

BONNES PRATIQUES

Sécurité et gestion responsable

Recommandations pour les pratiquants

Objet et champ d'application

Le présent document propose un ensemble de bonnes pratiques non contraignantes destinées à renforcer la sécurité individuelle des grimpeurs lors de la pratique en structures artificielles d'escalade (SAE) et en sites naturels d'escalade (SNE).

Ces recommandations vont au-delà des exigences légales et réglementaires en vigueur. Elles s'adressent à tout pratiquant, quel que soit son niveau, et peuvent être adaptées librement.

L'escalade comporte des risques inhérents : la sécurité absolue ne peut jamais être garantie, même dans un cadre conforme aux meilleures pratiques. Chaque grimpeur est co-responsable de sa sécurité et de celle de son partenaire.

1. PARTNER CHECK (contrôle croisé)

Avant chaque départ, le grimpeur et l'assureur effectuent une vérification mutuelle de leurs équipements, de la corde et de leurs nœuds, dans l'ordre suivant :

- Sur le grimpeur :
 - Vérification visuelle du bon port du baudrier, porté par dessus les vêtements, boucle de la ceinture du baudrier ajusté au dessus des hanches, sangle de serrage doublée, sangles de cuisses non vrillées.
 - Vérification visuelle du nœud de huit repassé, serré contre le pontet, prévoir un brin libre d'au moins 10 cm et réaliser un nœud d'arrêt en fin de corde.
- La corde :
 - Vérification que le grimpeur et l'assureur sont attachés à la même corde
 - Vérification que la corde n'est pas emmêlée au niveau du relais (moulinette), libre de tout nœud et obstacle (moulinette et tête)
 - Vérification du nœud d'arrêt à l'extrémité de la corde à 40 cm avant l'extrémité de la corde
- Sur l'assureur :
 - Vérification du sens de passage de la corde dans le dispositif d'assurage, dans la rainure dédiée et de sa fermeture effective
 - Vérification du passage du mousqueton équipé d'un système de fermeture sécurisé dans l'ensemble des points de sécurité du dispositif d'assurage et dans le pontet, et de la fermeture effective du mousqueton

En cas de doute sur un élément, ne pas démarrer et demander vérification à un tiers.

2. ASSURAGE

2.2 Technique d'assurage

- Porter des chaussures fermées pendant l'assurage.
- Parer le grimpeur avant le premier mousquetonnage, sans corde entre les mains.
- Adapter sa position en fonction de la progression du grimpeur, sans lui tourner le dos.
- Se positionner dans la zone de réception, proche de la paroi.

- Utiliser un dispositif d'assurance maîtrisé, en privilégiant un modèle à freinage assisté.
- Maintenir la main de frein sur la corde en permanence, en position basse et proche du corps, poing fermé et pouce au-dessus de l'index.
- Avaler le mou de manière régulière et fluide ; éviter un mou excessif. Limiter le mou sur les premiers points d'ancrage afin de réduire le risque de retour au sol, lors de l'escalade en tête.
- Anticiper les zones de la voie où une chute est possible avant de s'engager dans un mouvement difficile.
- Assurer de manière dynamique, indépendamment de la différence de poids.
- En fin de voie :
 - Le grimpeur donne le signal pour se laisser descendre
 - L'assureur s'assure que le marquage du milieu de corde n'est déjà passé par le dispositif d'assurance avant de débiter la descente du grimpeur, lors de l'escalade en tête
 - Descendre le grimpeur de manière contrôlée et régulière, sans à-coups

2.3 Systèmes d'auto-assurance

- Vérifier le verrouillage effectif du mousqueton autour des points d'encordement (pontets doubles) avant de démarrer.
- Tirer sur la sangle ou le câble pour vérifier la tension et la rétraction du système.
- Réaliser un test de suspension pour vérifier le bon fonctionnement du système lors de la première montée.
- Ne pas utiliser le système et signaler toute défaillance au personnel en cas de doute sur le fonctionnement (rétraction lente, bruit anormal).

2.4 Différence de poids

- En moulinette, le grimpeur peut peser jusqu'à 50% de plus que l'assureur.
- En tête, le grimpeur peut peser jusqu'à 30% de plus que l'assureur.

Au-delà, des mesures d'augmentation de la friction ou de lest doivent être prises pour garantir la sécurité des pratiquants.

