Salle d'escalade

L'escalade et l'assurage s'apprennent dans l'idéal en salle d'escalade. Dans ce domaine, le risque est bien plus faible que dans d'autres disciplines de sports de montagne. De graves chutes au sol peuvent toutefois se produire, généralement causées par un contrôle du partenaire lacunaire ou un assurage incorrect. Nous recommandons donc de suivre un cours d'assurage. Les personnes qui ont suivi un cours font nettement moins d'erreurs lors de l'assurage que celles qui ont appris avec des amis.[1]

⇨ Suivre un cours d'escalade ou d'assurage est un bon investissement – ton partenaire t'en sera reconnaissant !

Team-Setup

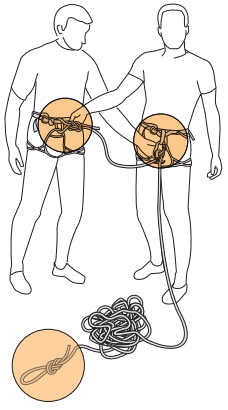
Lorsqu'on grimpe, on remet sa vie entre les mains de la personne qui assure. Il est donc important de clarifier les points principaux au début de la journée :

- Les deux partenaires disposent-ils de la formation et de l'entraînement nécessaires ? Dans le cas contraire : on se limite à l'espace de bloc et on réserve un cours.
- Vérifier le matériel d'escalade : la corde, les mousquetons et le dispositif d'assurage sont-ils compatibles, et la corde est-elle assez longue ? Dans le cas contraire : louer du matériel.
- Y a-t-il une différence de poids ? Si oui : prendre des mesures (voir p. 203).
- Discuter comment commencer la voie (p. ex. parer, voir p. 204) et définir de règles de communication.

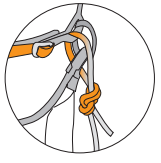
[1] Funk et al. 2012 et 2013

Contrôle du partenaire

Il peut arriver à tous les grimpeurs (même aux plus expérimentés !) de se déconcentrer. Ainsi, des accidents se produisent régulièrement en raison de nœuds à moitié finis, de dispositifs d'assurage mal accrochés, de mousquetons non verrouillés ou de cordes trop courtes. La seule manière efficace de remédier à ces négligences est de se contrôler ***mutuellement avec les yeux et les mains*** avant de grimper.

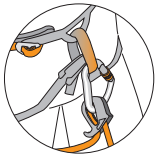


1) Grimpeur correctement encordé ?



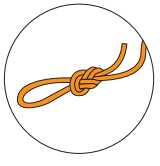
- Fermeture du baudrier
- Corde passée au bon endroit
- Nœud de huit correct

2) Assurage correct ?



- Fermeture du baudrier
- Mousqueton bien placé et verrouillé (contrôle en appuyant sur le doigt)
- Dispositif d'assurage correctement placé (dispositifs semi-automatiques : vérifier le blocage en tirant sur la corde)

3) Corde suffisamment longue ?



- Faire un nœud au bout de la corde, bien le serrer

Bases de l'assurage

Une escalade sûre n'est possible que si l'on manipule correctement le dispositif d'assurage. Même la plus grande attention ne suffit pas à compenser un maniement incorrect des dispositifs.

Main de freinage

La main de freinage enveloppe toujours la corde de freinage (derrière le dispositif d'assurage). Cela vaut aussi pendant que l'on donne rapidement du mou. Il convient d'exercer toujours une pression minimale sur la corde afin de pouvoir déclencher le réflexe de préhension dès que la corde commence à coulisser.

