

## Fiche technique

### 20-EF01 - Grimpe à Kalymnos

Dimanche 20 octobre 2019 - Vendredi 25 octobre 2019 / 6 jours

#### ENCADRANTS

Anne-Claire Cunin, Charles Van Der Elst

voir la rubrique [KiFaiKoi](#) du site web du Club.



#### PROGRAMME

Allons passer une semaine à grimper sur l'île des pêcheurs d'éponges !

Le samedi 19 octobre, nous prendrons un avion de Paris pour atteindre l'île de Kos, de là un taxi nous amènera au port puis un bateau nous permettra d'atteindre l'île de Kalymnos à 12 km au nord.

Nous louerons des scooters à Kalymnos pour nos déplacements dans l'île.

Il ne restera alors plus qu'à profiter de 6 jours complets pour grimper sur les désormais mythiques falaises de Kalymnos, profiter de baignades en fin de journée et de la gastronomie local.

Nous logerons dans des appartements de l'hôtel Sunset Studios Aeolos où 5 chambres de deux personnes avec kitchenettes et terrasses ont été réservées.

Le retour se fera le Samedi 26 octobre.

**Lieu :** Île de Kalymnos, archipel du Dodécanèse, Grèce

**Niveau technique :** 6a en tête

#### **Cette sortie nécessite l'accord de l'organisateur**

Vous devrez avoir reçu l'accord de l'organisateur pour être inscrit, y compris pour la liste d'attente. Procédez de préférence par demande d'accord en ligne lors du processus d'inscription.

#### **Expérience requise :** Sortie autonome

Savoir assurer un grimpeur en tête (assurage dynamique), réaliser les manipulations de relais (faire la manœuvre de désencordement/réencordement au relais).

Si escalade en grande voie : assurage d'un second depuis un relais), poser et tirer un rappel.

**NOMBRE DE PARTICIPANTS : 10** (8 + 2 encadrants)

**TRANSPORT** : Avion + Taxi + Bateau + Scooter (*voir détail plus bas*)

**HEBERGEMENT** : Appart hôtel

## ORGANISATION

**Préparation** : Les encadrants contacteront les participants avant le départ pour faire le point sur le matériel.

### Transport

Chaque participant devra se charger, **au plus vite et dès la validation de son inscription**, de la réservation de son billet d'avion. Il est recommandé de prendre le vol suivant :

### Billet d'avion à réserver :

Compagnie : Transavia

Samedi 19 octobre	Samedi 26 octobre
Paris (Orly) → Kos	Kos → Paris (Orly)
Numéro de vol : TO3570	Numéro de vol : TO3571
Date de départ : 19-10-2019	Date de départ : 26-10-2019
Départ Paris (Orly) : 8:15	Départ Kos : 13:30
Arrivée Kos : 12:45	Arrivée Paris (Orly): 16:15

**Frais d'inscription** : 138 € incluant les frais administratifs et 110€ pour l'hébergement

LES FRAIS D'INSCRIPTION N'INCLUS PAS :

- Le transport (billet d'avion, taxi, bateau)
- la location de scooters sur place
- les repas et boissons : petits déjeuners, pique-niques sur le site et dîners pris au restaurant

**Frais à régler sur place (ou avant le départ)** : billet d'avion, taxi, bateau, scooters et frais de bouche

**Modalités d'inscription et conditions d'annulation** : à consultez sur cette [page](#).

**Assurance annulation** : facultative, voir le détail dans le processus d'inscription.

**NOTE** : L'encadrement et l'organisation se réservent le droit de modifier ce programme, notamment si la météo ou la fréquentation des sites l'exigent.

### IMPORTANT

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre la participation d'un stagiaire, si son niveau technique ou sa forme physique ne correspond pas à celui requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

## MATERIEL NECESSAIRE

### Technique obligatoire :

- une paire de chaussons d'escalade,
- un baudrier (modèle d'escalade de préférence réglable),
- un casque,
- 3 mousquetons à vis, 1 longe, 1 anneau de sangle 120cm (de préférence en dyneema),
- un système d'assurance (type reverso de Petzl ou équivalent), sinon de type tube (huit proscrit),
- un anneau de cordelette 6 ou 7 mm (environ 1m50) avec nœud de pêcheur double pour confectionner des

autobloquants.

**Technique à organiser avant le départ** : dégaines, cordes à simple

**Vêtements / Matériel divers :**

**Pour se protéger du soleil** : crème solaire, lunettes de soleil, chapeau...

**Pour se protéger de la pluie** : veste coupe-vent et imperméable type Gore-Tex.

**Pour se protéger du potentiel pas chaud !** : gants, bonnet, sous vêtement technique, polaire, pantalon.

**Une tenue légère** (il peut aussi faire chaud !) : Maillot de bain, short, Tshirt...

**Une bonne paire de chaussures de marche** pour accéder aux sites.

**Un petit sac-à-dos** (30 L environ).

**Trousse à pharmacie personnelle** : soin petites blessures, vos médicaments habituels, comprimés contre les maux de tête, ...

Trousse de toilette, serviette de toilette, draps pour le gîte.

Une lampe frontale.

**Coté alimentation :**

- Petit déjeuner à se préparer dans nos chambres (kitchenettes), prévoir de quoi faire son café pour les inconditionnels de l'expresso, déjeunés "sortie du sac" (à se préparer au jour le jour), repas du soirs au restaurant.

⇒ **Carte CAF 2020, carte vitale européenne, carte d'identité**, espèces et/ou CB pour l'hébergement, les repas et les dépenses personnelles.