2.5 Communication

- Convenir des consignes de communication avant le départ afin de codifier les échanges (sec, mou, relais, etc.) : les séquences des signaux doivent être convenus par cordée.
- Maintenir un contact visuel permanent avec le grimpeur si le grimpeur ou l'assureur ne peut pas entendre son partenaire. Établir des signaux visuels en complément si nécessaire.

3. BLOC

- Observer la zone de réception avant de démarrer l'escalade d'un bloc : pas d'obstacles, pas de personne sur la trajectoire de chute.
- Pratiquer la parade, notamment en début d'escalade et sur les mouvements exposés.
- Privilégier une descente contrôlée, comme la désescalade.
- Repérer l'itinéraire de descente avant de s'engager dans un bloc en SNE.

4. MATÉRIEL

- Marquer le milieu de la corde. Refaire le marquage en cas d'extrémité de corde coupée.
- Utiliser uniquement du matériel conçu pour l'escalade, en respectant les notices du fabricant.
- Inspecter visuellement son matériel avant chaque utilisation : état de la gaine de la corde, coutures du baudrier, bon fonctionnement du mousqueton (ressort, verrouillage), état du dispositif d'assurage. Mettre au rebut tout équipement présentant un défaut.
- Respecter la durée de vie indiquée par le fabricant, même si le matériel paraît en bon état.
- Signaler toute anomalie sur le matériel de la salle au personnel.
- Stocker le matériel à l'abri de la lumière directe, de l'humidité, des changements de température et des produits chimiques.

5. COMPORTEMENT GÉNÉRAL

- Ne pas utiliser de téléphones et écouteurs pendant l'assurage.
- Retirer ses bijoux, vider ses poches.
- Attacher les cheveux longs notamment pour éviter qu'ils se prennent dans le dispositif d'assurage.
- Ne pas stationner, ni poser d'objets sur les tapis de réception.
- Ne pas grimper sur une voie qui croise ou longe une voie déjà occupée.
- Signaler tout comportement dangereux à un autre grimpeur ou au personnel.

6. PRATIQUE EN SNE

- Contrôler visuellement les relais et points d'ancrage avant engagement (rouille, desserrage, déformation, etc.).
- Ne pas grimper sur rocher humide, instable ou présentant des signes de fragilité (écailles, fissures actives).
- Vérifier le matériel individuel et collectif avant chaque sortie.
- Porter son casque (chutes de pierres, chocs contre la paroi).
- Respecter l'environnement, notamment en ramenant ses déchets, en retirant la magnésie avec une brosse adaptée.
- Ne pas stationner au pied d'une voie occupée par un autre grimpeur.
- Positionner les crash pads dans la zone de chute et vérifier leur positionnement après une chute.
- Consulter les conditions météo et les éventuelles restrictions d'accès au site avant d'y accéder.

7. PREMIERS SECOURS

- Se former aux gestes de premiers secours.
- Prendre connaissance de l'emplacement de la trousse de secours, des sorties de secours, et si applicable, du défibrillateur (DAE) dans la salle.
- En cas d'accident :
 - Sécuriser la zone pour éviter un sur-accident et prévenir les cordées adjacentes
 - Prévenir le personnel de la salle, si l'accident survient en SAE
 - Alerter les secours si nécessaire

8. CULTURE DE SÉCURITÉ ET D'INTÉGRITÉ

La sécurité et l'intégrité en escalade repose sur la vigilance et la responsabilité de chacun, les grimpeurs sont encouragés à :

- Adopter une attitude ouverte au dialogue.
- Signaler toute situation dangereuse observée dans une SAE ou lors d'une sortie en SNE.
- Rappeler aux partenaires d'escalade de réaliser systématiquement les vérifications de sécurité.
- De signaler tout manquement aux référents éthique de la FLERA (<https://forms.gle/tYAow4pGttGNpcat6>) ou à l'Agence Luxembourgeoise pour l'Intégrité dans le Sport (<https://www.alis.lu/alis/effectuer-un-signalement/>).

La FLERA développe des formations destinées aux encadrants, notamment entraîneurs et enseignants, ainsi qu'aux grimpeurs afin de promouvoir une culture de sécurité et une transmission des compétences techniques. Les pratiquants sont incités à participer aux formations, stages et activités organisés par la fédération ou les clubs affiliés afin développer et renforcer leurs compétences et gagner de l'expérience de façon sécurisée.

En cas de question, de recommandation, ou pour tout signalement, contactez la FLERA :

- Commission Sécurité : info@flera.lu
- Référent éthique : <https://forms.gle/dJfiGUc95SDKs7bn8>