tenir compte du cheminement de la voie. Le vent peut rendre toutes communications orales impossibles. Le coup de sifflet est plus efficace. Il existe aussi des petits talkies-walkies très pratiques pour éviter de crier. Exemple de communication : quand le leader dit « relais », cela veut dire qu'il a installé le relais et qu'il est longé.

Lorsque la communication orale est impossible :

- deux coups de sifflet (ou deux à-coups bien secs sur la corde) signifient un relais vaché,
- trois coups de sifflet (ou trois à-coups bien secs sur la corde) signifient tu peux y aller et réponse par deux coups du second quand il part.

4 Restez toujours en tension sur sa longe

L'utilisation d'une longe en sangle au relais, ou lors de la descente en rappel, requiert une grande attention, toute chute directe sur la longe est à proscrire. La sangle ne procure aucune absorption du choc et une petite chute peut entraîner un choc extrêmement violent sur le harnais et le grimpeur.

5 En rappel, assurez votre descente

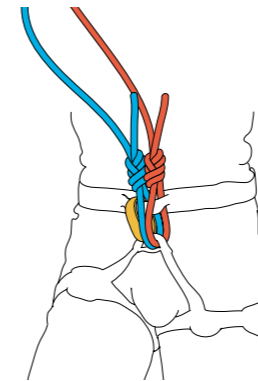
Toujours descendre avec un système d'auto-assurance, (SHUNT ou nœud autobloquant). Faites toujours un nœud en bout de corde. Soyez vigilant lors des rappels, lorsque vous êtes le dernier à descendre méfiez-vous des fissures, arbres, becquets sur la trajectoire, afin de minimiser les risques de coincer la corde. Gardez toujours les brins de corde avec soi au relais (le vent peut les emporter et les rendre inaccessibles). Faites attention à ne pas perdre la corde.

Conseils Techniques

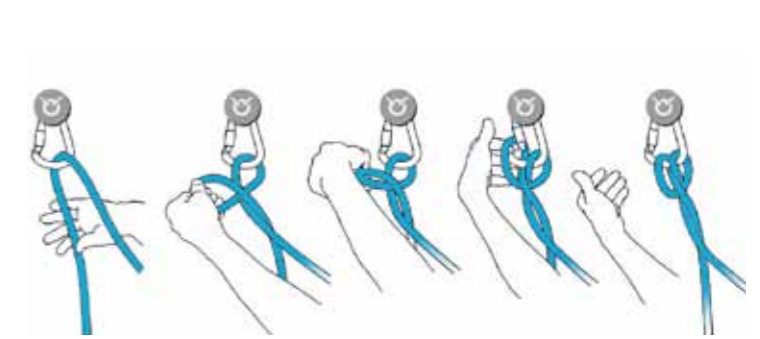


A. Encordement avec une corde à double

Un nœud de huit sur chaque brin de corde.

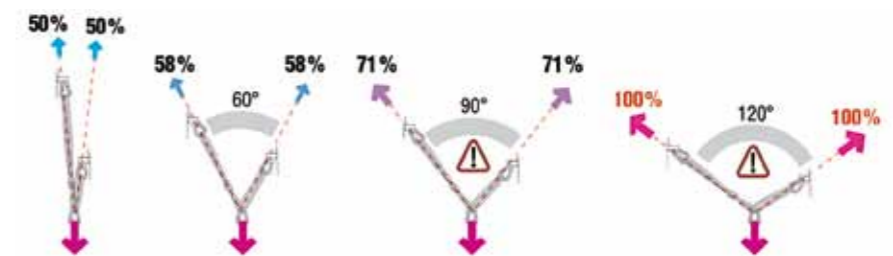


Nœud de cabestan pour se longer.



B. Relais

Conséquence de l'angle sur la répartition des efforts.



Il n'y a pas de relais idéal, le leader doit adapter le type de relais en fonction de la situation qu'il rencontre. Entraînez-vous avec votre matériel. Analyser toujours les conséquences de la rupture d'un ancrage lorsque vous faites votre relais.

