

LE GRIMPER ALTERNATIF

1. Introduction

Ces techniques d'accès tirent leurs noms des enchaînements saccadés qu'elles imposent lors de la progression le long de la corde d'accès. La « propulsion » est assurée alternativement par un mouvement d'ensemble des membres inférieurs et supérieurs du côté gauche et du côté droit. On les qualifie aussi de méthodes d'accès *Single Rope Technique* (SRT).

L'apprentissage des accès SRT ne peut se faire qu'avec un encadrement compétent.

Comme pour les autres techniques d'ascension avec des bloqueurs à gâchette, il est nécessaire de doubler systématiquement les bloqueurs pour pallier une défaillance de l'un ou l'autre.

Deux méthodes sont décrites dans cette fiche.

Pour la première méthode, on n'utilise pas de bloqueur ventral.

Pour la seconde, un bloqueur ventral est nécessaire.



Remarque

Une bonne technique d'accès est une technique qui permet à tout moment une descente et un retour au sol autonomes et rapides.

2. Méthode d'accès SRT sans bloqueur ventral avec entraînement des bloqueurs à l'aide d'une dragonne

2.1. Matériel nécessaire

- Une corde d'accès statique dont la longueur correspond à la hauteur de grimpe ;
- un rappel et son nœud autobloquant ;
- un bloqueur Basic équipé d'une sangle ou d'un élastique solide en guise de dragonne ;
- un bloqueur à came Microcendeur ou Rocker ;
- un bloqueur de pied de type Pantin ;
- une « sangle étrier » type Footpro de chez Petzl ;
- 4 connecteurs à trois mouvements.

2.2. Mise en œuvre

La première étape consiste à mettre en place une corde d'accès en système ouvert (1).

Pour utiliser cette méthode d'ascension, il est nécessaire de disposer d'un bloqueur d'ascension (2) (avec ou sans poignée ; ici un Basic) dont la sortie de corde est sécurisée par un connecteur (3).

Sur ce bloqueur, on fixe un petit anneau de sangle en guise de dragonne pour la main gauche (4).

Le grimpeur est relié à ce bloqueur par l'intermédiaire d'un connecteur et de sa corde de rappel (5).

Le fait d'établir une connexion entre le harnais et le Basic par une corde de rappel rend autonome le grimpeur en cas de descente d'urgence.

En cas de défaillance du bloqueur principal, un second système de blocage (6) doit doubler la sécurité du grimpeur (exemple : antichute mobile de type Rocker ou Microcender).

Sur le bloqueur d'ascension ajouter une « pédale » ou une sangle avec étrier pour le pied gauche (7) et enfin placer un bloqueur de pied sur le pied droit (8).