## RECOMMANDATIONS GENERALES AUX PARTICIPANTS

- Etre à jour de cotisation donc assuré et avoir sa carte sur soi.
- Pratiquer un entraînement à la mesure de ses ambitions.
- Vérifier régulièrement ses capacités techniques.
- Participer dans ce sens à des formations progressives.
- Avoir un équipement adapté et en bon état.
- Respecter les décisions prises par le responsable désigné du groupe.
- Etre curieux et attentif à l'environnement.

## RECOMMANDATIONS SPECIFIQUES A L'ESCALADE SUR SITES NATURELS D'UNE OU PLUSIEURS LONGUEURS EQUIPEES :

De manière générale, une consigne qui s'applique dans toutes les situations :

**Ne jamais entreprendre une manip, si l'on n'est pas absolument sûr de ce que l'on fait !**

Ayez toujours à l'esprit qu'un site naturel d'escalade, même déclaré " SPORTIF ", présente des risques, des dangers. Abordez-le avec circonspection.

Avant de grimper, il est toujours très riche d'enseignement de faire le tour du site en l'observant attentivement.

**Attention** : En général les sites aux voies de plusieurs longueurs dites « équipées » n'ont pas la densité d'équipement de ceux déclarés « sportifs » ! Prévoir le matériel en conséquence et une préparation physique et mentale adéquate.

En effet, certaines différences les distinguent :

1. L'espacement entre les ancrages est plus important !!
2. Les relais en paroi ou en sortie de voie peuvent être de conception très différente.
3. De plus, il est nécessaire de préciser que le rocher offre une richesse de prises importante aux formes variées, qu'elles peuvent être cachées, inutiles ou inutilisables ! Que la voie peut avoir une trajectoire complexe peu évidente, définissant une lecture fine, subtile parfois incertaine.

### RECOMMANDATIONS A LA PRATIQUE DE L'ESCALADE EN FALAISE :

1. Prévoyez un peu de matériel en plus.
2. Il est recommandé de ne porter ni alliance ni bague.
3. En tête, maîtrisez les différentes techniques pour installer :
  - Une moulinette sans rompre la chaîne d'assurage,
  - Un rappel et assurer sa descente assurée.
4. Ne sautez aucun point de mousquetonnage.
5. Utilisez des dégaines courtes (11cm) pour les premiers ancrages.
6. Assurez-vous que votre corde soit adaptée :
  - Pour une voie d'une longueur : la longueur de la corde doit être au moins égale à 2 fois la longueur développée de la voie. Penser à faire un nœud en bout de corde.
  - Pour une voie de plusieurs longueurs : la longueur de la corde doit permettre de grimper dans la longueur la plus longue et d'effectuer le rappel le plus long (en général, une corde de deux fois 50 m est recommandée, parfois une de deux fois 60m, lisez bien les topes).
7. Pour le rappel, faites attention aux cheveux longs !
8. Ne moulinez JAMAIS sur une sangle, une cordelette, un anneau de corde, ou directement dans une plaquette.
9. Même si le site est très bien équipé, en tête, sachez évaluer le risque que vous prenez si la voie est " limite " ou un peu au-dessus de votre niveau. Pensez au rebord de toit, à la vire, au retour au sol, à la technicité et capacité d'assurage de votre partenaire.
10. Sachez faire la distinction entre " L'ENGAGEMENT " et " L'EXPOSITION " d'une voie ou d'un passage. L'exposition sous-entend qu'en cas de chute les conséquences peuvent être graves.
11. L'environnement naturel est beau, attirant, captivant, goûtez-le tout en restant attentif et vigilant dans vos assurances et toutes vos manœuvres de corde. Contrôlez toutes vos installations avant d'engager une nouvelle action.
12. Apprenez quelques techniques de réchappe. Les sites « sportifs » ou non, les « voies équipées de plusieurs longueurs », peuvent être équipées de plaquettes du type " cœur " ou des broches dont l'œil est de petit diamètre. Ayez toujours avec vous un « maillon rapide » pour éventuellement pouvoir gérer une réchappe.
13. Pour les sites de plus d'une longueur, apprenez à gérer correctement un relais :
  - Cordée de 2 même leader / Cordée de 2 réversible / Cordée de 3

Assurez-vous que tous vos coéquipiers coéquipières savent gérer un relais et la descente en rappel ainsi que l'enchaînement de rappel sur sites de plusieurs longueurs.

14. Dans certaines voies, il peut arriver que le rocher soit fragile. Dans ce cas, faites très attention pour vous et votre assureur. Grimper doucement et ne vous ruez pas sur les prises sans savoir si elles tiennent.

15. Le port du casque est recommandé pour les adultes et obligatoire pour les mineurs.

16. Achetez le TOPO, le produit de sa vente contribue à l'entretien et à l'aménagement du site, de plus il contient des informations et des renseignements utiles.

17. Lorsque l'on s'apprête à réaliser une voie de plusieurs longueurs, il est conseillé de prendre des renseignements auprès d'une personne qui connaît la voie.

18. La nature vous offre le charme et les beautés d'un site d'escalade et son environnement, vous êtes l'intrus, soyez discret, respectez la faune et la flore, l'équilibre de tout l'écosystème et remportez vos déchets.

19. Après votre passage dans une voie, lors de la descente, ayez le réflexe de broser le surplus de magnésie qui peut apparaître sur certaines prises.

20. Pensez à emporter une trousse de premiers secours, vérifiée et actualisée.

21. Informez-vous sur les différents moyens de contacter les secours. Il est vivement recommandé de posséder un téléphone portable.

22. Pensez à prendre de l'eau et de la nourriture en conséquence. N'oubliez pas de prendre les vêtements adéquats au site et à l'ampleur de la voie.