

# ASPTT GAP

## Formation « Techniques de Corde » Site d'escalade du Sauze du Lac - 19 novembre 2017

Activité : Formation « Techniques de Corde » mises en œuvre en montagne

Participants : Nicole, Jean-François, Claire, Sarah, Elodie, Géraldine, Jean

Lieu : Site d'escalade du Sauze du Lac

Carte :

Conditions météorologiques : temps froid (-4° au parking), ciel nuageux à l'est qui se dégage rapidement, puis soleil, et grand ciel bleu toute la journée

Conditions nivologiques :

Altitude de départ/arrivée/dénivelé cumulé :

Heure Départ / Retour (voiture) : 9h / 15h

Du fait des basses températures observées à Gap, il est décidé de se rendre sur le site du Sauze du Lac, plutôt que d'aller dans le Champsaur.



### Les techniques travaillées :

Les cordes : d'assurance, de sécurité

Les nœuds : d'encordement, d'assurage, d'autoassurance, de blocage

Le baudrier, le baudrier de fortune

S'encorder : en bout de corde, au milieu

Utiliser une main courante, réaliser une main courante

Assurer un second de cordée

Mise en œuvre d'une partie de ces techniques : une escalade assurée, suivie d'une descente en rappel auto-assurée et contre-assurée

Lover la corde, réaliser des anneaux de buste

Panorama depuis le site :

Vue sur la branche Ubayes du Lac de Savines



Récit :

Ce dimanche 19 novembre, sortie formation sur les techniques de cordes nécessaire en montagne.

Départ au "petit matin frisquet" vers le Sauze du Lac sur un site d'escalade bien orienté au soleil ...

L'apprentissage pour certains, révisions pour d'autres, des cordes et nœuds débute au pied du rocher.

D'abord le baudrier ou la sangle pour le remplacer; nœud de 8 pour encordement, de pêcheur pour nouer une corde, le demi cabestan ( associé au nœud de mule) et le machard tressé comme auto bloquants .

Formation d'une main courante .

Puis après un rapide repas ( mais au soleil avec une super vue sur le lac et au calme !) mise en pratique, Jean installe 2 cordes... On grimpe avec l'une en étant assuré , changement de corde et descente en rappel ...

Ah j'oubliais : S E C U R I T E :

Le casque, vérification des nœuds par les co-équipiers, visser le mousquetons ( à vis) ....

L'heure de rentrer arrive d'autant que les grimpeurs arrivent en famille, il faut bien leur laisser un peu de place !!