



Passeport jaune



Nom : _____

Je grimpe en sécurité sur SAE, en tête, sous surveillance

J'apprends

-> Pour enchaîner mes premières voies en tête

Prendre confiance	à me déplacer avec aisance en hauteur et à faire confiance à l'assurage
	à utiliser des solutions telles que pousser sur une jambe, changer de pied, croiser les mains, attraper une prise au vol
Progresser	à utiliser une prise oblique et aller chercher une prise de main un peu éloignée
	à repérer le cheminement général d'une voie et les prises pour réaliser un bloc
Protéger	à vérifier l'agencement des tapis
	à demander à un encadrant une parade si j'en éprouve le besoin
	à ne jamais laisser ma corde derrière la jambe
	à trouver une position confortable pour mousquetonner
	à mousquetonner obligatoirement ma corde dans toutes les dégaines, dans le bon sens (brin du baudrier à l'extérieur du mousqueton)
	en haut de voie, à placer correctement ma corde dans un système d'assurage de descente libre
	à me réceptionner lors d'une chute de faible hauteur, en moulinette corde molle
	En assurant le grimpeur :
à préparer correctement la corde pour qu'elle "file" sans nœud et sécuriser le brin libre	
à bien me positionner pour assurer, afin de voir et entendre le grimpeur, sans le gêner	
à donner de la corde et en reprendre en fonction des actions du grimpeur	
à freiner une petite chute pour l'amortir et l'arrêter	
Grimp'attitude	à entretenir mes chaussons
	à lover une corde, prendre soin du matériel confié et le ranger
	à préserver la propreté de la salle et éviter tout gaspillage

Je valide... si je grimpe avec aisance des blocs et des voies en tête, en garantissant ma sécurité et celle des autres, sous surveillance

	Je vérifie si la zone de réception est libre
	Je sollicite un pareur expérimenté si nécessaire
	Je prépare ma corde et sécurise son extrémité libre
	Je mousquetonne correctement la corde dans toutes les dégaines
	J'assure avec vigilance le grimpeur de tête
	Je bloque le grimpeur en cas d'échec éventuel et au point de moulinette avant de le redescendre
	Je love une corde courte pour qu'elle file bien à la prochaine utilisation
	Et bien sûr, je contrôle tout, bien, à 2 et j'attends le feu vert de l'encadrant
	Dans la salle, je prends soin du matériel et des locaux