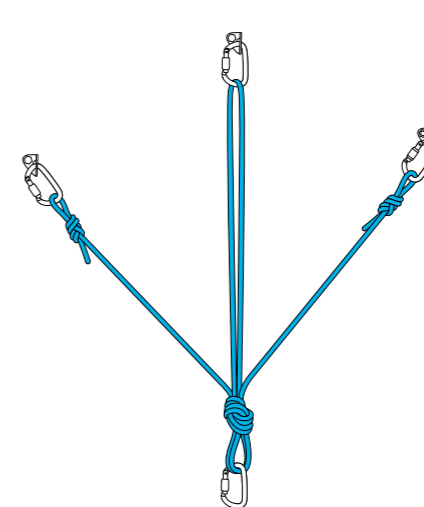
Relais mono directionnel, le point bas de la triangulation est fixe

Bonne répartition des efforts si on reste dans l'axe (par exemple : longueurs rectilignes).
Choc faible en cas de rupture d'un ancrage, intéressant pour un relais sur protection type pitons, coincesurs...
Mauvaise répartition des efforts si la corde vient de travers.

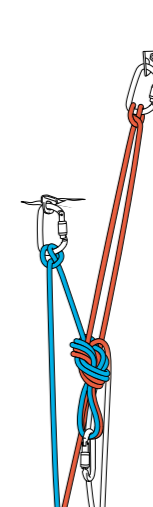
- Relais avec une sangle avec triangulation par nœud de cabestan (facilement réglable).



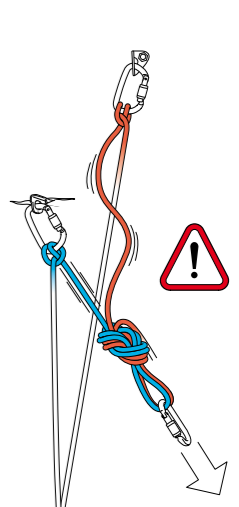
- Relais en corde dynamique pour trianguler 3 points avec un nœud en huit.



- Relais en corde avec triangulation.



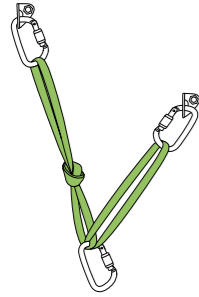
- Conséquence d'une traction latérale



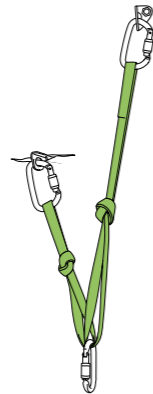
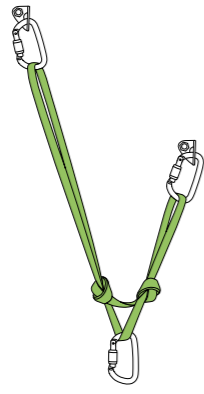
Relais semi-directionnel, le point bas de triangulation est mobile

Bonne répartition des efforts, même si la corde tire légèrement de travers (par exemple longueur en traversée). Les nœuds permettent de réduire les conséquences d'une rupture d'ancrage.

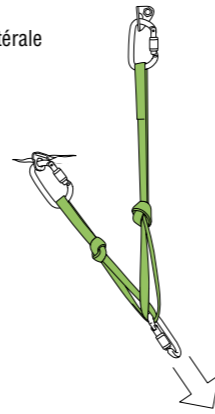
- Relais avec une sangle et un nœud.



- Relais avec une sangle et deux nœuds.

