

# ASPTT GAP

## Formation Technique de Corde de montagne - 12 avril 2024

Activité : Formation aux techniques de corde mises en œuvre en montagne

Participants : Marc, Philippe, Jean, Sylvain

Lieu : site d'escalade du Sauze du Lac

Conditions météorologiques : beau temps ensoleillé

Conditions nivologiques : neige sur les crêtes

Carte : IGN TOP25 numéro 3438ET Embrun / Serre Ponçon

Départ/Retour (parking) : 9h30/16h



### Les ateliers réalisés :

Réaliser un « baudrier de fortune » et s'encorder en bout de corde

S'équiper du baudrier, puis s'encorder en bout de corde

Réaliser les nœuds d'encordement, d'auto-assurance (vérifier l'autoblocage, le déblocage sous tension, le libre déplacement en sens opposé), d'assurance (vérifier le libre déplacement dans les deux sens, le blocage, puis, réaliser son blocage avec un nœud de mule)

Utiliser une main courante avec une longe et une auto-assurance

S'encorder à deux avec anneaux de buste, et assurance en mouvement très court

S'encorder à trois, et assurance en mouvement corde tendue avec points d'assurance intermédiaires

S'encorder à deux avec des anneaux de buste, puis se libérer de la tension de la corde en la reportant sur un point d'encrage

Réaliser une cordée à deux, grimper une longueur puis réaliser une descente en rappel auto-assuré et contre-assuré