

Recommandations aux usagers de la structure artificielle d'escalade

Gymnase Joseph Plat – Salaise-Sur-Sanne

L'escalade est un sport à risque qui nécessite une pratique maîtrisée des techniques de sécurité, d'assurance et de grimpe.

La sécurité est l'affaire de tous.
Soyez prudents et vigilants pour vous et pour les autres.

Le gymnase

- Respectez les horaires d'ouverture et passez derrière les gradins pour ne pas déranger les autres séances en cours.
- Assurez-vous de la présence du responsable de séance avant de débiter la séance. Pour les « séances enfants » du vendredi : amenez vos enfants jusqu'au responsable ou au référent de séance et prévenez celui-ci lorsque vous repartez avec eux.
- Otez la cage de Handball.
- Otez l'ensemble des sangles tenant les tapis lors de la mise en place de la séance.
- Mettez en place les tapis de réception en optimisant ceux-ci lors du travail en « bloc ». Descendez les cordes bleues et positionnez les cordes rouges au niveau des dévers. A la fin de chacune des séances, chacun doit participer au rangement du matériel.
- Chaque tapis possède une place spécifique selon des lettres qu'il ne faut pas intervertir pour une sécurité optimale.

L'entraînement

- Ne dépassez pas avec les pieds la ligne noire de limite de hauteur pour vos échauffement, pour la grimpe libre et le bloc sans assurance.
- Ne sautez pas, désescaladez.
- Avant de grimper, vérifiez systématiquement de façon mutuelle (l'assureur et le grimpeur) les baudriers, l'encordement, la fermeture des mousquetons, le matériel d'assurance => « **Contrôle Visuel et Tactile** ».
- **Utilisez les bonnes cordes** : Cordes rouges pour le grand dévers (5 voies, grimpe en tête obligatoire ou pour le second de cordée sur la corde se trouvant dans les dégaines) et cordes bleues pour les autres voies (moulinette autorisée).
- L'encordement doit se faire directement sur le baudrier dans le ou les pontets prévus, sans aucun intermédiaire (mousqueton, sangle...). **Le double nœud de 8 avec nœud d'arrêt est le seul autorisé.**
- Le casque est obligatoire pour les mineurs évoluant en tête de cordée, « chute au sol, retournement ».
- L'assurance dynamique est fortement conseillé afin d'éviter les blessures ou les risques de chute.
- Ne grimpez pas sous un autre grimpeur.
- Vous êtes tenus de veiller à la solidité des prises. Si vous constatez une prise instable, revissez-la.
- Signalez au référent de séance le matériel endommagé (prise, maillon, plaquette, relais, corde, dégainé, baudrier...)
- Mousquetonnez impérativement tous les points : risque de retour au sol en cas de chute avant le second point.
- Ne passez pas le doigt dans les plaquettes (risque de doigt arraché), ne saisissez pas la dégainé en cas de chute.
- Ne prenez pas la corde entre les dents lors du mousquetonnage (risque d'édentition).
- Attention aux cheveux longs et artifices (bijoux, bagues, montre, cordons etc...) : risque de coincement dans les moyens d'assurance ou les mousquetons.
- Avant de démarrer votre voie en moulinette assurez vous que votre corde est bien passée dans le relais et non dans une dégainé suite à l'abandon de la voie par le grimpeur précédent.
- Au pied des voies, avertissez votre assureur de votre départ et ensuite de votre arrivée au relais.
- Avant de vous engager dans une voie, vérifiez que vous ne gênez pas d'autres grimpeurs de façon à ne pas compromettre votre sécurité et celle d'autrui.
- Vous devez d'intervenir directement ou en prévenant le référent de séance si vous constatez des comportements ou des erreurs techniques présentant un caractère dangereux et pouvant entraîner des risques d'accidents.

Pour la Grimpe en « Tête »

