



*L'esprit Club Alpin*

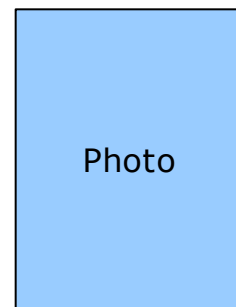
## **Créneaux Libre Escalade**



## **Dossier d'inscription**

**Saison 2016 / 2017**

# FICHE D'INSCRIPTION



Nom:	
Prénom :	
Date de naissance :	
Adresse :	
@	
☎:	Fixe : __ / __ / __ / __ / __ Portable : __ / __ / __ / __ / __
N° Carte CAF	

## Personnes à contacter :

Nom / Prénom :	
☎ (*)	

Nom / Prénom:	
☎ (*)	

(\*) si différent de ci-dessus

# ATTESTATION

La pratique de l'escalade peut présenter des risques si les règles de sécurité, ne sont pas respectées. Les créneaux libres sont accessibles aux personnes autonomes en escalade sur SAE (Structure Artificielle d'Escalade), et disposant de leur matériel personnel. La pratique se fait sous l'entière responsabilité du grimpeur, sans encadrement ni surveillance. Le CAF Grésivaudan dégage toute responsabilité en cas d'accident.

Le libre accès aux installations du mur est donc subordonné à la maîtrise des techniques de base de sécurité et d'assurage en escalade. En conséquence, j'atteste des points suivants :

- **Préparation**
  - Je vérifie la mise en place des tapis
- **Equipement**
  - Je mets et j'ajuste mon baudrier correctement
  - Je m'encorde avec un nœud en huit et je sais le vérifier
  - Je vérifie la présence du nœud en bout de corde
  - Je sais installer mon frein d'assurage
- **Assurage - Moulinette**
  - Je vérifie et fais vérifier mon nœud et l'installation du frein d'assurage
  - Je sais réaliser l'assurage en 5 temps
  - Je fais descendre mon partenaire en moulinette, avec une vitesse modérée et contrôlée
- **Assurage - Tête**
  - Je pare mon partenaire avant le mousquetonnage du premier point
  - Je suis attentif à l'évolution de mon partenaire et j'anticipe les mousquetonnages
  - Je sais enrayer une chute de façon dynamique
- **Grimpe**
  - Je sais utiliser les dégaines et installer la corde correctement
  - Je mousquetonne tous les points d'assurance
  - Je sais installer la corde en haut de la voie
  - Je ravale la corde si je n'ai pas réussi à l'installer en moulinette
  - Je sais poser une corde en moulinette
  - Je sais lover une corde et la ranger au bon endroit
  - Je connais la durée de vie de mon matériel (baudrier, système d'assurage, corde, longe...)

A .....

Le .....

Signature