



Avoir une bonne communication en paroi est primordial car avec l'éloignement de votre binôme de cordée, les paroles se perdent et alors comment être sûr de bien comprendre les besoins du grimpeur.

Qui est qui ?

Le grimpeur : c'est lui qui escalade la paroi.

L'assureur : c'est lui qui assure la sécurité du grimpeur, il doit être très vigilant.

Le double-assureur est là uniquement en cas de défaillance de l'assureur. Il se contente de tenir la corde. C'est une double sécurité.

Avant de grimper :

Avoir une tenue sportive avec des chaussures de sport « style baskets assez fines », **bien serrer son casque et son baudrier**. Que l'on soit assureur ou grimpeur, **toujours garder le casque** (car des chutes de pierre peuvent arriver à tous moments) ainsi que le baudrier .

Chacun vérifie son propre équipement et l'équipement de l'autre : **celui qui grimpe contrôle aussi l'assurage et celui qui assure contrôle aussi le nœud du grimpeur**. Ces 2 points sont à vérifier entre chaque « grimpe ».

Sur la paroi : rester toujours calme et concentré, ne jamais marcher sur les cordes .

Matériel de base



Nœud de 8



Double nœud de 8



Descendeur en 8



Mousqueton



Les 2 avec la corde



Le descendeur en 8 peut être remplacé par un Grigri



La dégaine, accrochée au mur elle permet de passer la corde pour assurer le grimpeur.



Le baudrier sert au grimpeur et à l'assureur, c'est grâce à lui qu'ils sont reliés à la corde.

2 manières de grimper

Grimper en moulinette : C'est plus facile. La corde est fixée en haut du mur et on n'a pas à s'en occuper. Elle est donc au-dessus du grimpeur. **C'est ce qui est proposé en « découverte ».**

Grimper en tête : Plus difficile, car le grimpeur doit accrocher sa corde sur les dégaines au fur et à mesure de sa progression mais c'est le moniteur ou un grimpeur aguerri qui le fera.

Le code des grimpeurs

Quelques mots utilisés par tous les grimpeurs à **mémoriser et à utiliser** afin de bien se comprendre :

J'ai besoin de :

- Plus de corde, je crie : **« Mou »**. L'assureur va donner du mou et lâcher un peu la corde.
- Moins de corde (par exemple quand je me sens faiblir) je crie **« Sec »**. L'assureur va tendre la corde au maximum.
- Je vais faire descendre une corde du mur, je préviens mes camarades pour qu'ils s'écartent et ne la reçoivent pas sur la tête. Je crie **« Corde »**
- Je veux m'arrêter parce que je ne trouve pas de prises, je crie **« Bloque »**
- Je veux repartir, je crie **« Reparti »**
- Je veux prévenir d'une chute de pierre, je crie **« Caillou »**