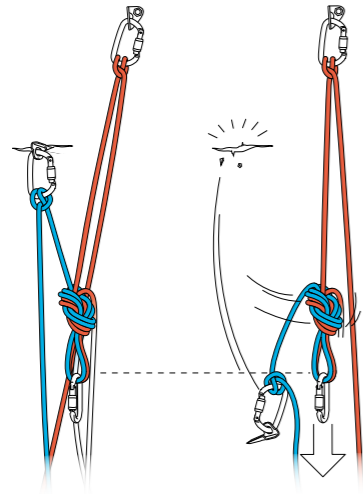


Conséquence d'une traction latérale

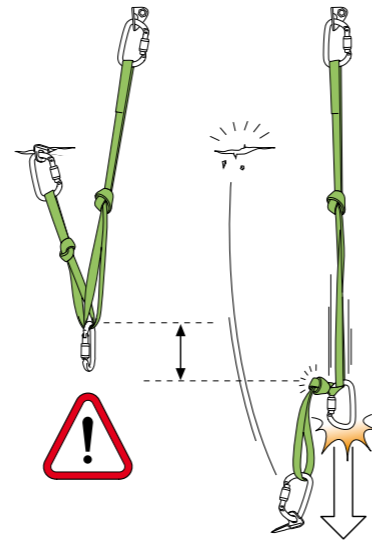


Conséquence de la rupture d'un ancrage

Relais mono directionnel

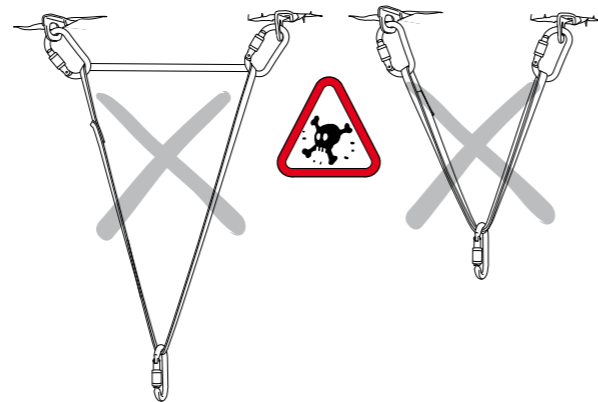
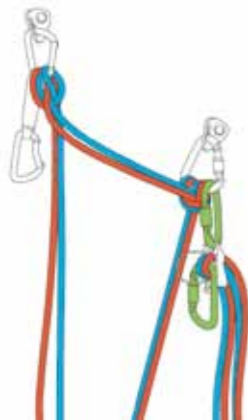


Relais semi-directionnel



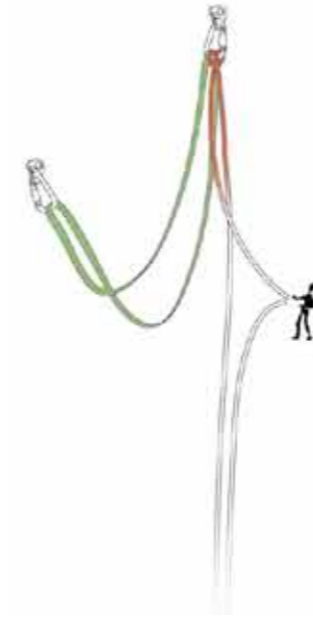
Relais en corde, tendue entre les deux ancrages

Les efforts ne sont pas bien répartis sur les deux points. Relais à faire uniquement lorsque les ancrages sont irréprochables.