- L'encordement doit se faire directement sur le baudrier dans le ou les pontets prévus, avec un double nœud de 8 avec nœud d'arrêt.
- Veillez à utiliser les bonnes cordes « rouges ou bleues » selon l'endroit où vous grimpez.
- Un contrôle visuel et tactile est obligatoire entre les deux grimpeurs avant de débiter la voie :
 - Le baudrier doit être placé au dessus des hanches et serré à la taille (sangles non vrillées et boucle de serrage avec retour mis)
 - Pour le descendeur Jul et/ou le Réverso veillez à ce que la gorge soit vers le bas (en cas de doute demandez une vérification au référent de séance)
 - Le système d'assurage (Réverso, grigri etc...) doit être placé sur la sangle du pontet central de votre baudrier.
 - Respectez le couloir d'assurage et de grimpe afin de ne pas vous gêner et garantir la sécurité de tous les grimpeurs.
- Jusqu'au mousquetonnage de la première dégaine, laissez un peu de mou et parez le grimpeur en le suivant les deux mains dans le dos.
- De la première dégaine à la troisième assurez « corde courte », colé au mur et légèrement décalé sur le côté, afin de minimiser la chute du grimpeur et éviter un retour au sol. Attention au « facteur de chute(*voir ce point spécifique ci-dessous) » qui aggrave la sévérité de l'effort exercé sur votre corde du fait de la faible longueur de corde sortie pour absorber le choc.
- Au-delà de la troisième dégaine vous pouvez prendre un peu de distance par rapport au mur et vous devez assurer corde souple. Vous pouvez « Reculez / avancez » pour faciliter le mousquetonnage du grimpeur en tête.
- En cas de chute assurez de façon dynamique en avançant d'un ou deux pas lorsque la corde se tend pour amortir la chute de votre grimpeur.
- A la descente gardez toujours les mains sur le système d'assurage en maîtrisant la vitesse de redescente de votre grimpeur.
- Gardez toujours votre regard fixé sur votre grimpeur afin d'anticiper ses difficultés (chute, mousquetonnage délicat etc...).

Pour la Grimpe en « Moulinette »

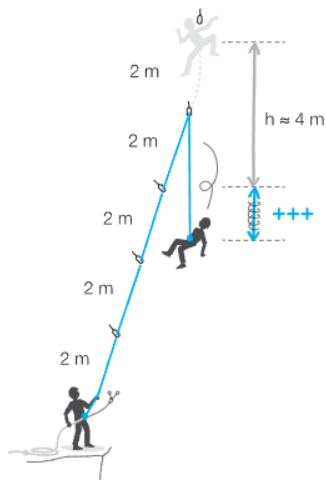
- L'encordement doit se faire directement sur le baudrier dans le ou les pontets prévus, avec un double nœud de 8 avec nœud d'arrêt.
- Faites attention au gabarit de chacun des grimpeurs. A partir de 20% d'écart de poids entre le grimpeur et l'assureur il est conseillé de faire une vrille avec la corde (une vrille atténuée d'environ 10% l'écart de gabarit).
- Un contrôle visuel et tactile est obligatoire entre les deux grimpeurs avant de débiter la voie :
 - Le baudrier doit être placé au dessus des hanches et serré à la taille (sangles non vrillées et boucle de serrage avec retour mis)
 - Pour le descendeur Jul et/ou le Réverso veillez à ce que la gorge soit vers le bas (en cas de doute demandez une vérification au référent de séance)
 - Le système d'assurage (Réverso, grigri etc...) doit être placé sur la sangle du pontet central de votre baudrier.
 - Respectez le couloir d'assurage et de grimpe afin de ne pas vous gêner et garantir la sécurité de tous les grimpeurs.
- Toujours s'assurer que la corde est bien passée dans le relais Easytop avant de débiter la voie.
- L'assureur quel que soit le matériel utilisé (réverso, grigri etc...) pour assurer ne doit jamais lâcher la corde du bas et toujours réaliser la méthode d'assurage en 5 temps. Pour les débutants il est possible de faire appel à un contre assureur pour garantir la sécurité qui gardera ses deux mains sur la corde du bas tout en laissant l'assureur faire son travail.
- L'assureur avale la corde en 5 temps tout au long de l'ascension du grimpeur sans laisser de mou.
- Pour la descente :
 - Le grimpeur annonce à son assureur son arrivée au sommet de la voie
 - L'assureur prend « sec » (corde tendue, frein bloqué, les deux mains fermes à la cuisse) le grimpeur qui va s'asseoir dans le baudrier.
 - Le grimpeur va descendre jambes écartées pour se tenir à distance correcte du mur.

- L'assureur assure une descente contrôlée à 2 mains tout en regardant son grimpeur pour anticiper tout événement. Si il y a un contre assureur celui-ci libère progressivement la corde en donnant du mou pour assurer la descente.

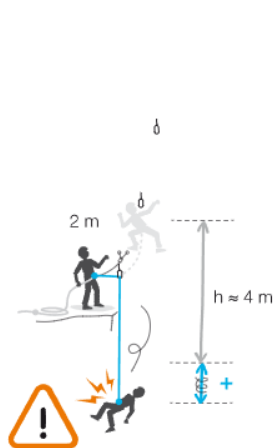
(*) Le Facteur de Chute (explication) :

Le facteur de chute est le rapport entre la hauteur de chute et la longueur de corde.

