Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer

K. Winkler / H.-P. Brehm / J. Haltmeier

Sports de montagne d'été

Technique / Tactique / Sécurité

Formation

4e édition

Chef de projet CAS : Bruno Hasler
Traduit de l'allemand par
Valérie et Yannick Bischoff, facesud

En collaboration avec :

IG Klettern Kletteranlagen Murs d'escalade delle palestre d'arrampicata

WEBERVERLAG.CH

Impressum

Toutes les indications présentées dans ce livre ont été rédigées en toute âme et conscience par les auteurs et soigneusement vérifiées par eux et les Editions. Des erreurs de contenu ne peuvent toutefois pas être exclues. Toutes les informations sont donc fournies sans garantie. Ni les auteurs ni les Editions n'assument la responsabilité d'éventuelles inexactitudes.

Tous les droits sont réservés, y compris ceux relatifs à la reproduction partielle et à la diffusion par voie électronique.

© 2022 Weber Verlag AG, CH-3645 Thun/Gwatt
4e édition complètement revue

Weber Verlag AG
Conception couverture : Bettina Ogi, Shana Hirschi
Composition : Cornelia Kälin (Weber Verlag AG) et Jordi AG

Extraits des cartes : Bundesamt für Landestopografie swisstopo
Illustrations : villard.biz, Münchenbuchsee
Photo couverture : Eveline JeanRichard

La maison d'édition Weber est soutenue par l'Office Fédéral pour la culture par une contribution structurelle pour les années 2021–2024.

ISBN 978-3-85902-463-2

www.weberverlag.ch

myclimate neutral Drucksache

Clause de non-responsabilité

L'alpinisme est dangereux et peut provoquer des blessures voire la mort. Les indications de ce manuel sont soumises à de grands changements avec le temps. Ce manuel a pour but de décrire autant que possible les risques liés à la pratique de l'alpinisme sans pour autant en protéger le lecteur. Il ne libère donc d'aucune manière l'utilisateur de sa responsabilité personnelle. L'apprentissage des techniques essentielles sous surveillance professionnelle ainsi que le respect de toutes les indications des fabricants d'articles de sport de montagne restent nécessaires.

Les auteurs déclinent toute responsabilité concernant la mise à jour, l'exactitude, l'exhaustivité ou la qualité des informations mises à disposition dans ce manuel. Les auteurs ne sauraient être tenus responsables des dommages matériels ou immatériels pouvant résulter de l'utilisation ou de la non-utilisation des informations présentées, ou de l'utilisation d'informations erronées et incomplètes dans la mesure où il n'existe de leur part aucune faute prouvée, intentionnelle ou témoignant d'une grave négligence.

Les auteurs se réservent le droit de modifier, de compléter ou de supprimer certaines parties du manuel sans préavis.

Si, dans ce manuel, il est fait référence à d'autres ouvrages, à des sites Internet (« liens ») ou à des apps, les auteurs déclinent toute responsabilité quant à leur contenu.

Table des matières

Avant-propos 8

Introduction 10

Connaissances de base 13
- Nature et environnement 14
- Météo 30
- Orientation 42
- Dangers en montagne 54

Equipement 67
- Vêtements 68
- Equipement technique 71
- Equipement de premier secours 81

Planifier & décider 83
- Préparation de la course 84
- Prise de décision 98

Alpinisme en groupe 109
- Guider un groupe 110
- Les groupes en montagne 112
- Alpinisme avec des enfants 116

Randonnées et randonnées alpines 119

Via ferrata 127

Bloc 135

Mieux grimper 139
- Différents aspects de l'escalade 140
- Techniques d'escalade 147

Corde, noeuds et dispositifs d'assurage 165
- Cordes 166
- Nœuds 174
- Encordement 180
- Dispositifs d'assurage 187

Escalade 193
- Salle d'escalade 194
- Ecole d'escalade 208
- Ancrages dans le rocher 222
- Voies de plusieurs longueurs 228
- Descente en rappel 242

Courses de haute montagne 253
- Techniques en neige et en glace 254
- Ancrages en neige et en glace 261
- Courses sur glacier 266
- Assurage en alpinisme 269
- Tactique pour les courses de haute montagne 284

Secours 291
- Premiers secours 292
- Bivouac 301
- Evacuation 302
- Sauvetage en rocher 303
- Sauvetage en crevasse 312
- Secours organisé 323

Annexes 325
- Littérature 326
- Index des illustrations 329
- Listes de contrôle 330
- Liens, apps et numéros de téléphone 332
- Mots clés 335
- Auteurs 338