



fédération  
française  
de la montagne  
et de l'escalade

# Recommandations pour la pratique de l'escalad'arbre

## RECOMMANDATIONS GENERALES

### 1- Se préparer

Se renseigner :

- sur le site : aménagement, protection, accès ;
- sur la gestion du site ;
- sur les services de secours locaux (police, gendarmerie, pompiers).

S'informer précisément :

- sur la réglementation spécifique au public concerné ;
- sur la réglementation locale en matière d'encadrement de l'activité et de protection du site.

### 2- S'équiper

Utiliser du matériel adapté au site et conforme aux normes européennes (C.E.N.) ou à défaut UIAA.

Individuel :

- chaussures et vêtements adaptées,
- baudrier, descendeur, mousquetons de sécurité, longe double, casque ;
- selon le parcours : systèmes auto-bloquants.

Collectif :

- cordes dynamiques (spécifiques escalade) adaptées au parcours ;
- cordes statiques pour la progression sur corde ;
- protection pour les arbres et les cordes ;
- mousquetons de sécurité, anneaux de cordelette et sangles.

De sécurité :

- trousse de premier secours ;
- matériel de remontée sur corde
- corde de secours.

### **3- Progresser en sécurité**

- rester toujours assuré ;
- contrôler systématiquement les amarrages ;
- vérifier la longueur des cordes et leur état ;
- respecter les règles techniques de sécurité ;
- rester plus que vigilant pendant l'installation du matériel, la progression, l'assurage ;
- utiliser des termes clairs et convenus entre les membres du groupe.

### **4- Respecter le milieu et les autres usagers :**

- respectez ceux qui partagent votre terrain de loisir : soyez courtois et compréhensifs.
- respectez les propriétaires, gestionnaires ;
- respectez le site, la flore, la faune ...
- ramenez vos déchets (sacs poubelles)
- respectez les itinéraires d'accès et de retour: ne piétinez pas les clôtures, refermez les barrières
- utilisez les parkings prévus à cet effet.

## **RECOMMANDATIONS POUR L'ENCADREMENT**

Détendre les cordes des ateliers fixes après utilisation.

Le nombre de participants par encadrant sera apprécié selon les paramètres suivants :

- type de pratique : ateliers, parcours aménagés, parcours aventure.
- âge et / ou maturité des participants ;
- niveau de discipline et d'autonomie des pratiquants ;
- adaptation du parcours à la gestion du groupe (visibilité, circulation ...)
- qualification et expériences du / des cadre(s).
- disponibilité du matériel obligatoire.