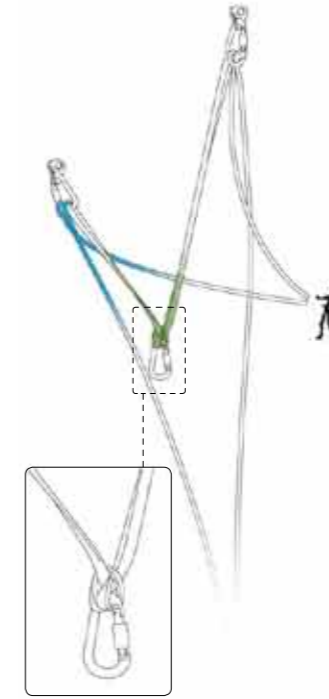


C. Progression en réversible

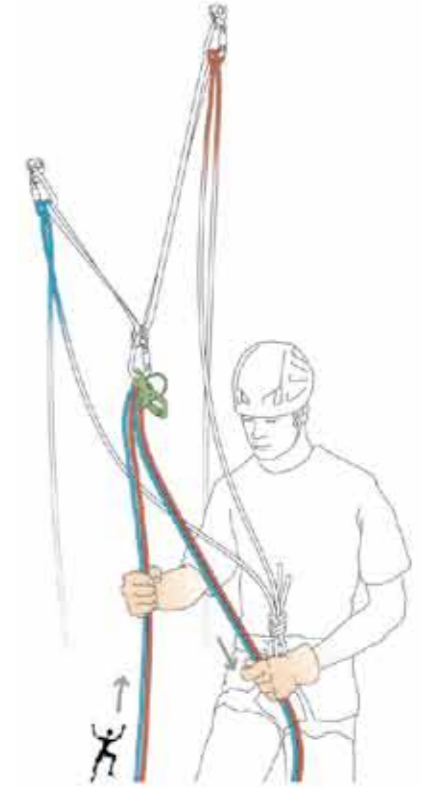
1. Arrivée au relais : vérifier les amarrages et se vacher.



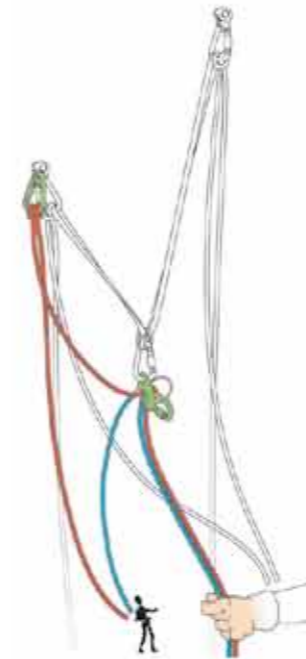
2. Installer le mousqueton d'assurage sur la sangle avec un nœud de cabestan.



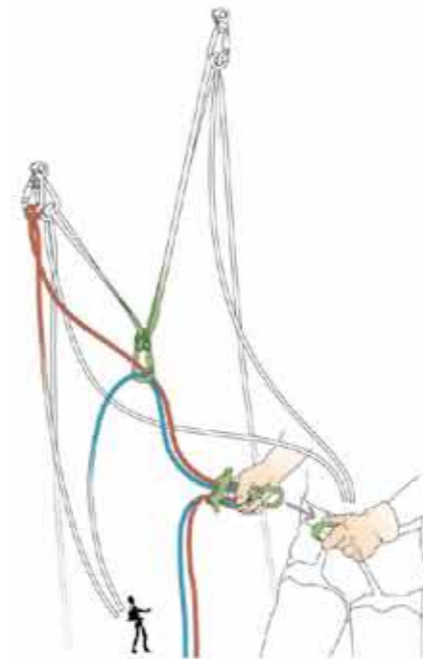
3. Assurer le second.



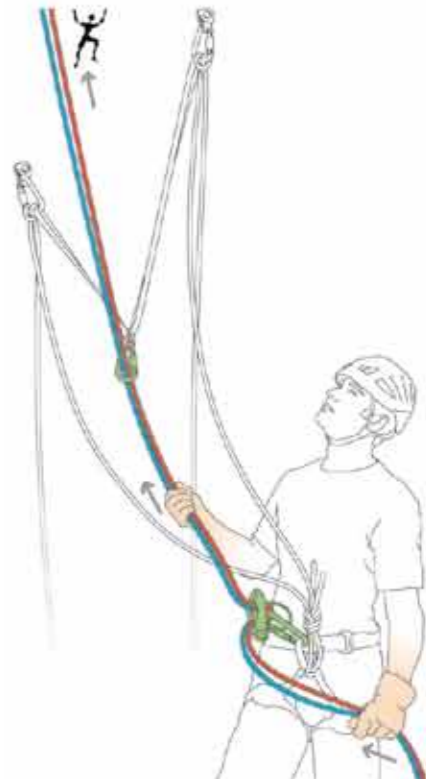
4. Le second se vache et récupère le matériel pour partir en tête.



