



SÉCURITÉ ATELIERS CORDES

1 - Être calme et concentré

2 - Vérifier son espace de pratique
(Corde, Tapis, Espace de pratique);

3 - Équiper la cordée et s'encorder
(Baudriers, Encordement avec noeud en 8 compacté et
noeud d'arrêt, noeud en bout de corde);

4 - Avaler le mou de la corde et la mettre en
place dans le système d'assurage;

5 - Réaliser le **CO-CONTROLE** où chacun des
membres de la cordée vérifie chacun des
éléments de sécurité;

6 - Vérification du CO-CONTRÔLE par
l'enseignant pour obtenir le « feu vert »

9 - Deuxième nœud de sécurité à mi-voie (optionnel)

8 - Nœud de sécurité (contrôlé par l'enseignant) au
plus près du système d'assurage au moment où le
grimpeur franchit la ligne des 3 mètres avec les
noeuds

7 - Réaliser un test de chute *avant la
ligne des 3 mètres* à chaque début de séance;