En escalade, la sévérité de l'arrêt de la chute ne dépend pas de la hauteur de chute, car plus la corde est longue, plus sa capacité d'absorption est importante.



$$F = \frac{4}{10} = 0,4$$



$$F = \frac{4}{2} = 2$$

Dans ces deux cas, la sévérité de la chute augmente. La hauteur de chute libre est identique. Il y a autant d'énergie à dissiper, mais le système est moins dynamique.

Cas 1

longueur de corde = 10 m,
hauteur de chute = 4 m donc
facteur de chute = $4/10 = 0,4$.
La longueur de corde est importante, la capacité d'absorption est importante.
La sévérité est faible, la force de choc est faible.

Cas 2

longueur de corde = 2 m,
hauteur de chute = 4 m donc
facteur de chute = $4/2 = 2$.
La longueur de corde est faible, la capacité d'absorption est faible. La sévérité est importante.

Les catégories de grimpeurs

- ADULTE DÉBUTANT : Grimpeur âgé de 18 ans ou plus devant être encadré par un ADULTE AUTONOME.
- ADULTE AUTONOME : Grimpeur âgé de 18 ans ou plus maîtrisant dans son niveau l'usage du matériel utilisé et les techniques d'assurage.
- ENFANT : Grimpeur âgé de moins de 18 ans inscrit aux séances ENFANTS et ne pouvant grimper qu'encadré par les animateurs de cette séance.
- ENFANT ACCOMPAGNÉ : Grimpeur âgé de moins de 18 ans assistant aux séances ADULTES sous la responsabilité d'un de ses parents.

Le club

- Le club met à la disposition des membres le matériel nécessaire à l'exercice de l'activité (casques, baudriers, matériel d'entretien, trousse de premiers secours...). Chacun se doit d'en prendre soin et de signaler à un responsable du club (bureau) les anomalies ou dégradations constatées (voir consignes de sécurité jointes en annexe 1 au présent règlement).
- Lors des séances en fonctionnement autonome (jeudi), vous êtes sous votre seule responsabilité. L'ouverture de telles séances est donc réservée aux adultes autonomes (sur le plan technique et matériel), et, seuls les mineurs encadrés par un adulte peuvent y participer.
- Le club déclinera toutes responsabilités dans le cas d'un manquement à ces règles non exhaustives.
- **IMPORTANT** : les personnes non à jour de leur inscription au club (licence, assurance, photo, certificat médical, cotisation) ne pourront pratiquer l'escalade sur la structure artificielle du gymnase.
- *Pour mémoire* : Un référent est un adhérent bénévole qui veille au bon déroulement d'une séance :
 - en contribuant au respect des bonnes pratiques en matière de sécurité,
 - en aidant à constituer les binômes pour ne laisser personne tout seul.Il est chargé de l'ouverture et de la fermeture du gymnase et est le premier lien entre les grimpeurs et le collectif d'animation.

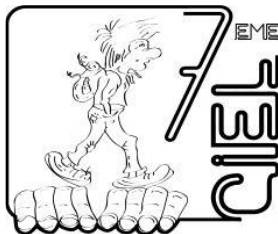
Le président du Club 7eme Ciel
Jean Louis MEYS

Coupon à retourner au club rempli et signé

Je soussigné(e), M., Mme, Melle.....
reconnais avoir pris connaissance des « Recommandations aux usagers de la structure artificielle d'escalade, des consignes de sécurité (annexe1) et reconnais avoir été informé(e) par formulaire des conditions de validité de l'assurance souscrite avec la licence FSGT » et m'engager à les respecter.

Date.....

Signature de l'adhérent (et des parents pour les mineurs)
précédée de la mention « lu et approuvé » :



Annexe 1

Organisation et consignes de sécurité

Mise à disposition du matériel d'escalade en application de la réglementation des EPI (Equipements de Protection Individuelle)

Dans le cadre de ses activités, le club met à la disposition de ses adhérents du matériel d'escalade (cordes, longues, baudriers, casques, dégaines, mousquetons, ...)

Ce matériel est classé EPI et géré par le club en tant que tel (identification, fiche de vie, contrôle, stockage, emploi, entretien, ...).

Il est conforme aux normes qui s'y rapportent (marquage CE).

La notice technique du fabricant définit ses conditions d'utilisation et d'entretien.

Chaque matériel fait l'objet d'un contrôle complet annuel réglementaire.

