Expliquer un atelier de groupe 1 par étapes
Document unique

TRONC COMMUN

***Présentation :** **- le baudrier**: - enfilage
- serrage
- point(s) de connexion

- le mousqueton: - description
- fonctionnement 3 gestes

- la corde: les deux brins en présence constituent une seule et même corde

***Consignes sécurité :** **-** les cheveux sont attachés
- pas de chewing-gum
- poches vides
- connexion baudrier/corde atelier visible

Corde de déplacement	Moulinette
Connexion	Double-connexion
Vérification : - fermeture mousqueton « bille verte » - chaîne« baudrier/ mousqueton/noeud » - ordre des nœuds dans la connexion – 8 proche du doigt du mousqueton	Vérification : - fermeture mousqueton « bille verte » - chaîne« baudrier/ mousqueton/noeud » Double-vérification : idem
Tension de la corde : se suspendre dessus	Tension de la corde : - les deux brins assureur et grimpeur sont tendus :ding-dingue-dong, les serpents - pas de frottements
Ascension : décomposition des gestes	Ascension : - chemin de grimpe - utilisation échelle - assurance corde tendue
Noeud magique	Test de confiance : -communication - tension max - frein à main
Descente : décomposition des gestes	Descente : -décomposition des gestes - reprise test de confiance - position de la grenouille - on ne s'accroche pas aux branches - chemin de corde.
Arrivée au sol : - on descend les nœuds au plus bas - déconnexion	Arrivée au sol : - on dépose doucement le grimpeur au sol - on descend les deux nœuds au plus bas - déconnexion