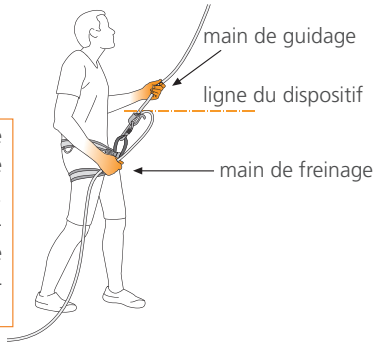
Ligne du dispositif

La ligne du dispositif est définie par la hauteur maximale que le dispositif d'assurage atteint lorsqu'il est tiré vers le haut en cas de chute. La main de freinage ne doit jamais dépasser cette ligne, même lorsqu'on ravale la corde. On obtient ainsi un angle suffisant entre la corde qui entre et la corde qui sort du dispositif, de façon à ce qu'un tube ou un tube assisté freinent aussi.

Main de guidage

En plus de tirer la corde hors du dispositif d'assurage, la main de guidage (devant le dispositif d'assurage) remplit plusieurs missions importantes :

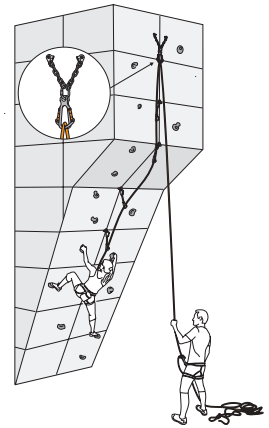
- Elle constitue un système d'alerte précoce en cas de chute : dès que la corde coulisse dans la main de guidage, on a le réflexe de serrer les deux mains. La main de freinage doit être serrée avant que la corde ne coulisse dans celle-ci. Ce réflexe de préhension fonctionne même si l'on ne fait pas attention au grimpeur au moment de sa chute. Pour qu'il se déclenche, il faut toujours exercer une pression minimale sur la corde.
- Lorsque le grimpeur est très haut (3e secteur), elle fait office de capteur afin de réaliser un assurage dynamique (voir p. 202).



La main de freinage et la main de guidage ne doivent pas simplement tenir la corde de manière lâche, mais la serrer légèrement. Ce n'est qu'ainsi que le réflexe de préhension peut se déclencher lorsque la corde se met à coulisser, permettant de retenir efficacement une chute.

Moulinette

Le grimpeur est assuré depuis le haut. Si la corde est correctement maniée, il n'y a pas de chute libre en cas de chute.



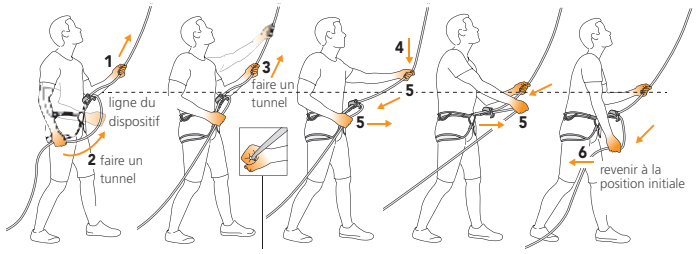
L'assurage en moulinette doit également être appris de manière rigoureuse !

Ravaler la corde

Tunnel

Pour faire un tunnel, on fait coulisser sa main fermée le long de la corde sans jamais l'ouvrir. Le tunnel fonctionne avec tous les dispositifs d'assurage, y compris le demi-nœud d'amarre. Les deux mains coulissent l'une après l'autre, et la main de freinage reste toujours en dessous de la ligne du dispositif.

1. Tirer légèrement le dispositif d'assurage vers le haut au moyen de la corde de guidage.
2. En formant un tunnel, faire coulisser la main de freinage le long de la corde.
3. Faire coulisser la main de guidage vers le haut.
4. Avancer la corde de guidage avec la main de guidage tout en appuyant vers le bas.
5. Tirer la main de guidage vers le dispositif d'assurage et, en même temps, faire coulisser la corde dans le dispositif d'assurage vers l'avant avec la main de freinage.
6. Placer la main de freinage dans sa position initiale, en dessous des hanches.



