

## INCONTOURNABLES

⇒ Il n'existe qu'une méthode de descente appelée ici méthode de « la pompe à vélo ».

⇒ **Le contre assureur est obligatoire** tant que le niveau de maîtrise de l'assureur n°1 n'est pas très satisfaisant (plus d'erreur, permis d'assurer...).

1. L'assurage de la descente se fait avec les deux mains de **l'assureur n°1** sur la corde de vie.
2. L'assurage de la descente se fait avec les deux mains du **contre assureur** sur la corde de vie.
3. Communication obligatoire : (Exemple)
  - a. **En haut (ou pas)** = Le grimpeur demande « sec ! » avec le prénom de son assureur
  - b. l'assureur n°1 réalise un (ou plus) dernier mouvement d'assurage pour tendre au maximum la corde et annonce : « OK sec ! Mets-toi en position ! » avec le prénom de son grimpeur
  - c. Le grimpeur se met en position.
  - d. La descente peut débuter si : l'assureur voit son grimpeur en position, le sent en tension dans son baudrier.
  - e. La descente avec la technique dite « pompe à vélo » : Les 2 mains sont en contact avec la corde de vie, on fait coulisser la corde d'une main à l'autre alternativement sans faire glisser la corde dans les mains. .
4. La dépose au sol est lente et douce et surtout on doit éviter toute arrivée brutale. On peut compléter cette arrivée par une communication simple.

## Fiche Pratique : L'assurage de la descente.

### POURQUOI ?

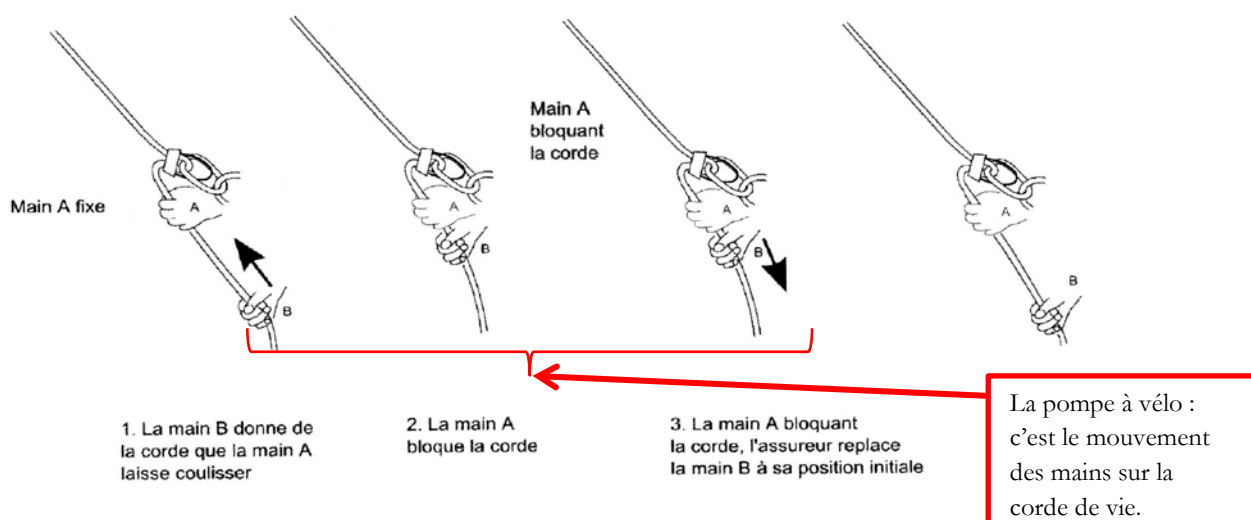
Il y a en permanence deux + deux mains sur la corde de vie.

La communication doit permettre une entente nette et claire pour éviter les erreurs.

Le prénom est associé à cette communication pour la rendre encore plus claire.

Le contre assureur doit continuer d'assurer son rôle pour sécuriser l'ensemble. Il est vigilant et prévient l'enseignant de tout problème.

### COMMENT ?



Le système Assureur / Contre assureur est en place comme pour la montée. Ce sont les mêmes repères.

La communication est simple et claire :

« SEC ! » : Tends la corde, je veux lâcher prise, ou je suis arrivé.

« PRET POUR LA DESCENTE » ou « METS-TOI EN POSITION ! »

### ERREURS A EVITER

Déposer son grimpeur au sol trop brutalement.

Faire glisser la corde dans ses mains en freinant

Faire passer une main, l'une après l'autre pour donner de la corde. (Une main lâche la corde alternativement)

## ET EVIDEMMENT ...



Source FFME