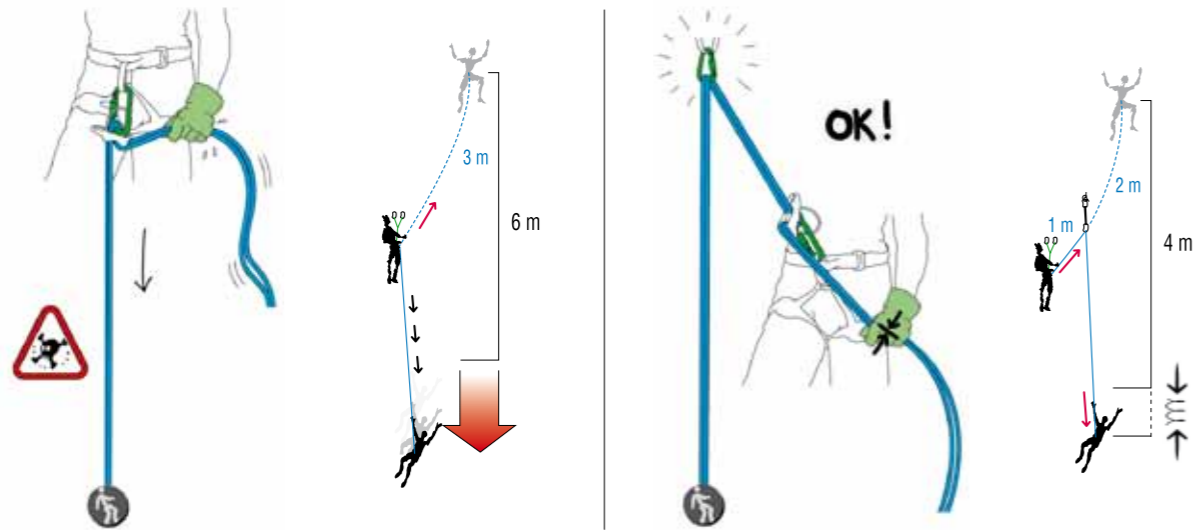
5. Mettre un point de renvoi.



6. Le second devient leader.



Point de renvoi obligatoire : soit sur un point très proche du relais, soit sur le relais si relais sur ancrages irréprouvables.

