# RÈGLES D'OR

## LES TROIS RÔLES



|  |  |
| --- | --- |
| * Avoir une tenue adaptée : s’attacher les cheveux, retirer bijoux, montres, lunettes…
* Ne rien avoir dans les poches
 | **L’assureur****Le grimpeur****Le contre-assureur** |

**POUR LE GRIMPEUR**

* Mettre correctement son baudrier et le faire vérifier
* Réaliser son nœud en huit, le doubler et le faire vérifier

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

**POUR L’ASSUREUR**

* + Installer le descendeur sur la corde et bien fermer la vis du mousqueton sur le pontet et le faire vérifier
	+ Etre attentif au grimpeur

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |

**POUR LE CONTRE-ASSUREUR**

* + Tenir le brin de vie en continu sans tendre la corde et le faire vérifier
	+ Etre attentif au grimpeur et à l’assureur

**POUR LA TRIPLETTE**

* + Se vérifier et vérifier
	+ Entendre le bruit caractéristique du doigt du mousqueton fermé
	+ Ne grimper qu’après autorisation de l’enseignant ou de l’adulte agréé

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Etre attentif** | **Vérifier** | **Faire vérifier par l’adulte** |