



SAE
Saison 2018/2019
code sortie : 19-SAE03

Organisateurs : Michel Clerget, Laurent Mouly, An Tran
Contact : Voir rubrique "kifaikoi" sur le site web

Mur Ladoumègue - lundi 17h30 - 22h30*
Du lundi 3 septembre 2018 au lundi 1er juillet 2019
Centre sportif Jules Ladoumègue : 37 rue des Petits Ponts, 75019 Paris
(Tramway T3 Delphine Serig, ou RER E gare de Pantin)

Valable pour tous les créneaux du CAF à ce mur L'accès au mur Ladoumègue nécessite d'être à jour de sa cotisation 2017/2018 et de s'inscrire sur le site internet rubrique mur. Une participation annuelle de 35 € est demandée pour grimper, sur tous les créneaux du mur.

Niveau : 5b/c Les inscrits à ce créneau doivent être autonomes. (Voir ci dessous).

Nombre de places (organisateur compris) : 20

Encadrement et sécurité Des bénévoles référents assurent le bon fonctionnement et la sécurité des séances, facilitez-leur la tâche. Les référents pourront vous faire des remarques sur votre façon de grimper et d'assurer. Ils pourront exclure du groupe toute personne en cas de conduite dangereuse.

Horaires Le début de la séance est conditionné par la présence d'un référent. Les horaires s'entendent par entrée et sortie des heures indiquées. Le temps passé dans le vestiaire est contenu dans la durée du créneau. ***Le créneau du CAF est étendu à partir de 20h jusqu'à 22h30 sur invitation de CIMES19 (club titulaire du créneau 20h-22h30). Les grimpeurs (au nombre maximal de 25) seront autorisés à grimper sur ce créneau sous réserve de la présence d'un référent CIMES19.**

La séance est conditionnée par la présence d'un référent. Nous vous invitons à consulter le tableau des référents, depuis le site et à vous inscrire.

Critères d'autonomie, retenus dans le livret d'escalade de la FFCAM (en cours de réédition)

Partie 1 (une autonomie en moulinette)

- connaître son matériel
- savoir mettre un baudrier
- savoir s'encorder
- vérifier le matériel et/ou le noeud de son partenaire,
- gérer la corde et le frein d'assurage et savoir adapter la tension de la corde en fonction de l'aisance du grimpeur et du risque de vol,
- pouvoir stopper le grimpeur lors de sa descente

Partie 2 (autonomie en tête)

- savoir lover une corde
- savoir parer le grimpeur avant la première dégainé
- savoir ce qu'est le couloir de chute et se positionner en conséquence
- anticiper le moment où le grimpeur en tête aura besoin de corde pour la mousquetonner dans la dégainé
- savoir grimper en tête en faisant des pauses
- savoir adapter son assurage en fonction des besoins du grimpeur
- mousquetonner les dégaines dans le bon sens
- ne pas mousquetonner à bout de bras
- pouvoir faire des vols de faible hauteur.

Partie 3 (autonomie en tête confirmée).

- connaître les composantes de la chaîne d'assurage
- savoir intervenir en cas de mauvaise manipulation d'une tierce personne
- connaître les compétences de son partenaire
- savoir assurer de manière autonome
- savoir donner ou reprendre de la corde rapidement
- savoir assurer de manière dynamique
- savoir se placer en fonction de la situation du grimpeur
- savoir anticiper une chute
- savoir lire les premier mètres de la voie et anticiper les mouvement à faire.

Ces derniers points relèvent plus spécifiquement de l'escalade en SNE

- savoir disposer les dégaines sur le baudrier
- savoir les récupérer à la descente
- savoir installer une moulinette
- atteindre le sommet d'une voie sans s'arrêter
- connaître son niveau potentiel après travail