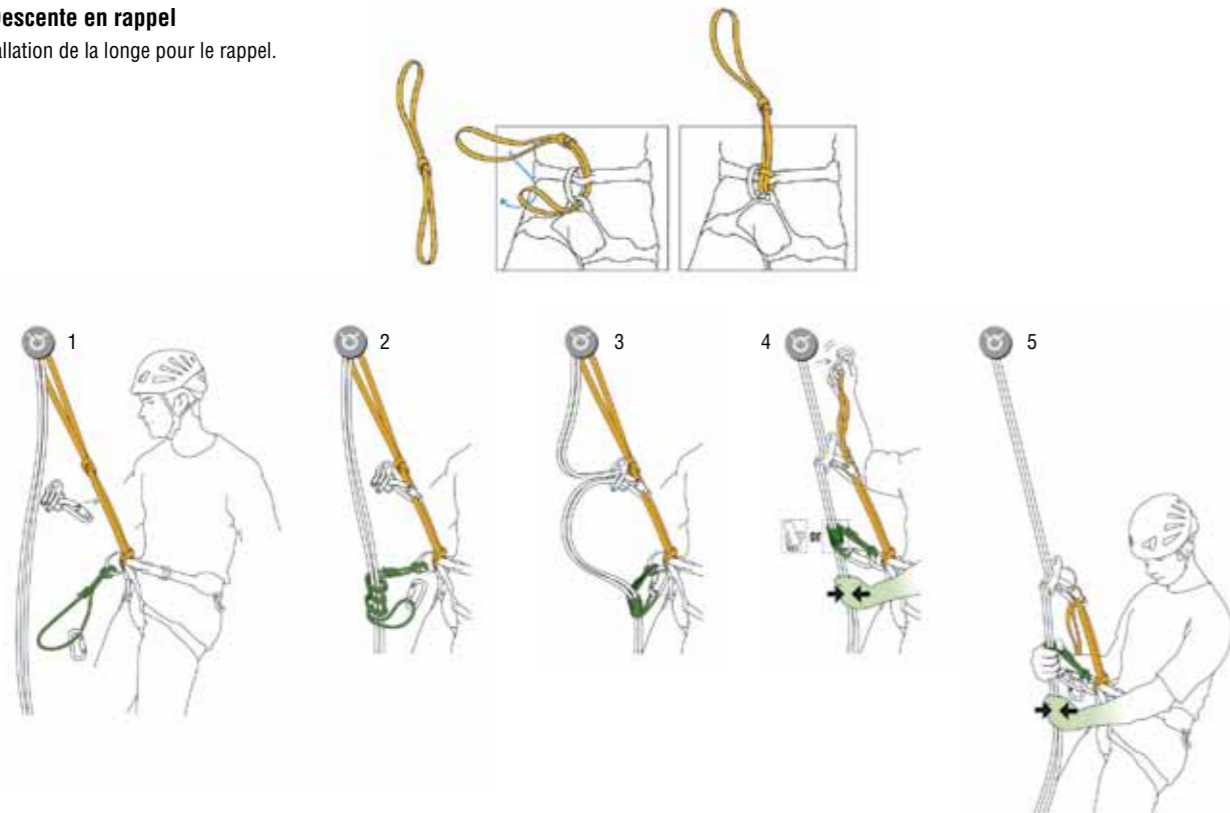


D. Installation de la corde de rappel avec un nœud de jonction des deux brins de corde



E. Descente en rappel

Installation de la longe pour le rappel.

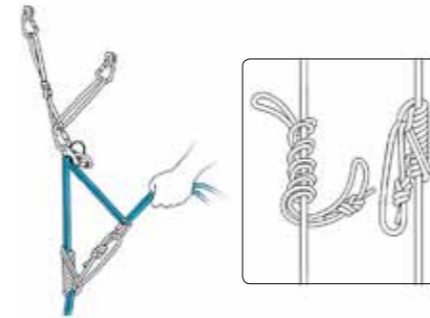


Rester toujours en tension sur sa longe.

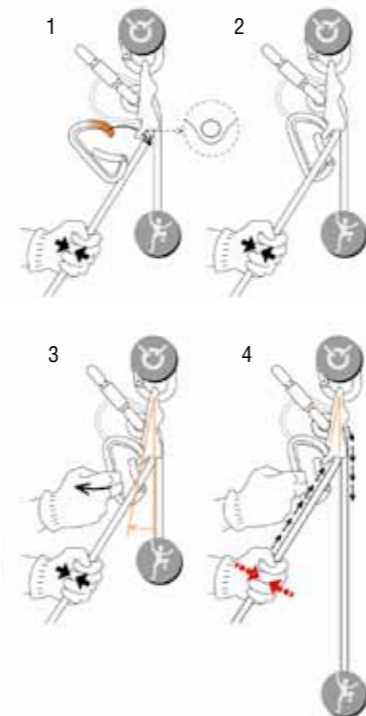


F. Aide au second

Aide du second en difficulté : mouflage.

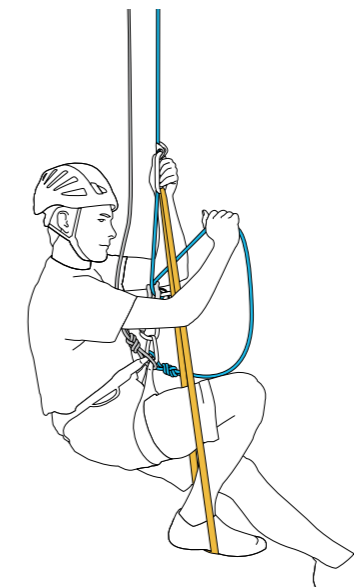
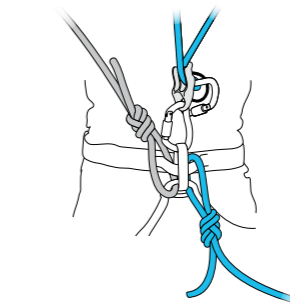


Déblocage d'un second de cordée.



G. Remontée sur corde du second

Remontée sur une corde avec le REVERSO³, contre assurée par le leader sur la deuxième corde.



Course contre le soleil couchant pour Anna Avery, dans la dernière longueur de la Cathédrale, 7a+.