Lors des séances et des sorties d'escalade, le maintien en état de conformité du matériel est dépendant de sa bonne utilisation : transport, stockage, sollicitations mécaniques, frottements, arêtes vives, exposition à l'humidité, aux UV, sources de chaleur ou composants chimiques, ...

La préservation en parfait état de notre matériel d'escalade est l'affaire de tous, celui qui sort ou restitue le matériel, celui qui le transporte, celui qui en a la garde, la cordée qui l'utilise en sont successivement responsables.

Un classeur (couverture rouge) est disponible dans l'armoire du gymnase, il regroupe les consignes de sécurité en escalade et les notices techniques des fabricants.

Ces informations sont également sur le site internet du club : <http://club-7eme-ciel-escalade.e-monsite.com/>

La Liste des Equipements de Protection Individuelle (voir dans le classeur) identifie chaque matériel, atteste de sa conformité et confirme, suite à son contrôle complet annuel, son aptitude pour la pratique de l'activité. Les "Fiches de vie" sont consultables sur demande.

Lisez les recommandations et les instructions spécifiques à chaque matériel.

Vous devez connaître les conditions d'utilisation et d'entretien, en cas de doute demandez conseil aux encadrants du club.

Effectuez avant et après chaque utilisation un "contrôle de routine" (vérification simplifiée destinée à détecter un défaut ou une détérioration).

Ne pas oublier également d'assurer dans de bonnes conditions le transport et le stockage du matériel et de réduire au minimum nécessaire la durée de l'emprunt.

Le matériel est réservé en priorité aux séances hebdomadaires et sorties programmées par le club (faire attention à laisser suffisamment de matériel pour les séances des enfants et des adultes).

Lors d'une sortie à titre individuel l'emprunteur à l'entière responsabilité du matériel emprunté, le club déclinera toutes responsabilités dans le cas d'une utilisation par une personne extérieure au club

Traçabilité des sorties et retours du matériel

Le prêt de matériel ne peut être réalisé que par un responsable du club. Les sorties et retours de matériel doivent être consignés de façon précise dans le cahier des emprunts (nature, identifiant, date et nom de l'emprunteur).

L'identifiant simplifié en caractère gras dans la liste est suffisant, exemples : corde d'attache CA5 - longe Béal 9EE - baudrier Petzl 0415 - casque Petzl 6236 - mousqueton Petzl 330 - longe via ferrata LVF 2.

Au retour du matériel un responsable du club valide le matériel restitué : il est de votre responsabilité de signaler toute chute importante (facteur de chute supérieur à 1), évènement survenu ou défaut constaté, la sécurité de tous en dépend.

Précautions et entretien

Le matériel doit être entretenu et utilisé conformément à la notice du fabricant, consultez également le document Petzl " Conseils pour préserver vos équipements".

Les textiles, sangles et cordes

- Stockage à l'abri du soleil et de l'humidité
- Lavage à l'eau claire ou avec un savon neutre
- Séchage à l'ombre (corde dépliée), ne pas laisser dans les sacs
- Attention aux arêtes vives (risque de coupure), chutes de pierres, abrasions
- Attention aux frottements, aux descentes trop rapides (brûlures des fibres)
- Réduire tirages et frottements
- Utiliser un sac à corde quand c'est possible

Les matériels mécaniques

- Enlever les impuretés (sable, terre, etc.), laver si nécessaire
- Rincer à l'eau claire après une utilisation en bord de mer
- Sécher rapidement afin d'éviter la corrosion
- Lubrifier les parties mobiles
- Veiller à ce que le matériel fonctionne librement dans l'axe pour lequel il est conçu

Les casques

- Stockage à l'abri du soleil
- Lavage à l'eau claire ou avec un savon neutre
- Séchage à l'ombre
- Ne pas comprimer latéralement lors du stockage ou transport

Evènements exceptionnels

Un évènement exceptionnel se caractérise par un incident susceptible de réduire considérablement la fiabilité du matériel.

Dans l'attente d'un contrôle complémentaire, d'une réparation ou d'une mise au rebut, vous ne devez plus utiliser le matériel en question dans le cas :

- d'une chute ou d'un choc important, d'une coupure ou d'une brûlure susceptible d'avoir créé (sans que cela soit toujours visible) une déformation permanente ou une détérioration du matériel.
- d'un contact avec des agents chimiques, les acides, les huiles et les solvants pour les matériels textiles et les casques, d'un contact avec les produits corrosifs pour les pièces métalliques,
- d'une exposition en dehors de la plage de température préconisée par le fabricant (attention au stockage dans les voitures exposées en plein soleil).