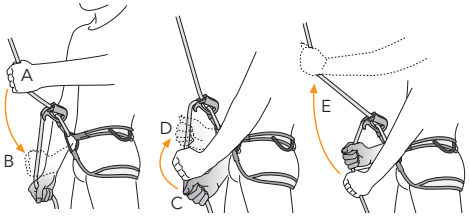
faire un tunnel en coulissant sa main fermée le long de la corde

Ne pas ravaler trop de corde à la fois, sans quoi on ne pourra plus faire de tunnel avec la main de freinage.

Croiser

Si elle est un peu plus compliquée, cette variante est plus facile à apprendre, en particulier pour les enfants. Elle fonctionne également avec tous les dispositifs d'assurage.

- Faire passer la main de guidage (A) sur la corde de freinage et maintenir celle-ci au-dessus de la main de freinage (B).
- Avec la main de freinage (C), lâcher la corde de freinage et la ressaisir au-dessus de la main de guidage, à proximité du dispositif d'assurage (D).
- Replacer la main de guidage dans sa position initiale (E).

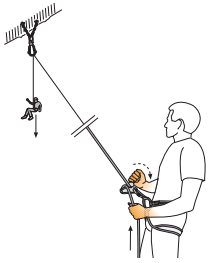


Faire descendre quelqu'un

Faire descendre de manière contrôlée et pas trop rapide. La manipulation dépend du dispositif d'assurage.

Semi-automatique ou tube assisté

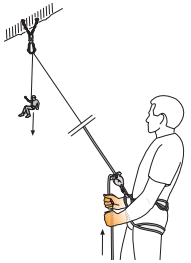
- Enserrer la corde de freinage avec la main de freinage en position basse.
- Avec la main de guidage, libérer doucement le dispositif de blocage. Etre très progressif pour que seule une faible traction ne s'exerce sur la main de freinage (voir les indications du fabricant).



Faire descendre quelqu'un avec un semi-automatique ou un tube assisté peut être contraire à nos réflexes, raison pour laquelle cette méthode doit être apprise de manière rigoureuse. Seuls les dispositifs dotés d'une fonction anti-panique (p. ex. Grigri+) ou d'un blocage d'urgence (p. ex. Revo) offrent une meilleure protection.

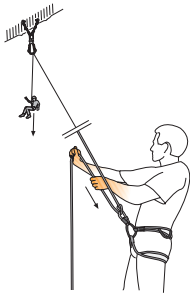
Tube (avec ou sans blocage d'urgence)

- Tenir la corde de freinage à deux mains en dessous du dispositif
- Faire coulisser les mains tour à tour vers le bas le long de la corde de freinage. Ne pas croiser.



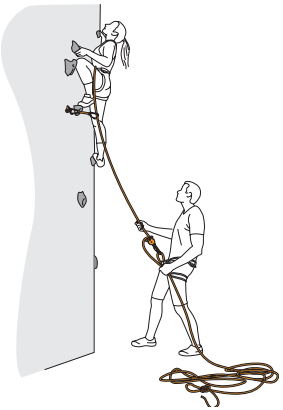
Demi-nœud d'amarre

- Tenir la corde de freinage à deux mains.
- Tenir les mains vers le haut seulement lorsque le grimpeur se pose dans la corde.
- Faire coulisser les mains tour à tour vers le haut sur la corde de freinage (les cordes qui entrent et qui sortent du dispositif doivent être parallèles, sinon des vrilles se forment dans la corde). Ne pas croiser.



Grimper en tête

Le grimpeur en tête est assuré depuis le bas et se situe souvent au-dessus du dernier point d'assurage intermédiaire. S'il tombe, il est en chute libre. Il est difficile d'assurer un grimpeur en tête. Pour ce faire, il faut être formé, expérimenté et pleinement concentré.



