

Autonomie-Sécurité

ACCROROC Escalade

Equipement et généralité	J'ai un comportement compatible avec une gestion autonome de la sécurité
	Je m'équipe sans aide et sans erreur : sangles non vrillées, au-dessus des vêtements, sangle de taille serrée au-dessus des hanches
	je controle tout bien et à 2
	Je réalise le noeud en bout de corde
En situation de grimpeur :	Je suis concentré et reste vigilant quand je réalise une technique de sécurité
	Je réalise mon noeud d'encordement sans aide, la corde passe derrière les bons passants, le huit est correctement tressé et serre les passants, le noeud d'arrêt est collé au 8
	Je fais attention à ne pas laisser ma jambe derrière la corde
	Je trouve une position confortable pour mousquetonner
	Je mousquetonne toutes les dégaines, dans le bon sens
	Je communique avec l'assureur
	En haut de voie, je choisis un système de descente libre, place correctement ma corde dedans et communique avec l'assureur avant de me confier à la corde
	Je sais vérifier l'état de la corde et de mon harnais et connais les critères de mise en retrait et de mise au rebut
En situation d'assureur :	Je prépare la corde pour qu'elle vienne sans noeud
	Je me place près du mur, légèrement décalé à droite ou à gauche de la voie et éventuellement après le 3ème point d'ancrage, je me recule pour suivre la progression du grimpeur
	J'installe la corde correctement dans le frein d'assurage, attache le mousqueton sur le pontet et verrouille la sécurité du mousqueton
	J'anticipe les actions du grimpeur pour donner de la corde et reprendre le mou sans gêner sa progression
	Je manipule la corde sans hésitation et de manière à toujours conserver une main derrière le frein
	Je freine et arrête une chute de manière dynamique
	Je descends mon partenaire à vitesse modérée sans laisser la corde filer entre les mains et en conservant toujours une main derrière le frein
	En cas de problème, je communique avec le grimpeur.