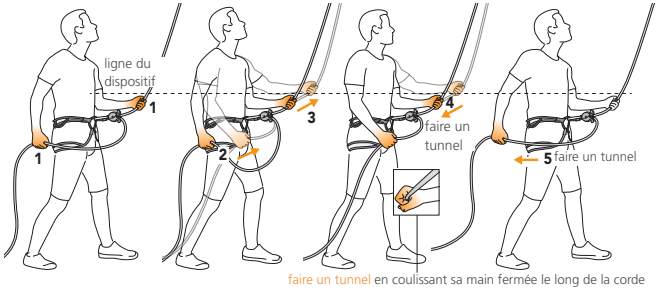
Donner du mou

Enserrer constamment la corde des deux mains et la presser légèrement. Garder toujours la main de freinage en dessous de la ligne du dispositif. S'il faut ravaler la corde entre-temps, procéder comme pour l'assurage en moulinette (voir p. 197).

Tunnel

Cette méthode fonctionne avec tous les dispositifs d'assurage. Les deux mains coulissent le long de la corde à tour de rôle.

1 Position de départ : main de guidage à proximité du dispositif d'assurage, main de freinage en position basse et en arrière.
2 Pousser la main de freinage en dessous des hanches vers l'avant (« poussée »).
3 Presque en même temps, tirer la corde de guidage vers l'avant (« traction »).
4 Faire revenir la main de guidage à sa position initiale.
5 Faire glisser la main de freinage en arrière en restant sous les hanches (toujours après le point 4, ne jamais faire coulisser les deux mains en même temps).



faire un tunnel en coulissant sa main fermée le long de la corde

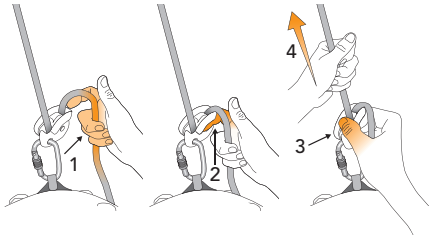
Donner du mou rapidement

Pour mousquetonner les points d'assurage intermédiaires, il arrive que l'assureur doive donner du mou rapidement au grimpeur. Avec des cordes plus épaisses ou plus tout à fait neuves notamment, le mécanisme de blocage des semi-automatiques ou des tubes assistés peut entraver cette étape. Dans un tel cas, il vaut mieux privilégier les méthodes spécifiques aux dispositifs, pour lesquelles la main de freinage est positionnée près du dispositif d'assurage. Ici aussi, la main de freinage enserre constamment la corde de freinage et ne dépasse jamais la ligne du dispositif.

Grigri

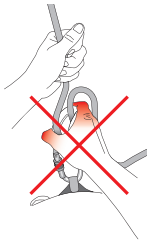
La « méthode Gaswerk » répond à toutes les exigences de sécurité, car lors d'une chute, le Grigri est immédiatement arraché de la main. Il peut ensuite se bloquer, et il suffit alors de tenir la corde de freinage avec la main de freinage.

1 Tenir la corde de freinage à trois doigts.
2 Placer l'index en appui sur le Grigri.
3 Appuyer le pouce sur la came afin de suspendre temporairement le mécanisme de blocage.
4 Tirer la corde avec la main de guidage.



Conseil pour les gauchers : cette méthode fonctionne également bien avec une main de freinage à gauche. On place alors l'index sur la base du levier de déblocage.

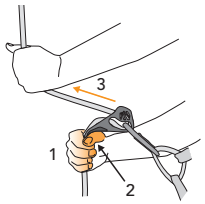
Il est dangereux de prendre le Grigri à pleine main. Cette mauvaise manipulation est à l'origine de nombreuses chutes au sol : lorsqu'on sursaute, on serre instinctivement sa main, annihilant en même temps tout l'effet de freinage.



Dispositifs à bec

Presque tous les tubes assistés appartiennent à cette catégorie, à l'exception du Click Up.

1 Enserrer la corde de freinage avec la main de freinage.
2 Avec le pouce de la main de freinage, pousser le bec du dispositif d'assurage vers l'avant.
3 Tirer la corde avec la main de guidage.



Il n'existe aucune méthode spécifique au Click Up pour donner du mou rapidement. Il convient alors de faire un tunnel, comme avec le Revo, les tubes normaux et le demi-nœud d'amarre.